

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Lea Linster

2008-2020

78 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 27. Juli 2022.

Inhalt

Beilagen	1
Gnocchi	2
Karotten	2
Dessert	3
Apfel-Tarte	4
Apfeltarte mit Calvados	5
Cigarettes Russes mit Pistazien-Creme und Erdbeeren	6
Die Kuh frisst sonntags nur Sauerklee	7
Eis-Bombe mit Himbeer-Eis	8
Eischnee auf Vanillen-Soßen	9
Erdbeer-Smoothie mit Rosmarin-Joghurt	9
Estragon-Erdbeeren mit Pistazien-Mousse	10
Frühling-Gefühle	11
Karamellierte Ananas-Spieße mit Ananas-Basilikum-Sorbet	12
Karamellierte Feigen in Masala	12
Leas Cheesecake mit Zitronen-Soße	13
Schoko-Eis mit Gummibärchen-Espuma und Kiwano-Quark	14
Schwarz-weiße Verführung	15
Windbeutel mit Creme Pâtissière	16
Fisch	17
Gebratene Seezungen-Filets im Spinatbett	18
Gebratene Seezungen-Filets mit Nordsee-Krabben-Soße	18
Hecht-Mousse mit pochierten Austern	19
Kabeljau mit Kräuterbutter und Gemüse	20

Kabeljau mit Muschel-Safran-Soße	21
Lachs-Confit, Kresse-Püree, Emulsion aus Zitrusfrüchten	22
Lachs-Rillettes	23
Rösti mit Lachs	24
Saibling-Filets auf Chicorée	25
Seezunge mit Kardamom-Champagner-Soße	26
Wolfsbarsch in der Salz-Kruste mit Sommer-Salsa	27
Wolfsbarsch in der Salzkruste	28
Zander auf Laitue-Püree mit Weinberg-Schnecken	29
Geflügel	31
Coq au Vin Rouge mit Poularde	32
Enten-Brust in Ahorn-Sirup gebraten, Erdbeeren, Estragon	32
Enten-Brust mit feinem Gemüse	33
Enten-Brust mit pikanter Glühwein-Soße	34
Enten-Brust-Filet mit Rote Beeren-Soße	35
Enten-Filets in Ahorn-Sirup mit karamellisierten Äpfeln	36
Gebratenes Perlhuhn mit Süßkartoffel-Püree	37
Hühner-Brust mit wenig indischen Gewürzen	38
Mais-Poularde vom Grill mit Okra-Petersilien-Gemüse	39
Poularde bella aurore	40
Innereien	41
Kalb-Nieren	42
Kalb	43
Kalb-Filet in Zitronen-Zesten mit Karotten und Chicorée	44
Kalb-Filet Mignon mit Rosmarin-Mirabellen	45
Kalb-Koteletts mit Knoblauch und Zwiebel-Gemüse	46
Piccata vom Kalb auf Spinat	47
Lamm	49
Lamm-Filet, Minz-Soße, Karotten, Parmentier-Kartoffeln	50
Lamm-Koteletts mit Kräuter-Butter und Ratatouille	51
Lamm-Koteletts mit Ratatouille	52
Lamm-Rücken im Kartoffel-Mantel mit Saubohnen	53

Meer	55
Jakobsmuscheln auf Roter Bete	56
Mango-Garnelen-Spieße	56
Mejillones (Miesmuscheln) a la Flamenca	57
Rind	59
Rinder-Filet mit Rotwein-Soße	60
Salat	61
Avocado-Orangen-Spargel-Salat mit Hummer-Mayonnaise	62
Bananen-Salat mit Limetten-Sahne	62
Langustinen mit Avocado-Grapefruit-Salat	63
Soßen	65
Rote-Beeren-Soße	66
Rotwein-Soße	66
Schokoladen-Rotwein-Soße	67
Speck-Soße	68
Wild-Soße	68
Suppen	69
Kartoffel-Suppe mit Champagner und Sahne	70
Pastinaken-Creme-Suppe mit Knoblauch-Kräuter-Sahne	71
Vegetarisch	73
Creme-Risotto	74
Spaghetti mit frischen Cherry-Tomate	74
Vorspeisen	75
Feiner Rote-Bete-Salat	76
Lachs-Tatar mit drei Garnituren und Wodka-Sahne	77
Muscheln in Curry-Sahne-Soße	78
Sausage Rolls	79
Schinken-Mousse mit Cognac und Portwein	79
Taboulé mit Hummus	80
Wachtel auf Spargel mit Alge und Sesam	81

Wild	83
Kaninchen-Rücken auf Zitronen-Confit	84
Leas überirdisches Wildschwein-Filet mit lokalen Zutaten	85
Reh-Filet mit Winterfrüchten, Schokoladen-Rotwein-Soße	86
Reh-Rücken mit Pfifferlingen, Wachholderbeer-Soße	87
Wurst-Schinken	89
Mehl-Klöße mit Speck-Soße	90
Rösti mit Spiegeleiern und Schinken	90
Index	91

Beilagen

Gnocchi

Für 1 kg Teig:

500 ml Wasser 1 TL Salz 150 g Butter
300 g Mehl 8 Eier

Gnocchi selber machen erfordert ein bisschen Arbeit, deshalb empfiehlt es sich, den Teig in der doppelten Menge zu machen. Für das Rezept benötigt man nur 500 Gramm vom Teig, aber die andere Hälfte kann man wunderbar einfrieren.

Gnocchi selbst machen:

Das Wasser mit einem Teelöffel Salz und der Butter zum Kochen bringen.

Den Topf kurz vom Feuer ziehen, das Mehl mit einem Schwung hineingeben und kräftig verrühren.

Wenn sich alles gut verbunden hat, den Topf wieder auf die heiße Herdplatte stellen und rühren bis ein dicker, fester, glatter Klumpen entstanden ist.

Nun den Teig in die Küchenmaschine geben, die Eier hinzufügen und den Teig schlagen bis er schwer reißend vom Löffel fällt. Erscheint er noch zu fest, ein Eigelb darunterziehen.

Den Teig zu einer Kugel formen, in 6 Portionen teilen und aus jeder eine 2 cm dicke Rolle formen; aus jeder Rolle 2 cm dicke Scheiben abstechen.

Ein Backblech mit Speisestärke bestäuben. Eine Gabel in Speisestärke tauchen, mit den Zinken flach auf die Teigscheiben drücken, so dass daraus Gnocchi geformt werden. Auf ein Backblech legen.

3 l Wasser mit $\frac{1}{2}$ EL Salz zum Kochen bringen. Gnocchi in leicht siedendem Wasser kochen, bis sie an die Oberfläche steigen. Dann mit einer Schöpfkelle herausfischen und gut abtropfen lassen.

Lea Linster am 04. Oktober 2020

Karotten

Für 4 Personen

8 Babykarotten 400 ml Karottensaft 200 ml Orangensaft
1 Knoblauchzehe Butter, kalt Safran

Die Karotten putzen und in einer Pfanne kurz schmoren lassen. Mit Karotten- und Orangensaft ablöschen und etwas einköcheln lassen. Den Knoblauch kurz in der Soße ziehen lassen. Etwas kalte Butter und eine Prise Safran in die Soße geben.

Lea Linster am 28. Januar 2011

Dessert

Apfel-Tarte

Für 4 Personen

Tarte:

400 g Mehl 250 g Butter 4 Äpfel, Boskoop
50 g Butterflöckchen 3 – 4 EL Zucker Salz

Milchspeiseeis:

2 l Vollmilch 150 g Zucker

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Tarte:

Das Mehl mit der Butter und einer guten Prise Salz vermischen. Dann mit zwei bis drei Esslöffel eiskaltem Wasser verkneten. Den Teig zu einem breitem Band akkurat ausrollen. Den Teig wie einen Blätterteig (drei Mal) falten, um 90 Grad drehen und ihn wieder zu einem Band von circa 20 mal 25 Zentimeter ausrollen. Danach den Teig in eine Frischhaltefolie packen und ihn für eine halbe Stunde in den Kühlschrank legen. Anschließend sofort auf ein Backblech legen. Mit einem Ausstecher das Kerngehäuse der Äpfel herauslösen, dann die Äpfel in Scheiben schneiden und sie in Reihen schön eng auf den Teig legen. Wenn der Boden vollständig belegt ist, die Butterflocken auf die Apfelscheiben geben und sie dann noch mit Zucker bestreuen. Die Tarte für 50 bis 55 Minuten in den vorgeheizten Backofen schieben. Es ist wichtig dass der Teig von unten genug Hitze bekommt, so wird er schön kross. Wenn Sie mögen, können Sie sie zum Schluss auch noch einige Minuten unter den Grill geben.

Milchspeiseeis:

Milch und Zucker in den Topf geben, umrühren und bei mittlerer Hitze zur Hälfte reduzieren lassen. Dabei noch manchmal umrühren bis der Zucker sich ganz aufgelöst hat. Abkühlen lassen und in die Eismaschine geben.

Tipp:

Wenn Ihnen Ihre Äpfel nicht säuerlich genug sind, bekommen sie eine feine Säure, wenn Sie die Tarte mit selbst gemachtem Limettenzucker bestreuen. Dafür Zucker mit etwas Limettensaft benetzen, nur soviel, dass er sich nicht auflöst, sondern krümelig wird.

Lea Linster am 07. Oktober 2011

Apfeltarte mit Calvados

Für 4 Personen:

Teig:

250 g Mehl	60 g Puderzucker	125 g Butter
1 Ei	Zitronenschale	

Belag und Guss:

4 Äpfel	1 EL Butter	4 EL Zucker
2 EL Calvados	2 Eier	250 ml Sahne
Butter	Puderzucker	

Teig:

Mehl, Puderzucker, Butter, Ei, abgeriebene Zitronenschale und 2-3 EL kaltes Wasser rasch zu einem glatten Teig verkneten.

Den Teig zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten kühlen.

Belag und Guss:

Während der Teig kühlt, die Äpfel für den Belag schälen, in Achtel schneiden und entkernen. Die Butter in einer Pfanne schmelzen lassen. Die Äpfel hineinlegen, mit 2 EL Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Dann mit dem Calvados beträufeln und flambieren.

Backen:

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. 4 kleine Tarteformen mit Butter einfetten. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche ausrollen, vier runde Stücke abteilen und in die Formen legen. Die Äpfel kreisförmig darauflegen.

Eier, Sahne und den restlichen Zucker zu einem Guss verquirlen und über die Äpfel gießen. Die Apfeltarte im heißen Ofen auf mittlerer Schiene 40-45 Minuten backen. Leicht abkühlen lassen und aus den Formen lösen. Mit Puderzucker bestäuben. Dazu passt ein Glas Riesling Spätlese oder ein Cidre aus der Normandie.

Lea Linster am 06. Dezember 2019

Cigarettes Russes mit Pistazien-Creme und Erdbeeren

Für 4 Personen

Cigarettes:

2 Eier, groß 80 g Zucker 40 Mehl
65 g Butter, zerlassen

Füllung:

200 g Sahne 100 ml Milch 2 – 3 EL Pistaziencreme
Kirschwasser

Fertigstellung:

500 g Erdbeeren 2 Orangen, unbehandelt Zucker

Den Backofen auf 175 Grad Umluft vorheizen.

Cigarettes:

Eiweiß und Zucker zu einem schönen festen Schnee schlagen. Das Mehl löffelweise drunter heben und zum Schluss die zerlassene Butter dazu geben. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Den Teig etwas acht Zentimeter groß und kreisrund auf das Backpapier streichen. Der Teig muss ganz dünn ausgearbeitet werden. Insgesamt ergibt der Teig circa 24 Taler. Für sechs Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Anschließend kurz abkühlen lassen und mit einem Spachtel vom Backblech heben. Direkt um einen dicken Kochlöffelstiel wickeln und festdrücken. Den Löffel dann vorsichtig herausziehen und die Keksröllchen abkühlen lassen.

Füllung:

Sahne, Milch, Pistaziencreme und einen Schuss Kirschwasser verrühren. In eine Espumafflasche geben, zuschrauben und mit Gaspatronen laden. Bis zum Gebrauch kalt stellen. (Wer keine Espumafflasche hat, kann Sahne und zwei bis drei Esslöffel Pistaziencreme mit den Schneebeesen des Handrührgerätes aufschlagen und kalt stellen. Auf Milch in der Crème muss dann verzichtet werden!)

Fertigstellung:

Die Zesten der Orangen abreißen und kurz in etwas gezuckertem Wasser blanchieren. Die Pistaziencreme in die Röllchen geben. Dazu die frischen Erdbeeren reichen. Mit Orangenzesten garnieren.

Lea Linster am 13. Mai 2011

Die Kuh frisst sonntags nur Sauerklee

Für vier Personen

Soße:

1 Zitrone, unbehandelt 50 ml Amaretto Zucker

Blätterteighippen:

1 Platte Blätterteig Puderzucker

Oxalisschäumchen:

15 Blätter Oxalis 100 g Zucker 4 Eier

Eis:

500 ml Sahne 8 Karamellbonbons 1 Schote Vanille

3 Eier 2 EL Zucker

Soße:

Von der Zitrone Zesten abreißen und den Saft auspressen. Den Amaretto in einen Topf geben und reduzieren lassen. Etwas Zucker dazu geben und zu einem Karamell kochen. Etwas Zitronensaft und die Zitronenzesten dazu geben und abkühlen lassen. Den Backofen auf 170 Grad vorheizen.

Blätterteighippen:

Den Blätterteig aufrollen und noch etwas mit dem Nudelholz plattrollen. Zurechtschneiden und mit Puderzucker bestreuen. Für circa sechs Minuten in den vorgeheizten Backofen geben.

Oxalisschäumchen:

Die Oxalixblätter in einem Mixer mit dem Zucker klein hacken. Vier Eiweiß steif schlagen und mit zwei Drittel des Oxalis-Zuckers vermengen.

Eis:

Die Sahne mit den Karamellbonbons und der aufgeschlitzten Vanilleschote in einem Topf aufkochen lassen. Drei Eigelbe mit dem Zucker aufschlagen und vorsichtig unter die Masse rühren, dann zur Rose abziehen. Durch ein Sieb streichen und in die Eismaschine geben. Die Blätterteighippen mit dem Eis und der Karamellsoße in ein Schälchen geben. Den Oxalisschaum daneben setzen und mit dem übrig gebliebenem Oxaliszucker bestreuen.

Lea Linster am 09. November 2012

Eis-Bombe mit Himbeer-Eis

Für vier Personen

Himbeersorbet:

0,25 Zitrone 0,5 Orange 500 g Himbeeren
100 g Zucker

Pistazienmarzipan:

35 g Marzipan 35 g Pistazien 1 EL Puderzucker
1 EL Kirschwasser 1 EL Eiweiß

Pistazienparfait:

100 g Zucker 4 Eier 150 g Sahne
1 Rezept Pistazienmarzipan

Vanilleeis:

1 Schote Vanille 250 ml Milch 110 g Zucker
4 Eier 250 g Sahne

Himbeersorbet:

Den Saft der Zitrone und der Orange auspressen. Himbeeren, Zucker, Zitronen- und Orangensaft zusammen in einem Mixer glatt pürieren, durch ein feines Sieb streichen und mit Hilfe einer Eismaschine zu einem Sorbet rühren. Fertiges Sorbet in einem Spritzbeutel mit kleiner Lochtülle füllen und bis zum Gebrauch in das Gefrierfach stellen.

Pistazienmarzipan:

Marzipan, Pistazien, einen gehäuften Esslöffel Puderzucker, etwas Kirschwasser und flüssige Eiweiß zusammen in den Blitzhacker geben und zu einer grünen Marzipanpaste verarbeiten.

Pistazienparfait:

Zucker mit 30 Milliliter Wasser in einem kleinen Topf so lange kochen, bis ein heller Zuckersirup entsteht. Vier Eigelbe in einen Schlagkessel aus Metall geben und mit dem Schneebesen des Handrührers verrühren. Dabei den Zuckersirup eintröpfeln lassen. Die Eismasse so lange schlagen, bis sie hellgelb und luftig ist. Erst dann das Pistazienmarzipan darunter rühren und zum Schluss noch die steif geschlagene Sahne.

Vanilleeis:

Die Vanilleschote aufschneiden und das Mark herauskratzen. Die Milch mit der Hälfte des Zuckers aufkochen, die Vanilleschote und das Mark dazu geben. Zugedeckt etwa zehn Minuten ziehen lassen und die Schote wieder herausnehmen. Die Eigelbe zusammen mit dem restlichen Zucker mit dem Schneebesen des Handrührers schaumig schlagen. Die heiße Milch darunter rühren und die Masse bei kleiner Hitze so lange erwärmen, bis sie dicklich wird. Dabei muss man ständig mit dem Holzlöffel rühren und die Masse darf auf keinen Fall kochen, sonst gerinnt das Eigelb. Die Crème vom Herd nehmen, die kalte Sahne darunter rühren, durch ein Haarsieb passieren und ganz abkühlen lassen. Erst dann in die Eismaschine füllen.

Lea Linster am 28. Dezember 2012

Eischnee auf Vanillen-Soßen

Für 4 Personen

Soße:

400 ml Vollmilch 4 EL Zucker 1 Vanilleschote
5 Eier

Eischnee:

5 Eier 2 EL Zucker 500 - 600 ml Milch
100 ml Sahne, süß

Mandeln:

2 EL Mandelblättchen 1 EL Zucker

Soße:

Die Milch mit dem Zucker und dem Mark einer ausgekratzten Vanilleschote aufkochen. Das Eigelb schaumig rühren und die heiße Vanillemilch dazugeben. Nun die Soße wieder auf den Herd stellen und sie so lange rühren, bis sie cremig ist und einmal 'blubb' macht. Dann von der heißen Herdplatte nehmen, damit nichts gerinnt und anbrennt. Die Vanillesoße abkühlen lassen und vor dem Servieren noch einmal umrühren. Den Dampfgarer auf 80 Grad vorheizen.

Eischnee:

Eiweiß zu Schnee schlagen. Zucker hinzugeben und noch einmal kurz aufschlagen. Milch mit Sahne aufkochen lassen, dann die Herdflamme auf mittlerer Hitze herunterschalten. Nun jeweils einen Esslöffel voll Eischnee auf die heiße Milch geben, von beiden Seiten jeweils 20 Sekunden garen lassen und mit einem Schaumlöffel herausnehmen und in eine flache Auflaufform geben. Den Eischnee für circa 12 Minuten in den vorgeheizten Dampfgarer geben. Später die Soße um die kleinen Schneeeinseln herum gießen und erkalten lassen.

Mandeln:

Die Mandeln mit Zucker rösten und alles kalt zusammen servieren.

Lea Linster am 24. Juni 2011

Erdbeer-Smoothie mit Rosmarin-Joghurt

Für 2 Personen

300 g Erdbeeren 1 Orange 1 Zitrone
1 Limette 40 g Zucker 300 g Naturjoghurt
40 g Eiswürfel 1 Zweig Rosmarin

Dreiviertel des Zuckers mit 80 Millilitern Wasser und dem Rosmarinzweig köcheln lassen, bis der Zucker komplett gelöst ist. Anschließend den Sirup durch ein feines Sieb passieren. Die Limette halbieren und auspressen. Den Naturjoghurt mit etwas Limettensaft verfeinern und den Rosmarinsirup hinzugeben. Die Orange und die Zitrone halbieren und auspressen. Die Erdbeeren waschen und vom Strunk befreien. Anschließend die Erdbeeren mit etwas Zitronen- und Orangensaft, dem restlichen Zucker und den Eiswürfeln fein mixen und anschließend passieren. Den Erdbeersmoothie mit dem Rosmarinjoghurt in Gläsern schichten und servieren.

Lea Linster am 21. April 2011

Estragon-Erdbeeren mit Pistazien-Mousse

Für 4 Personen

Sorbet:

250 g Quark, 20%	75 g Zucker	80 g Sahne
2 EL Milch	1 Zitrone, unbehandelt	

Estragon-Erdbeeren:

400 g Erdbeeren, reif	20 g Butter	1 EL Zucker
1 Orange	0,5 Zitrone	Estragon

Pistazien-Mousse:

200 g Sahne	100 g Milch	30 g Pistazienmus
50 g Mascarpone		

Sorbet:

Quark mit Zucker verrühren und nach und nach Milch und Sahne dazu geben. Zum Schluss die Schale der Zitrone drunter reiben, zehn Minuten kalt stellen und in eine Eismaschine geben.

Estragon-Erdbeeren:

Den Saft der Zitrone und der Orange auspressen. Die Erdbeeren waschen, putzen und gegebenenfalls klein schneiden. In einer Pfanne die Butter erhitzen, die Erdbeeren dazu geben, mit Zucker bestreuen und sautieren. Den Estragon klein schneiden, dazu geben und dem Saft der Orange und der Zitrone ablöschen.

Pistazien-Mousse:

Sahne, Milch, Mascarpone und Pistazienmus verrühren und in eine Espumaflasche einfüllen, zuschrauben, Gas hinzugeben und bis zum Gebrauch kaltstellen. Die Erdbeeren sofort auf den Tellern dressieren und den Saft eventuell noch etwas reduzieren. Das Quarkeis dazu geben und mit der Pistazienmousse dekorieren, und die Soße über die Erdbeeren gießen.

Lea Linster am 23. Juli 2010

Frühling-Gefühle

Für vier Personen

Smoothie:

1 Gurke	0,5 Ananas	1 Bund Basilikum
1 Limette	1 Orange	Minze
Ingwer		

Sorbet:

1 Zitrone	500 g Johannisbeeren, schwarz	120 g Zucker
200 g Wasser	Brombeersaft	

Obstsalat mit Gewürzsirup:

80 g Zucker	1 TL Koriandersamen	1 TL Kardamomkapseln
120 ml Wasser	1 Mango	1 Apfel, grün
1 Melone, klein	1 Orange	1 Zitrone
1 Granatapfel	2 Zweige Rosmarin	

Smoothie (grün)::

Die Gurke und Ananas schälen. Basilikum, Minze und ein kleines Stück Ingwer grob hacken. Den Saft der Zitrone und der Orange auspressen. Alle Zutaten im Mixer pürieren.

Sorbet (dunkelrot):

Den Saft der Zitrone auspressen. Johannisbeeren, Zucker, Wasser, Zitronensaft und einen Schuss Brombeersaft mischen, mixen, passieren und gefrieren.

Obstsalat mit Gewürzsirup (gelb):

Den Zucker, die Koriandersamen und die grob zerstoßenen Kardamomkapseln mit dem Wasser zu einem feinen Sirup kochen. Den Sirup abkühlen lassen und durch ein Haarsieb passieren. Mango, Apfel und Melone schälen, entkernen und in lange, dünne Streifen schneiden. Den Saft der Orange und der Zitrone auspressen und über den Obstsalat geben. Mit Granatapfelkernen und Rosmarin garnieren.

Lea Linster am 27. April 2012

Leas Cheesecake mit Zitronen-Soße

Für 4 Personen

Teig:

1 Ei 100 g Spekulatius 100 g Butterkekse
100 g Butter

Belag:

100 g Sahne 100 g Eiweiß 75 g Zucker
3 Blatt Gelatine 300 g Frischkäse Milch

Soße:

1 Ei 2 Zitronen 150 g Puderzucker
100 g Butter, weich

Den Backofen auf 150 Grad vorheizen.

Teig:

Das Ei schaumig schlagen. Die Spekulatius- und Butterkekse mit einer Teigrolle zerdrücken und so lange mit der Butter und dem Ei verkneten, bis der Teig fest genug zum Ausrollen wird. Den Teig auf einem Backpapier dünn ausrollen und im vorgeheizten Backofen für 15 bis 20 Minuten backen, danach auskühlen lassen. Anschließend mit einem Ausstecher (circa 24 Zentimeter Durchmesser) ausstechen und in einen Ring geben.

Belag:

Die Sahne schaumig schlagen. Das Eiweiß und den Zucker zu einem festen Eischnee schlagen. Die Gelatine in Eiswasser einweichen, mit etwas warmer Milch erhitzen und unter den Frischkäse mischen. Danach vorsichtig den Eischnee und die geschlagene Sahne unterheben. Nun die Masse in die Ringform geben und für circa eine Stunde kalt stellen.

Soße:

Das Ei schaumig schlagen. Den Saft der Zitronen auspressen und mit dem Zucker aufkochen und reduzieren. Anschließend vorsichtig die Butter und das geschlagene Ei unterheben. Fertig!

Lea Linster am 15. April 2011

Schoko-Eis mit Gummibärchen-Espuma und Kiwano-Quark

Für 4 Personen

Für die Cannelloni:

6-8 Cannelloni Kakaopulver

Für das Gummibärchen-Espuma:

200 g Gummibärchen 5-6 cl Wasser 250 ml Milch

$\frac{1}{2}$ Rebe rote Trauben Schuss Sahne

Für das Schokoladeneis:

250 g dunkle Schokolade 500 ml Sahne Zucker

Für die Kiwano:

2 Kiwano $\frac{1}{2}$ Rebe rote Trauben

Für den Quark:

250 g Magerquark Orangensaft Zucker

Schuss Sahne

Für die Cannelloni:

Etwas Kakaopulver in Wasser lösen und die Cannelloni darin kochen. Sind die Cannelloni al dente, abgießen und in kleine Stücke schneiden. Diese auf ein Backblech legen und im Ofen bei ca. 160 Grad kross werden lassen.

Für das Gummibärchen-Espuma:

Die roten, gelben und orangenen Gummibärchen in einem Topf mit etwas Wasser schmelzen lassen. Anschließend Milch nach Gefühl und etwas Flüssigkeit von einigen gemörserten Trauben angießen, bis eine cremige Konsistenz erreicht ist. Etwas Sahne dazugeben und abkühlen lassen. Die Masse in eine Espuma-Flasche füllen, eine Kapsel aufdrehen und kalt stellen.

Für das Schokoladeneis:

Die Schokolade in gezuckerter warmer Sahne schmelzen lassen, bis eine schön cremige Konsistenz erreicht ist. Die Masse in eine Eismaschine füllen und zu Eis gefrieren.

Für die Kiwano:

Die Kiwanos halbieren und das Fruchtfleisch herauskratzen. Mit dem Saft von 1-2 Handvoll Trauben mischen.

Für den Quark:

Den Quark mit etwas Orangensaft, Zucker und Sahne nach Gefühl und Geschmack anrühren. Zum Anrichten eine Kugel Schokoladeneis in Dessert-Schälchen füllen. Das Gummibärchen-Espuma darüber geben und einige dünn geschnittene Traubenscheiben darüber verteilen. Mit einigen Schokoraspeln bestreuen. Einen Cannelloni-Chip anstecken.

Lea Linster am 21. April 2018

Schwarz-weiße Verführung

Für 4 Personen

Dunkle Schokoladenmousse:

150 g Schokolade, 70% 4 Eier, frisch 1 EL Zucker
200 g Schlagsahne

Weißer Schokoladenmousse:

0,5 – 1 Blatt Gelatine 200 g Schokolade, weiß 75 g Joghurt
125 g Schlagsahne 1 EL Zucker

Himbeersoße:

600 g Himbeeren, frisch 0,5 Zitrone Zucker
Piment-d'Espelette

Dunkle Schokoladenmousse:

Die Schokolade zerbröckeln und in einer Schüssel im heißen Wasserbad schmelzen und danach abkühlen lassen. Das Eiweiß und den Zucker zu einem schönen festen Schnee schlagen und unter die flüssige Schokolade heben. Die Sahne halb fest schlagen und unter die Schokoladen-Masse heben.

Weißer Schokoladenmousse:

Die Gelatine in kaltem Wasser quellen. Die weiße Schokolade zerbröckeln und im heißen Wasserbad schmelzen lassen. Darunter den Joghurt rühren. Nun die Gelatine ausdrücken und mit zwei Esslöffel Sahne in einer kleinen Kasserolle vermengen, bis sich die Gelatine auflöst und nicht mehr klumpt. Die Mischung in die flüssige, abgekühlte Schokolade rühren. Die restliche Sahne steif schlagen und ebenfalls unter die Masse heben. Die weiße Mousse in die Herzförmchen füllen und anschließend zum Kühlen in den Kühlschrank stellen. In die herzförmigen Schälchen zuerst die dunkle Mousse bis zur Hälfte füllen, dann folgt die weiße Mousse. Das Ganze circa eine halbe Stunde kalt stellen.

Himbeersoße:

Die Hälfte der Himbeeren mit etwas Zucker und ein paar Tropfen Zitronensaft pürieren und durch ein Haarsieb drücken. Noch einmal mit etwas Zucker abschmecken und eventuell etwas Piment d' Espelette als Scharfmacher dazu geben. Das Ganze mit den frischen Himbeeren und der Himbeersauce dekorieren und wieder kalt stellen oder gleich servieren.

Lea Linster am 11. Februar 2011

Windbeutel mit Creme Pâtissière

Für 4 Personen

Brandteig:

100 ml Milch	100 ml Wasser	90 g Butter
4 g Zucker	2 g Salz	100 g Mehl
3 Eier	Zucker	

Crème Pâtissière:

0,5 l Milch	125 g Zucker	4 Eier
80 – 90 g Mehl	1 Vanilleschote	

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Brandteig:

Milch, Wasser, Butter, Zucker und Salz in einem Topf zum Kochen bringen. Vom Feuer nehmen und das Mehl dazugeben. Alles gut verrühren und noch mal zwei bis drei Minuten erhitzen. In der Küchenmaschine glatt rühren. Etwas abkühlen lassen. Erst ein Ei darunter schlagen, dann das zweite Ei und danach das dritte Ei. So entsteht der zähflüssige Teig. Auf einem Silikonblatt kleine Häufchen in der Größe einer Zwei-Euro-Münze formen, mit etwas Zucker bestreuen und im vorgeheizten Backofen circa zwölf Minuten backen. Das Blech nach circa sechs Minuten drehen damit der Teig gleichmäßig gebacken wird.

Crème Pâtissière:

Drei Esslöffel Milch, 40 Gramm Zucker, Eigelbe und Mehl zu einer glatten Masse verrühren. Vanillemark unterheben. Die restliche Milch mit dem restlichen Zucker aufkochen. Etwas von der heißen Milch zur Eicrème geben, verrühren und dann alles in die heiße Milch rühren. Kurz aufkochen lassen und dabei mit dem Schneebeseniterrühren. Dann die Crème vom Herd nehmen. Mit Klarsichtfolie abdecken und erkalten lassen. Zum Schluss die Crème noch durch ein Haarsieb streichen.

Lea Linster am 27. Januar 2012

Fisch

Gebratene Seezungen-Filets im Spinatbett

Für 4 Personen:

1 Zitrone	200 g Babyspinat	2 Schalotten
1 EL Butter (für Spinat)	4 Seezungenfilets	2-3 EL gesalzene Butter
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	einige rosa Beeren	Butter (zum Beträufeln)
Meersalz, Pfeffer		

Die Zitrone so dick schälen, dass die weiße Haut mit entfernt wird. Mit einem kleinen scharfen Messer die Fruchtfilets aus den Trennhäutchen schneiden. Die Filets auf einem Teller beiseite stellen. Schnittlauch in Röllchen schneiden.

Den Spinat putzen, kurz in kaltem Wasser waschen und gut abtropfen lassen. Die Schalotten abziehen und in feine Würfel schneiden. In der heißen Butter glasig dünsten und dann den Spinat dazugeben. Den Spinat nur zusammenfallen lassen, vom Herd nehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Seezunge beim Kauf gleich filetieren lassen. Die Filets zu Hause kurz abspülen und trocken tupfen. In der Pfanne die gesalzene Butter heiß werden lassen, die Filets hineinlegen und von jeder Seite nur eine Minute braten. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Filets in der Butter noch etwas nachziehen lassen.

Zum Anrichten zuerst den Spinat auf die vorgewärmten Teller geben. Die Seezungenfilets darauflegen, mit einem Hauch Meersalz betreuen und mit den Zitronenfilets belegen. Zur Dekoration noch ein paar Schnittlauchröllchen und ein paar zerdrückte rosa Beeren darüberstreuen. Zum Schluss noch ein wenig flüssige Butter aus der Pfanne darüberträufeln.

Lea Linster am 04. Dezember 2013

Gebratene Seezungen-Filets mit Nordsee-Krabben-Soße

Für vier Personen

1 Seezunge (800 g)	300 g Nordseekrabben	0,25 Knolle Sellerie
1 Stange Porree	1 Tomate	1 Zitrone
4 Platten Blätterteig	Petersilie	Schnittlauch
Butter		

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Seezunge filetieren. Die Filets waschen und trocken tupfen. Die Krabben aus der Schale pulen. Die Schalen der Krabben mit gewürfeltem Sellerie, Petersilie, gewürfeltem Porree in einen Topf geben. Wasser dazu geben und circa 20 Minuten kochen. Zehn Minuten ziehen lassen, passieren und noch etwas reduzieren. Butter in eine Pfanne geben und die Seezungenfilets darin zum Schmelzen bringen. Salzen und dann wenden. Mit der Krabbenreduktion ablöschen und mit kalter Butter binden. Die Krabben und Tomatenstücken hinzufügen. Mit etwas Zitronensaft abschmecken und mit Schnittlauch dekorieren. Aus den Blätterteigplatten Sterne ausstechen und mit Butter einpinseln. Für circa zwölf Minuten in den vorgeheizten Backofen geben.

Tipp:

Um die Sterne aufzupeppen, können sie noch mit verschiedenen Gewürzen abgeschmeckt werden.

Lea Linster am 14. Dezember 2012

Hecht-Mousse mit pochierten Austern

Für 4 Personen

Hechtmousse:

300 g Hechtfilet	3 Scheiben Toastbrot	1 Ei
300 g Sahne	Milch, Cognac	Pfeffer, Salz

Austern:

12 Austern	1 dl Champagner	100 g Butter
1 Limette, unbehandelt	Pfeffer, Salz	Schnittlauch

Hechtmousse:

Das Hechtfilet zerkleinern und leicht anfrosten. Das Toastbrot entrinden und in etwas Milch einlegen. Die angefrorenen Hechtstückchen in einem Kutter auf mittlerer Stufe zu einer Mousse mixen. Das Ei und das eingeweichte Toastbrot zugeben und ebenfalls mixen. Die Sahne nach und nach unter ständigem Mixen zugeben, bis eine homogene Masse entsteht. Nun die Masse durch ein Sieb streichen, dann einen Teil der Masse in einen Schlagkessel auf Eis geben, salzen und mit einem Kochlöffel aufmontieren. Peu a peu die restliche Hechtmousse zugeben. Zum Schluss mit Cognac, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Hechtmousse zwei Mal in Klarsichtfolie rollen und bei 75 Grad 15 Minuten im Dampf garen.

Austern:

Die Austern öffnen, den Saft in einen Topf sieben und mit etwas Champagner reduzieren. Dann mit Butter aufmontieren und mit Salz, Pfeffer und Limettenzesten abschmecken. Nun die Austern für eine Minute in der Soße pochieren und servieren. Mit Schnittlauch garnieren.

Lea Linster am 07. Januar 2011

Kabeljau mit Kräuterbutter und Gemüse

Für 4 Personen

Für die Gemüsebeilage:

5-6 Kartoffeln Zuckerschoten Butter, Öl

Für die Kräuterbutter:

50 g Butter 3 EL Wasser 1 EL Zitronensaft

2 dl Leinöl Meersalz Pfeffer

Piment-d'Espelette 1 EL Petersilie 1 EL Estragon

1 EL Kerbel 1 EL Minze Pernod

Für den Kabeljau:

800 g Kabeljau Meersalz 6 – 8 EL Olivenöl

150 ml Riesling 50 ml Wasser 1 Bio-Zitrone

Pfeffer Thymian Korianderkresse

Für die Gemüsebeilage:

Die Kartoffeln schälen und kochen. Anschließend mit etwas Butter, Öl und gegebenenfalls etwas Kartoffelwasser vermischen und mit einer Gabel leicht zerdrücken.

Die Zuckerschoten blanchieren und anschließend in Eiswasser abschrecken.

Man kann das Gericht auch mit blanchiertem Gemüse nach Belieben zubereiten.

Für die Kräuterbutter:

Die zimmertemperierte Butter schlagen und nach und nach mit dem Wasser und dem Zitronensaft vermengen, bis die Masse weiß wird. Danach das Leinöl hinzufügen und mit dem Küchengerät alles gut verrühren. 2 Prisen Meersalz, etwas Pfeffer, etwas Piment d'Espelette, fein gehackte Petersilie, fein gehackter Estragon, fein gehackter Kerbel, Minze und ein bisschen Pernod hinzufügen und alles wieder gut miteinander vermengen.

Für den Kabeljau:

Die Zitrone in Scheiben schneiden und in eine Auflaufform legen. Den Kabeljau in portionierte Stücke geschnitten darauf legen und das Öl darüber geben. Den Fisch nun mit gehacktem Thymian, Salz und einem Schuss Weißwein würzen. Die Auflaufform mit Frischhaltefolie abdecken und bei etwa 80 Grad im Dampfgarer für etwa 20 Minuten dünsten.

Den gedünsteten Kabeljau auf einer tiefen Platte auf der Kartoffel anrichten. Eine Nocke der Kräuterbutter daraufsetzen. Die Zuckerschoten um die Kartoffel legen. Mit etwas Korianderkresse fertigstellen.

Lea Linster am 27. Januar 2018

Kabeljau mit Muschel-Safran-Soße

Für 4 Personen

1 kg Miesmuscheln	300 g Kabeljau, ohne Haut	1 Bund Schnittlauch
1 Tomate, fest	1 Karotte, mittel	1 Zwiebel, mittel
1 Stange Staudensellerie	1 Tasse Basmatireis	1,5 Tassen Wasser
1 dl Weißwein	50 g Butter	1 TL Mehl
2 EL Sahne, geschlagen	Safranfäden	Piment-d'Espelette
Salz		

Die Muscheln waschen, abkratzen und kalt stellen. Den Kabeljau in Würfel von circa 20 Gramm schneiden. Den Schnittlauch fein schneiden. Die Tomate schälen, entkernen und in feine Würfel schneiden. Die Karotte in feine Brunoise schneiden. Die Zwiebel und die Staudensellerie in kleine Würfel schneiden. Den Basmatireis waschen, in dem Wasser zum Kochen bringen und bei kleiner Hitze gar ziehen lassen. Die Hälfte der Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebel, Karotte, und Staudensellerie dazu geben und bei mittlerer Hitze garen (eventuell etwas Wasser dazugeben). Dreiviertel des Gemüses herausnehmen. Man benötigt es später für die Soße. Nun die Muscheln dazugeben, einmal umrühren und nach etwa einer Minute den Weißwein dazugeben. Den Deckel darauf geben und noch mal zwei Minuten garen lassen. Dazwischen immer wieder umwälzen. Fertig ist es, wenn alle Muscheln geöffnet sind. Den Sud abseihen. Dann die Muscheln herausnehmen, und aus der Schale lösen (zur Seite stellen). Den Sud etwas einkochen lassen und mit der Mehlbutter binden. Dann ein paar Safranfäden und das Gemüse dazugeben. Mit Piment d'Espelette abschmecken. Die Sahne unterheben. Zum Schluss die Tomatenwürfel und den Schnittlauch zugeben. Die Muscheln in die Soße geben und erhitzen. Den Kabeljau separat zwei Minuten in der Dunstrose garen und anschließend dazugeben. In tiefen Tellern anrichten.

Tipp:

Die Soße nach Wunsch mit etwas Zitronensaft abschmecken.

Lea Linster am 03. Februar 2012

Lachs-Confit, Kresse-Püree, Emulsion aus Zitrusfrüchten

Für zwei Personen

Für den Lachs:

$\frac{1}{2}$ l Olivenöl 300 g Lachsfilet Meersalz

Für das Kresse-Püree:

1 Bund Brunnenkresse 150 g Nussbutter Meersalz

Für die Emulsion:

1 kleine Schalotte $\frac{1}{2}$ l trockner Weißwein 3 Eigelbe

2 EL Wasser 2 EL flüssiger Rahm 1 Zitrone

40 g Butter Salz Pfeffer

Chilisoße Meersalz Piment-d'Espelette

Für den Lachs:

Den Backofen auf 65 Grad vorheizen.

Das Öl in einer Kasserolle auf etwa 40 Grad erhitzen und eine kleine Auflaufform vorwärmen.

Den Lachs kurz abspülen, trocken tupfen und in Stücke von etwa 3 cm mal 6 cm schneiden und mit Meersalz würzen. Die Lachsstückchen in die vorgewärmte Auflaufform legen und das warme Öl hineingießen – die Lachsfilets sollten ganz bedeckt sein. Die Form gut mit Frischhaltefolie verschließen und etwa 40 Minuten im Backofen ziehen lassen.

Die Lachsfilets sollen nicht fertig garen, sondern durch und durch warm werden. Bei höherer Temperatur würde das Eiweiß aus dem Fisch laufen.

Nach der Garzeit den Lachs aus dem Öl nehmen und mit Küchenpapier abtupfen. Die Lachsstückchen vorsichtig auf einen Teller legen.

Für das Kresse-Püree:

Das Bund Brunnenkresse für 1 Minute in Salzwasser blanchieren, abgießen und anschließend im Mixer pürieren. Dann erst abkühlen lassen.

Für die Nussbutter die Butter in einem Topf erwärmen, bis sich die Molke vom Fett trennt und nussig braun-klar ist. Durch ein Sieb mit Küchenpapier passieren.

Das Brunnenkressepüree abschmecken. Vor dem Servieren die Nussbutter und etwas Salz unterrühren.

Für die Emulsion:

Für die Emulsion die Schalotten fein zerkleinern und zu dem trockenen Weißwein und dem Wasser hinzugeben. Reduzieren lassen und passieren. Dann die Eigelbe, den Zitronensaft, sowie den flüssigen Rahm hinzugeben. Alles miteinander vermischen. Die Masse cremig schlagen, Zitronenabrieb und die Butter hinzufügen und mit Salz, Pfeffer, dem Piment d'Espelette und der Chilisoße nach Belieben abschmecken. Zum Anrichten einige Striche des Kressepürees auf den Teller ziehen. Den Lachs darauf legen und mit Meersalz bestreuen. Die Emulsion neben dem Lachs drapieren.

Lea Linster am 10. Juni 2017

Lachs-Rillettes

Für 4 Personen

Mayonnaise:

2 Eier	0,5 TL Senf, scharf	250 – 300 ml Öl, neutral
Zitronensaft	Cayennepfeffer	Meersalz, fein

Lachsrillettes:

500 g Lachs	4 Schalotten	1 Bund Schnittlauch
1 TL Meerrettich	0,2 cl Tomatenessig	2 Tomaten
Weißbrot, Dill	Salz, Pfeffer	Piment

Mayonnaise:

Eigelb mit Senf und einer Prise Salz verrühren und eine Minute stehen lassen. Öl in einen dünnen Strahl erst langsam, dann zügiger unter ständigem Rühren mit einem Schneebesen dazugießen und kräftig unterschlagen, bis eine feste, aber cremige Mayonnaise entstanden ist. Falls die Mayonnaise zu fest wird, einfach ein paar Tropfen Zitronensaft dazugeben. Mit Salz, Zitrone und Cayennepfeffer abschmecken. Mayonnaise im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb von zwei Tagen verzehren.

Lachsrillettes:

Den Lachs im Dampf garen, abkühlen lassen und in kleine Stücke zerteilen. Schalotten und Schnittlauch klein schneiden, hinzufügen und mit dem Meerrettich und 100 Gramm der Mayonnaise verrühren. Dann alles vorsichtig mit etwas Tomatenessig vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Piment abschmecken. Weißbrot in Scheiben schneiden und in einer Grillpfanne etwas anrösten. Tomatenscheiben auf den Tellerrand legen und mit restlichem Tomatenessig beträufeln. Die Lachsrillettes auf der Tellermitte drapieren, mit Dill garnieren und dazu das Brot reichen.

Lea Linster am 31. Oktober 2008

Rösti mit Lachs

Für 4 Personen

Rösti:

800 g Kartoffeln

4 EL Erdnussöl

Pfeffer, Salz

Lachs:

2 Scheiben Räucherlachs, groß

1 Zitrone, unbehandelt

1 EL Sahne, geschlagen

120 g Crème-fraîche

50 g Kaviar

0,5 Pck. Kresse

Pfeffer

Salz

Rösti:

Die Kartoffeln schälen, raspeln und in einem Mulltuch gut ausdrücken. Dann die Kartoffelraspeln mit Salz und Pfeffer würzen und acht Portionen in eine heiße Pfanne mit Erdnussöl setzen. Fünf Minuten braten, bis sie goldbraun sind, dann wenden und nochmals drei Minuten braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und warm stellen.

Lachs:

Den Räucherlachs möglichst in der selben Größe wie die Rösti ausstechen. Die Zitrone heiß abwaschen, trocken reiben und die Schale abziehen. Den Saft der Zitrone auspressen. Die Sahne unter die Crème-fraîche rühren und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Auf die eine Hälfte der Reibekuchen die Lachstaler, jeweils einen Teelöffel der Crème-fraîche und etwas Kaviar geben. Ganz zum Schluss noch die Schale der Zitrone und etwas Kresse auf die Rösti geben.

Lea Linster am 25. Februar 2011

Saibling-Filets auf Chicorée

Für 4 Personen

Chicorée:

3 Chicorée	2 - 3 Orangen	2 EL Butter
1 EL Zucker	1 Prise Salz	1 Zehe Knoblauch

Saibling:

4 Saiblingsfilets	4 Zweige Rosmarin	Meersalz
-------------------	-------------------	----------

Chicorée halbieren und den bitteren Kern keilförmig herausschneiden. Mit einem scharfen Messer in zarte Streifen schneiden.

Butter in der Pfanne erhitzen, den Zucker darin bräunen und mit einer Prise Salz würzen. Chicoréestreifen mit hinein geben und andünsten, bis sie zusammengefallen sind. Die ungeschälte Knoblauchzehe halbieren und die Hälften dazugeben. So kann man sie nachher leicht herausfischen.

Orangen auspressen und den Saft zum karamellisierten Chicorée gießen. Alles kurz aufkochen und die Flüssigkeit einkochen lassen. Der Chicorée ist fertig, wenn er goldgelb und glänzend ist.

Saibling:

Die Filets kalt abspülen, trocken tupfen und noch einmal genau auf Gräten kontrollieren. Mit einem sehr scharfen Messer den dünnen Rand von den Filets abschneiden, so dass sie begradigt sind und besonders schön aussehen.

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3 bis 4). Backpapier in der Größe der Filets abschneiden und mit je einem Zweig Rosmarin aufs Backblech legen.

Die Filets auf beiden Seiten salzen und sie mit der Haut nach oben auf das Backpapier und den Rosmarinzweig legen. So lassen sie sich später leicht vom Papier heben. In nur sechs bis acht Minuten sind die Filets im Ofen perfekt gegart.

Etwas Chicorée auf den vorgewärmten Teller anrichten und rundherum etwas von der konzentriert eingekochten Orangensoße geben. Darauf die Fischfilets drapieren und erst jetzt die Haut abziehen.

Variationen:

Saibling schmeckt auch wunderbar auf einem Salat, mit Püree oder mit zerdrückten Kartoffeln. Sehr gut passen auch Frühlingszwiebeln, schräg in hauchfeine Röllchen geschnitten. Karamellierter Chicorée ist eine perfekte Begleitung zu frischen gebratenen Jakobsmuscheln.

Lea Linster am 07. Dezember 2011

Seezunge mit Kardamom-Champagner-Soße

Für 4 Personen:

Seezunge:

400 ml Hühnerbrühe	1 TL Kardamom-Samen	80 g Butter
50 ml Sekt	Meersalz	Pfeffer
8 Seezungen-Filets	2 EL Butter	

Zucchini-Nudeln:

400 g Zucchini	30 g Butter	Meersalz
----------------	-------------	----------

Soße:

Für die Soße den Fond in einem Topf auf die Hälfte einkochen lassen. Die Kardamom-Samen im Mörser zerstoßen. In einem Topf 30 g Butter aufschäumen, die restliche Butter kühl stellen. Den Kardamom in die heiße Butter streuen, den Champagner dazugießen und sirupartig einkochen lassen. Den eingekochten Fond dazugießen und alles bei schwacher Hitze 15 Minuten köcheln lassen. Danach die kalte Butter in Flöckchen mit einem Schneebesen unterschlagen und die Soße mit Meersalz und Pfeffer abschmecken. Wahlweise kann statt Butter auch 1 Schuss Sahne verwendet werden.

Seezunge:

Die Fisch-Filets kalt abspülen, trocken tupfen und eventuell verbliebene Gräten mit einer Pinzette herauszupfen. Die Butter (oder Olivenöl) in einer Pfanne erhitzen und die Fischfilets darin kurz andünsten.

Zucchini-Nudeln:

Während die Soße für die Seezungen-Filets köchelt, die Zucchini-Nudeln zubereiten. Zucchini putzen, waschen und längs in dünne Streifen hobeln. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Streifen darin etwa 2 Minuten schwenken, bis sie bissfest sind. Mit Meersalz würzen.

Servieren:

Fischfilets mit etwas Pfeffer übermahlen und mit der Soße und den Zucchini-Nudeln auf 4 vorgewärmten Tellern anrichten. Sofort servieren.

Lea Linster am 04. Dezember 2019

Wolfsbarsch in der Salz-Kruste mit Sommer-Salsa

Für 4 Personen

Wolfsbarsch:

1 Wolfsbarsch, groß 4 Zweige Thymian 2 – 3 kg Meersalz, grob

Salsa:

5 Tomaten	1 Schalotte	1 Zitrone
1 Limette	Piquillos	Basilikum, frisch
Minze, frisch	Olivöl	Zucker
Tabasco	Pfeffer	Salz

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Wolfsbarsch:

Die Kiemen des Wolfsbarschs entfernen. Den Fisch unter fließendem Wasser kurz abspülen, mit Küchenpapier trocken tupfen und die Thymianzweige in die Bauchhöhle legen. Meersalz mit soviel Wasser (circa 200 Milliliter) mischen, dass es gerade feucht ist. Ein Viertel der Salzmenge auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech zu einem, der Fischgröße entsprechend großen, knapp einen Zentimeter hohen Sockel formen. Den Fisch darauf legen und großzügig mit dem restlichen Salz bedecken. Im vorgeheizten Backofen gute 15 bis 20 Minuten backen, bis der Fisch innen heiß ist beziehungsweise die gewünschte Gartemperatur von 55 bis 60 Grad Celsius erreicht hat. Den Wolfsbarsch aus dem Ofen nehmen. fünf Minuten ruhen lassen, die Salzkruste mit einem großen Küchenmesser aufschlagen und den Fisch zum Filetieren vorsichtig aus der Salzkruste lösen und auf eine vorgewärmte Platte heben.

Salsa:

Tomaten schälen und entkernen. Die Kerne in einem Topf mit dem Stabmixer aufmixen, Salz hinzufügen und aufkochen lassen. Durch ein Sieb passieren und einkochen lassen, bis eine sirupartige Konsistenz entsteht. Abkühlen lassen. Die geschälten Tomaten und die Schalotte würfeln, die Schale der Zitrone und der Limone abreiben und die Früchte ausdrücken. Die Piquillos waschen und würfeln. Die Minze und das Basilikum in feine Streifen schneiden und alles zusammenmischen. Mit Salz, Zucker, Tabasco und Piment abschmecken. Olivöl dazugeben. Kalt bis lauwarm servieren.

Lea Linster am 19. August 2011

Wolfsbarsch in der Salzkruste

Für 4 Personen

Fisch:

1 großer Wolfsbarsch 4 Zweige Thymian 3 kg grobes Meersalz

Soße:

1 Knolle Fenchel 2 Schalotten 40 g Butter
100 ml trockener Weißwein 40 ml trockener Wermut 400 ml Fischfond
1 kleiner Zweig Thymian einige Fenchelsamen 100 ml Sahne
100 ml Vollmilch Meersalz Pfeffer
Zitronensaft

Fisch:

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze (180 Grad Umluft, Gas Stufe 4) vorheizen. Vom Wolfsbarsch (für 4 Personen sollte er etwa 900 g wiegen) die Kiemen und nach Belieben auch Rücken- und Schwanzflosse entfernen. Den Fisch unter fließendem kaltem Wasser kurz abspülen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Die Thymianzweige in die Bauchhöhle legen.

So viel Wasser (etwa 200 ml) unter das Meersalz mischen, dass es gerade feucht ist. Ein Viertel der Salzmischung auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und zu einem der Fischgröße entsprechenden, knapp 1 cm hohen Sockel formen.

Den Fisch in das Salzbett legen und ihn großzügig mit dem restlichen Salz bedecken.

Im vorgeheizten Backofen je nach Größe 15-20 Minuten backen, bis der Fisch innen heiß ist und die gewünschte Gartemperatur von 55 bis 60 Grad erreicht hat. Das Backblech eventuell nach der Hälfte der Garzeit einmal drehen. Den Wolfsbarsch aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten ruhen lassen.

Soße:

Während der Fisch gart, den Fenchel putzen, waschen, vierteln, den Strunk herausscheiden und in feine Scheiben schneiden.

Die Schalotten schälen, halbieren und klein schneiden. Fenchel und Schalotten in der Hälfte der Butter in einem kleinen Topf bei milder Hitze einige Minuten anschwitzen. Mit Weißwein und Wermut ablöschen und fast vollständig einkochen lassen.

Dann den Fischfond aufgießen. Thymian und Fenchelsamen hinzufügen und den Fond auf knapp die Hälfte einkochen.

Anschließend Sahne und Milch dazugießen und weitere 5 Minuten sanft köcheln lassen.

Nun den Fond durch ein Sieb passieren, mit einem Stabmixer schaumig aufschlagen und die restliche Butter hineinschmelzen lassen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken.

Servieren:

Die Salzkruste mit einem großen Küchenmesser aufschlagen, den Fisch zum Filetieren vorsichtig aus der Salzkruste lösen und auf eine vorgewärmte Platte heben.

Die obere Haut des Fisches entfernen. Das obere Filet vorsichtig von der Gräte ablösen und auf einen ebenfalls vorgewärmten Teller legen. Die Mittelgräte vom Schwanz aus mit einer Gabel abheben, dabei das untere Filet mit einem Löffel von der Gräte lösen und anschließend aus der Haut heben. Ebenfalls auf einen vorgewärmten Teller legen. Filets nach Belieben portionieren und mit etwas Fenchelsoße und nach Belieben etwas Fenchelkraut anrichten.

Lea Linster am 01. April 2020

Zander auf Laitue-Püree mit Weinberg-Schnecken

Für 4 Personen

Laitue-Püree:

1 Kopf Eisbergsalat	0,5 dl Fischfond	0,5 Zitrone
Salz	Butter	

Zanderfilet:

4 Zanderfilets	Salz	Olivenöl
----------------	------	----------

Schnecken:

2 Schalotten	1 Zehe Knoblauch	16 Weinbergsschnecken
0,5 Bund Petersilie	Salz, Pfeffer	Butter, Öl

Kräuterbutter:

1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch, klein	100 g Butter, weich
Kerbel	Petersilie	Kresse
Salz	Pfeffer	Zitrone
Kresse zum Garnieren		

Laitue-Püree:

Die grünen Blätter vom Salat abreißen, waschen und in kochendem Salzwasser blanchieren. In Eiswasser abkühlen, auspressen und mit einem Messer kleinhacken. Die Butter in einer Kasserolle hellbraun werden lassen, in eine Tasse geben und im Kühlschrank abkühlen. Die Salatblätter im Mixer mit dem Fischfond pürieren, einen Hauch Salz dazu geben und durch ein feines Sieb passieren. In einer Kasserolle wieder erhitzen. Die Soße mit der Nussbutter montieren, eventuell noch einen Spritzer Zitronensaft dazu geben.

Zanderfilet:

Den Zander salzen und in einer Pfanne in Olivenöl schön kross anbraten, dann kurz durchziehen lassen.

Schnecken:

Die Schalotten, die Petersilie und die Knoblauchzehe putzen und in feine Würfel schneiden. Schalotten- und Knoblauchwürfel in etwas Öl sanft andünsten. Mit Petersilie, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Schnecken darin erhitzen.

Kräuterbutter:

Die Schalotte und die Knoblauchzehe putzen und sehr fein hacken. Mit der Butter in eine Schüssel geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zwei Esslöffel fein gehackte Petersilie, einen Esslöffel fein gehackten Kerbel und einen Esslöffel fein gehackte Kresse hinzugeben. Mit einem Spritzer Zitrone würzen, alles gut vermischen und kaltstellen. Auf einem Teller zuerst die grüne Soße geben, dann den Zander drauf legen. Die Schnecken rundherum legen und mit feiner Gartenkresse bestreuen.

Lea Linster am 20. August 2010

Geflügel

Coq au Vin Rouge mit Poularde

Für 4 Personen

1 Poularde, ca. 1,6 kg	12 Zwiebeln, klein, weiß	125 g Speck, durchwachsen
50 g Butter	2 EL Öl	5 EL Cognac
750 ml Rotwein	1 Bouquet garni	2 Zehen Knoblauch
200 g Champignons, klein	1 TL Mehl	30 g Butter, eisgekühlt
3 St. Petersilie, glatt	Pfeffer	Salz

Die Poularde in sechs Teile zerlegen, salzen und pfeffern. Die Zwiebeln schälen und schneiden, den Speck in dünne Streifen schneiden. Einen Esslöffel Butter und das Öl in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebeln darin goldbraun anbraten, dann den Speck hinzufügen. Alles heraus nehmen und beiseite legen. Im selben Fett die Hühnerstücke kräftig anbraten und dann mit Cognac flambieren. Mit der Hälfte des Rotweins angießen, das Bouquet garni und die geschälten Knoblauchzehen hinzu geben. Bei niedriger Hitze mit geschlossenem Deckel 20 Minuten köcheln lassen. Dann den restlichen Rotwein hinzugeben und nochmals mit geschlossenem Deckel 20 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit die Pilze putzen und die Stiele ganz kurz abschneiden. Kurz in einem Esslöffel Butter anbraten, salzen und pfeffern. Sobald das Huhn gar ist, wird es aus dem Topf genommen und auf eine warme Platte gelegt. Einen Esslöffel weiche Butter mit dem Mehl vermischen und etwas Soße hinzufügen. Die Soße im Topf weiter köcheln lassen und nach und nach mit der Mehlbutter binden. Abschmecken und passieren. Ein paar Stücke eiskalte Butter darunter rühren, Zwiebeln und Champignons dazu geben und alles noch mal aufkochen lassen. Die Soße mit dem Speck auf das Huhn geben und mit der gehackten Petersilie dekorieren.

Lea Linster am 01. April 2011

Enten-Brust in Ahorn-Sirup gebraten, Erdbeeren, Estragon

Für vier Personen

Für die Entenbrust:

4 kleine Entenbrüste	1 $\frac{1}{2}$ bis 2 dl Ahornsirup	1 Orange
Pfeffer	Salz	

Für die Erdbeeren:

250 g Erdbeeren	1 Sträußchen Estragon	2 EL Balsamicoessig
-----------------	-----------------------	---------------------

Für die Entenbrust:

Die Entenbrüste auf der Haut rautenförmig einschneiden. In einer Pfanne etwas von dem Ahornsirup erhitzen. Die Entenbrüste auf beiden Seiten salzen und pfeffern und in dem sehr heißen Ahornsirup auf beiden Seiten goldbraun anbraten. Auf einem Rost im Ofen ruhen lassen. Darunter die Pfanne stellen und den Bratensaft auffangen. Später daraus mit etwas Orangensaft und -abrieb eine Soße anrühren.

Für die Erdbeeren:

In der Zwischenzeit die gewaschenen geputzten Erdbeeren in Viertel schneiden. Den restlichen Ahornsirup in der Pfanne niedrig erhitzen und die Erdbeerstückchen in der Pfanne sautieren (schwenken, damit die Erdbeeren von allen Seiten gleich viel Hitze bekommen). Mit etwas Orangensaft und -abrieb abschmecken. Den Estragon kleinschneiden und zu den Erdbeeren geben. Mit Balsamicoessig abschmecken. Die Entenbrüste aufschneiden, daneben die Erdbeeren anrichten. Über die Entenbrüste die aus dem Bratensaft angefertigte Soße geben und nach Geschmack Pfeffer darüber geben.

Lea Linster am 27. Mai 2017

Enten-Brust mit feinem Gemüse

Für 4 Personen:

Entenbrust:

2 Entenbrust-Filets (mit Haut) 4 EL Ahornsirup

Gemüse:

30 g gebrannte Mandeln 500 g feines Gemüse 3-4 EL Apfel-Essig

3 EL Butter Salz

Servieren:

4 Blättchen Salbei

Entenbrustfilets auf der Hautseite rautenförmig einritzen, Ahornsirup in einer Pfanne aufkochen lassen. Darin die Entenbrust anbraten, zuerst auf der Hautseite. Das Fleisch wenden und die andere Seite bei kleiner Hitze braten, damit der Sirup nicht verbrennt.

Während des Bratens die Entenbrust zusätzlich immer wieder mit dem flüssigen Ahornsirup beträufeln. Anschließend Salz und Pfeffer aufs Fleisch geben.

Die angebratenen Entenbrüste auf eine Platte legen und im Ofen bei 140 Grad (Umluft 120 Grad, Gas Stufe 2) zehn Minuten lang gar ziehen lassen.

Gemüse:

Das Gemüse waschen, putzen und nur eine Minute in sprudelndem Salzwasser kochen lassen. Sofort mit Eiswasser abschrecken. Einen Esslöffel Butter zerlassen und die gebrannten Mandeln darin anbraten. Das abgetropfte Gemüse hineingeben und mit andünsten. Dann den Essig dazugießen, alles kurz aufkochen lassen und salzen. Das Gemüse herausnehmen. Den Sud aufkochen und mit der restlichen eiskalten Butter binden. Mit Salz abschmecken.

Servieren:

Die Entenbrustfilets in Scheiben schneiden und mit dem Gemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit den Salbeiblättchen dekorieren und mit der feinen Soße begießen.

Lea Linster am 08. Dezember 2011

Enten-Brust mit pikanter Glühwein-Soße

Für 4 Personen

Soße:

2 Zehen Knoblauch	0.5 Bund Thymian	1 Stange Zimt
2 Sternanis	3 Gewürznelken	0.5 TL Pfefferkörner
3 Blätter Lorbeer	0.5 Orange	2 EL Zucker
0.5 l Rotwein	1 TL Speisestärke	50 g Butter
Meersalz		

Ente:

2 Entenbrustfilets	Meersalz	Pfeffer
Erdnussöl		

Knoblauch halbieren, Thymian waschen und trocken schütteln. Orange waschen und die Schale in Streifen abschneiden. Knoblauch, Thymian, Gewürze, Orangenschale, Zucker und Rotwein in einem Topf mischen und 20 Minuten köcheln lassen. Danach vom Herd nehmen und weitere 20 Minuten ziehen lassen. Speisestärke mit 2 EL Wasser verquirlen. Den Glühweinsud durch ein Haarsieb gießen und wieder aufkochen. Die angerührte Stärke einrühren und die Soße damit binden. Die Butter mit dem Schneebesen unterrühren und die Soße mit Meersalz abschmecken.

Ente:

Während die Soße köchelt, die Entenbrustfilets waschen, trocken tupfen und die Haut rautenförmig einritzen. Mit Meersalz und Pfeffer würzen. Etwas Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen und die Filets darin auf der Hautseite 5 Minuten anbraten. Wenden und von der anderen Seite ebenfalls 5 Minuten anbraten. Herausnehmen und abgedeckt 10 Minuten im Ofen warm halten.

Anrichten:

Die Filets längs in Scheiben schneiden, auf 4 vorgewärmten Tellern anrichten und mit der Soße beträufeln. Dazu passen Grillkartoffeln und ein Glas Côtes du Rhône.

Lea Linster am 05. Dezember 2019

Enten-Brust-Filet mit Rote Beeren-Soße

Für 4 Personen

Entenbrustfilet:

2 Entenbrustfilets	15 g Pfeffer, schwarz	20 g Ingwer, frisch
20 cl Ahornsirup	Öl	Meersalz

Rote Beeren-Soße:

1 dl Himbeeressig	20 cl Cassis Liqueur	20 cl Johannisbeerlikör
5 cl Sherry-Essig	50 g Himbeeren	50 g Johannisbeeren, rot
50 g Johannisbeeren, schwarz	Salz	Pfeffer
Butter		

Fruchtspieße:

1 Schale Beeren, gemischt	Holzspieße
---------------------------	------------

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Magret de canard:

Die Entenbrustfilets rundherum schön gerade schneiden und überschüssiges Fett entfernen. Mit einem Messer in die Haut ein Schachbrettmuster schneiden, ohne dabei bis zum Fleisch zu kommen. Dann die Hautseite in grob zerstoßenem Pfeffer drücken. Den Ingwer schälen und durch eine Knoblauchpresse drücken. Mit dem Ahornsirup mischen. Die Entenbrustfilets in einer Pfanne mit etwas Öl und dem Ingwer-Ahornsirup auf der Hautseite sanft anbraten. Nach etwa sechs Minuten ist das Fett heraus gelaufen und die Haut wird knusprig. Die Fleischseite mit Meersalz würzen. Das Fleisch in einer Pfanne für fünf bis zehn Minuten in den vorgeheizten Ofen stellen. Das Fleisch soll innen rosa bleiben. Anschließend das Fleisch aus der Pfanne nehmen und auf einem angewärmten Teller, mit der Hautseite nach oben, einige Minuten ruhen lassen. So wird das Fleisch noch zarter.

Rote Beeren-Soße:

Himbeeressig, Cassis Liqueur, Johannisbeerlikör und Sherry-Essig circa 15 Minuten einreduzieren lassen. Anschließend mit Himbeeren, roten und schwarzen Johannisbeeren vermengen. Die Fruchtsoße so durch ein Sieb passieren und stoßen, dass das ganze Fruchtfleisch mit durchgedrückt wird. Die Soße mit Salz, Pfeffer und Butter abschmecken.

Fruchtspieße:

Die gemischten Beeren waschen und säubern und auf die Holzspieße stechen. Die Entenbrustfilets in ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden und auf Tellern anrichten. Dazu die Rote Beeren-Soße servieren.

Tipp:

Als zusätzliche Beilage passen gedünstete Kartoffeln und Zuckerschoten.

Lea Linster am 08. August 2008

Enten-Filets in Ahorn-Sirup mit karamellisierten Äpfeln

Für 4 Personen

Entenfilets:

250 ml Ahornsirup 1 Limette, unbehandelt 4 Entenfilets

Ingwer, frisch

Soße:

6 EL Portwein 6 EL Balsamico

Äpfel:

3 Äpfel 2 – 3 EL Butter, geklärt 1 EL Zucker

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Entenfilets:

Den Ahornsirup erhitzen, Limettenzesten und geriebenen Ingwer dazu geben. Abkühlen lassen und in einer Flasche im Kühlschrank aufbewahren. Die Entenfilets putzen, Sehnen und überflüssiges Fett entfernen, dann mit einem scharfen Messer ganz fein, rautenförmig einschneiden. Den Ahornsirup in einer Pfanne erhitzen. Die Entenfilets richtig schön heiß auf der Hautseite darin karamellisieren lassen. Das Fleisch ab und an anheben, damit die Filets auch tatsächlich im Sirup sind. Wenn die Haut karamellisiert ist, nur noch kurz auf der Fleischseite braten. Die Filets in der Pfanne auf ein Gitterrost legen und für acht Minuten in den vorgeheizten Backofen stellen.

Soße:

Portwein und Balsamico so lange in einem kleinen Topf sirupartig einkochen, bis nur noch drei bis vier Esslöffel Flüssigkeit im Topf sind.

Äpfel:

Die Äpfel in Achtel schneiden und das Kerngehäuse herausnehmen. Dann die Butter klären. Zwei bis drei Esslöffel geklärte Butter in einer Pfanne erhitzen und die Apfelstücke mit dem Zucker darin abraten. Nur kurz, sie sollen goldbraun und nicht zu weich werden. Die Apfelstücke auf einem vorgewärmten Teller anrichten und dann etwas Portwein-Balsamico rüber träufeln.

Tipp:

Geschmacklich und optisch passen dazu noch Granatapfelkerne.

Lea Linster am 25. November 2011

Gebratenes Perlhuhn mit Süßkartoffel-Püree

Für 4 Personen:

1 Perlhuhn	50 g weiche Butter	2-3 EL Butterschmalz
6 Knoblauchzehen	1 Bio- Zitrone	1 Bund Thymian
50 g Butter	Meersalz	

Preiselbeersoße:

2 EL Zucker	1/8 l trockener Rotwein	250 g Preiselbeeren
2 Nelken	Zimt	Salz, Pfeffer

Süßkartoffelpüree:

750 g Süßkartoffeln	50 g Butter	1 Orange
1 Prise Zucker	Meersalz	

Am küchenfertigen Perlhuhn noch vorhandene Federkiele mit einer kräftigen Pinzette entfernen, das Huhn abspülen und trockentupfen. Mit der Butter einfetten und innen und außen mit Meersalz würzen. Die Keulen und Flügel mit Küchengarn eng an den Körper binden, damit das Fleisch gleichmäßig gar wird. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen und das Perlhuhn darin von allen Seiten anbraten. Das Huhn in einen passenden Bräter legen. Die Bio-Zitrone in Scheiben schneiden, Thymian waschen. Alles zusammen mit den nicht abgezogenen Knoblauchzehen in den Bräter geben. Zum Schluss noch reichlich Butter auf dem Huhn verteilen und es dann ohne Deckel im heißen Backofen auf mittlerer Schiene etwa eine Stunde braten.

Zwischendurch immer wieder mit der Butter aus dem Bräter begießen, damit das Huhn nicht zu trocken wird. Nach der Garzeit das Perlhuhn aus dem Ofen holen und etwa zehn Minuten ruhen lassen. Dann das Küchengarn entfernen und das Huhn tranchieren. Den Bratsud mit etwas Salz abschmecken und getrennt zum Huhn servieren. Mit Preiselbeersoße und Süßkartoffelpüree anrichten.

Preiselbeersoße:

Den Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen. Mit dem Rotwein ablöschen und rühren, bis sich der Karamell auflöst. Die Preiselbeeren und die Nelken dazugeben und etwas köcheln lassen. Zum Schluss mit Zimt, Salz und Piment d'Espelette abschmecken.

Süßkartoffelpüree:

Die Süßkartoffeln schälen, in kleine Stücke schneiden und in einen Topf geben. Den Topf mit Wasser auffüllen, sodass die Kartoffeln knapp bedeckt sind, und jeweils eine Prise Salz und Zucker dazugeben. In etwa 25 Minuten gar kochen.

Das Kochwasser abgießen und zunächst aufheben. Die Kartoffeln pürieren. Die Bio-Orange heiß abwaschen und trocknen. Mit einem Zestenreißer dünne Zesten aus der Orangenschale ziehen, anschließend die Orange auspressen. Orangenzesten und Butter unter das Süßkartoffelpüree ziehen. Das Püree mit Orangensaft und Meersalz abschmecken.

Falls das Püree zu fest ist, noch etwas Kochwasser dazugeben.

Lea Linster am 05. Dezember 2013

Hühner-Brust mit wenig indischen Gewürzen

Für 4 Personen

300 – 400 g Hühnerbrust	2 EL Öl	30 g Butter
1 Zwiebel, klein	4 Frühlingszwiebeln	1 Apfel
1 Tasse Basmatireis	5-6 Karotten	5-6 Zucchini
4-5 Frühlingszwiebeln	1 dl Weißwein	5 cl Sahne, flüssig
1 EL Garam-Masala	Öl	Butter
Salz	Zucker	Pfeffer

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Das Hühnerfleisch in drei Mal drei Zentimeter große Würfel schneiden und in einer Schüssel mit zwei Esslöffel Öl mischen. Mit Pfeffer, Salz und Garam-Masala gleichmäßig würzen. In 20 Gramm geklärter Butter etwa vier Minuten bei starker Hitze schön anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne heben, das überflüssige Fett abgießen und restliche Butter in die noch heiße Pfanne geben. Die Zwiebel in Halbringe schneiden, dazugeben und goldbraun werden lassen. Die Zwiebeln mit dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Die Sahne hinzugeben, aufkochen lassen und das angebratene Hühnerfleisch hinzugeben. Vier Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und darüber streuen. Den Apfel mit Schale in jeweils 12 Scheiben schneiden. In etwas Butter mit ein wenig Zucker karamellisieren. Den Basmatireis mit fast der doppelten Menge an Wasser in einen Topf geben. Eine Möhre raspeln und ebenfalls in den Topf geben. Den Topf für ungefähr 15 Minuten in den vorgeheizten Backofen stellen. Karotten, Zucchini und die restlichen Frühlingszwiebeln säubern. Die Zucchini in sehr dünne Scheiben schneiden. Das Gemüse in einer heißen Pfanne mit etwas Öl kurz anbraten und salzen. Das Hühnerfleisch zusammen mit den karamellisierten Apfelspalten, Basmatireis und dem Gemüse anrichten.

Lea Linster am 01. August 2008

Mais-Poularde vom Grill mit Okra-Petersilien-Gemüse

Für 4 Personen

Scharfe Gewürzmischung:

0,5 EL Koriander 0,5 EL Kreuzkümmel 0,5 TL Pfeffer, schwarz

0,5 TL Kardamom 0,5 TL Gewürznelken 0,5 TL Zimt

Muskat

Maispoularde:

2 Maispoularden, a 800 g 2 Chilischoten, rot 2 Chilischoten, grün

2 Stangen Zimt 1 Zitrone, gelb 1 Zitrone, grün

Olivenöl Salz Pfeffer, zerstoßen

Okra-Petersilien-Gemüse:

400 g Okra 2 Zehen Knoblauch 1 Zitrone

1 Bund Petersilie, glatt Olivenöl Meersalz

Pfeffer

Den Backofen auf 180 bis 200 Grad vorheizen.

Scharfe Gewürzmischung:

Koriander, Kreuzkümmel, Pfeffer, Kardamom, Zimt und eine Prise Muskat mit einem Mörser gut vermengen.

Maispoularde:

Mit einer Geflügelschere das Rückgrat der Maispoularde herausschneiden. Die Flügelspitzen, überschüssige Haut und Fett abschneiden. Mit einem dicken Messer den Hals- oder Gabelknochen in zwei Stücke schneiden und das Huhn platt drücken. Die Haut einschneiden und sowohl die Beine als auch die Flügel hineinstülpen. Die Brustfilets am Halsknochen einschneiden und jeweils eine grüne und eine rote Chilischote sowie in die Mitte eine Zimtstange spicken. Nun eine Grillpfanne erhitzen und das eingeölte Huhn leicht schräg mit der Hautseite drauf legen. Etwa drei Minuten braten, dann in die entgegengesetzte Schräge legen und weitere zwei bis drei Minuten braten. Dann die Innenseite der Poularde mit der Gewürzmischung bestreuen, salzen und pfeffern. Mit einer Reibe die Schale beider Zitronen drüber reiben und mit der Hautseite nach oben in eine Bratpfanne legen. Die Haut mit Salz und der Gewürzmischung abschmecken. Noch etwas Abrieb- und Saft der Zitronen über die Poularde geben und im vorgeheizten Backofen für etwa 25 Minuten braten. Die Hautseite kurz vor dem Anrichten pfeffern.

Okra-Petersilien-Gemüse:

Die Okrastiele entfernen, waschen, trocknen und in zwei Zentimeter lange Stücke schneiden. In heißem Olivenöl schön fest anbraten. Dann erst den gehackten Knoblauch und etwas Zitronensaft dazu geben. Eine Minute gehen lassen und dann Zitronenabrieb, Petersilie, Meersalz und Pfeffer hinzugeben.

Lea Linster am 11. Juni 2010

Poularde bella aurore

Für 4 Personen

Poularde:

1 Poularde, ca. 1,5 kg	50 g Butter	1 Zweig Thymian
0,5 Bund Petersilie, glatt	1 Zehe Knoblauch	1 Lorbeerblatt
0,5 Stange Porree	400 ml Weißburgunder	1 Ei
300 g Sahne	0,5 Zitrone	1 EL Butter
Salz	Pfeffer	

Steinpilze:

200 g Steinpilze, frisch	50 g Butter	Salz
Pfeffer		

Poularde:

Die Poularde in acht Stücke teilen, kurz kalt abspülen und gut trocken tupfen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Butter in einer Pfanne zerlassen und die Poulardenstücke darin andünsten. Das Fleisch soll nicht braun werden. Die Bruststücke herausnehmen und beiseite stellen. Thymian, Petersilie, Porree und Knoblauch in das Lorbeerblatt einwickeln und das Bouquet garni mit Küchengarn verschnüren. Zum restlichen Fleisch in die Pfanne geben und mit dem Wein angießen. Den Deckel auf den Topf legen und 20 Minuten leise köcheln lassen. Danach die Bruststücke zufügen und weitere 20 Minuten schmoren. Das Fleisch herausnehmen und in einer tiefen Schale warm stellen. Das Bouquet garni ebenfalls herausfischen. Den Saft der Zitrone auspressen. Eigelb und Sahne verrühren und mit in den Schmorsud geben. Die Soße soll jetzt nicht mehr kochen. Mit Zitronensaft, Salz und frischem Pfeffer abschmecken und noch einen Esslöffel Butter unterrühren.

Steinpilze:

Steinpilze säubern und in Scheiben schneiden. Butter in der Pfanne von beiden Seiten goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Poularde und die Steinpilze mit der Soße nappieren.

Lea Linster am 13. November 2009

Innereien

Kalb-Nieren

Für 4 Personen

1 Kalbsniere	2 Kartoffeln	2 Zwiebeln
1 EL Butter	1 Bund Thymian	50 g Butter, geklärt
3 cl Gin	1 EL Wacholderbeeren	50 g Butter
1 dl Kalbssoße	1 Bund Blumenkresse	Meersalz
Petersilie	Salz	Pfeffer

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Niere aus dem Fett holen und putzen. Die Kartoffeln und die Zwiebeln schälen. Die Zwiebeln halbieren, die Hälfte fein schneiden und in einer Pfanne mit einem Esslöffel Butter, Salz, Pfeffer und Thymian schmoren. Die Kartoffeln in feine Taler schneiden, und kreisförmig übereinanderlegen, salzen, mit 30 Gramm geklärter Butter bestreichen und im vorgeheizten Backofen circa 20 Minuten garen lassen. Die Wacholderbeeren zerstoßen. In einer nicht zu großen Pfanne 20 Gramm geklärte Butter erhitzen. Die ungewürzte Niere im Ganzen darin braten bis sie goldbraun ist. Sobald das geschehen ist, das überflüssige Fett entfernen und noch 50 Gramm Butter hinzufügen. Leicht salzen und pfeffern und mit einem Löffel das Fleisch in der Pfanne übergießen. Nun die zerstoßenen Wacholderbeeren hinzugeben, mit dem Gin übergießen und mit einem Streichholz anzünden. Sofort die Nieren herausnehmen und auf ein Gitterrost legen. Die Soße, die sich in der Pfanne gebildet hat, in eine kleine Kasserolle tun, das Gitterrost mit den Nieren über die Pfanne stellen und bei 120 Grad warmhalten. Die Soße aufkochen, den Kalbsjus hinzugeben, aufkochen, eine Nuss Butter hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. von den Zwiebeln auf große warme Teller verteilen. Die krossen Kartoffeln auf die Zwiebeln legen und das Loch mit Zwiebeln und fein gehackter Petersilie füllen. Die Kalbsnieren in feine Scheiben schneiden und auch kreisförmig über die Kartoffel dressieren. In der Mitte etwas Kresse platzieren und die Nieren mit Fleur de Sel bestreuen. Dazu die Soße reichen.

Lea Linster am 04. November 2011

Kalb

Kalb-Filet in Zitronen-Zesten mit Karotten und Chicorée

Für 4 Personen

Kalbsfilet:

800 g Kalbsfilet	1,5 Zitronen, unbehandelt	1,5 Limetten, unbehandelt
4 Sorten Pfeffer, geschrotet	Erdnussöl, geschmacksneutral	Meersalz

Chicorée:

2 Chicorée	Butter	Salz
Zucker		

Karotten:

8 Babykarotten	400 ml Karottensaft	200 ml Orangensaft
1 Zehe Knoblauch	Butter, kalt	Safran

Kalbsfilet:

Das Filet putzen, mit Öl bestreichen und auf einer heißen Grillplatte von allen Seiten grillen. Auf einer Arbeitsfläche Frischhaltefolie ausbreiten. Die Schale der Zitronen und Limetten abreiben. Nun großzügig Meersalz und den geschroteten Pfeffer verteilen. Das Kalbsfilet darauf legen und in der Frischhaltefolie einrollen. Nun zwölf Minuten im Dampf bei circa 90 Grad garen. Danach zehn Minuten im ausgeschalteten Backofen ruhen lassen. Die Folie entfernen und das Filet portionieren.

Chicorée:

Den Chicorée putzen, in Scheiben schneiden und ihn in etwas Butter mit einer Prise Salz und Zucker braten.

Karotten:

Die Karotten putzen und in einer Pfanne kurz schmoren lassen. Mit Karotten- und Orangensaft ablöschen und etwas einköcheln lassen. Den Knoblauch kurz in der Soße ziehen lassen. Etwas kalte Butter und eine Prise Safran in die Soße geben.

© Spiegel TV infotainment

Lea Linster am 28. Januar 2011

Kalb-Filet Mignon mit Rosmarin-Mirabellen

Für 4 Personen

Kalbsfilet:

1 Kalbsfilet	3 EL Butter, geklärt	6 Zehen Knoblauch
1 Strauß Thymian	2 dl Kalbsjus	Salz
Pfeffer		

Mirabellen:

400 g Mirabellen	2 EL Butter	3 EL Zucker
1 Zitrone	0,5 Bund Rosmarin	Salz

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Kalbsfilet:

Das Kalbsfilet schnüren, damit es eine schöne Form behält. Salzen und pfeffern. In einer Pfanne die gekläarte Butter erhitzen und das Kalbsfilet darin gut anbraten. Knoblauch und Thymian dazu geben und tüchtig mit der Butter übergießen. Das Filet etwa acht Minuten lang anbraten und dann in für zwölf Minuten in den vorgeheizten Backofen stellen. Anschließend auf einem Tortenrost ruhen lassen. Den Kalbsjus erhitzen und mit dem Bratsaft vermischen.

Mirabellen:

Die Mirabellen entsteinen. In einer Pfanne die Butter erhitzen. Die Mirabellen dazu geben, sautieren, mit dem Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Einige Spritzer Zitronensaft und den Rosmarin dazu geben. Mit einer Prise Salz abschmecken.

Lea Linster am 16. Juli 2010

Kalb-Koteletts mit Knoblauch und Zwiebel-Gemüse

Für 4 Personen

Zwiebelgemüse:

1 kg Zwiebeln	1 Zweig Thymian	1 Glas Weißwein
1 Tasse Gemüsebrühe	2 EL Crème-fraîche	Majoran
Butter	Salz	Pfeffer

Kalbskotelettes:

4 Zehen Knoblauch	1 EL Butter	1 TL Zucker
1 Kalbskotelett, mit Kn. (450 g)	2 EL Butter, geklärt	3 – 4 Zweige Thymian
Meersalz	Pfeffer	

Zwiebelgemüse:

Die Zwiebeln fein schneiden und in etwas Butter anbraten. Mit Salz, Pfeffer, etwas Majoran und dem Thymianzweig würzen. Dann mit dem Weißwein und der Gemüsebrühe ablöschen und reduzieren. Die Crème-fraîche unterrühren.

Kalbskotelettes:

Die Knoblauchzehen abziehen und halbieren. Den Knoblauch in der heißen Pfanne mit Butter glasig dünsten, mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Etwas Salz darüber geben. Das Kalbskotelett kurz unter kaltem Wasser abspülen, damit keine Knochensplitter auf dem Fleisch sind. Mit Küchenpapier trocken tupfen, salzen und pfeffern. In der sehr heißen, geklärten Butter von jeder Seite anbraten und dabei zwei Thymianzweige mit in die Pfanne geben. Mit einem Löffel die Thymianbutter ausschöpfen und das Fleisch während des Bratens immer wieder damit übergießen. Den Knoblauch in die Pfanne dazugeben und erhitzen. Schließlich den Knoblauch auf dem Fleisch drapieren und mit frischem Thymian dekorieren.

Lea Linster am 24. Februar 2012

Piccata vom Kalb auf Spinat

Für 4 Personen

Piccata:

4 Kalbsschnitzel, a 125 g 40 g Butter Salz

Spinat:

500 g Blattspinat 10 g Butter 50 ml Hühnerfond

Salz

Anrichten:

0,25 Bund Petersilie 0,5 Zitrone Pfeffer

Piccata:

Die Kalbsschnitzel plattieren. In einer großen Pfanne die Butter erhitzen. Die Schnitzel nur leicht an der Oberseite salzen und mit der gesalzenen Seite nach unten in die Butter legen. Einmal anheben und die Oberseite auch leicht salzen. Erst wenn die Unterseite Farbe hat, die Scheibchen drehen und von der anderen Seite genauso anbraten.

Spinat:

Den Blattspinat putzen, waschen und trocken schleudern. In einer großen Pfanne die Butter mit dem Hühnerfond anrühren und mit Salz abschmecken. Den Spinat darin kurz durchschwenken, bis er zusammenfällt. Abgießen, auf vorgewärmte Teller verteilen und im Backofen warm halten.

Anrichten:

Die Petersilie putzen und fein hacken. Die Schnitzelchen auf dem Spinat anrichten. Das verbliebene Bratfett der Picatta mit etwas Zitronensaft ablöschen und einen Esslöffel fein gehackte Petersilie über die Schnitzelchen geben. Mit Pfeffer abschmecken.

Lea Linster am 20. Mai 2011

Lamm

Lamm-Filet, Minz-Soße, Karotten, Parmentier-Kartoffeln

Für vier Personen

Lamm:

1 Lammfilet	Pfeffer	Salz
Öl		

Soße:

1 Schalotte	150 ml Weißweinessig	25 g Zucker
50 ml Wasser	100 g Pfefferminze, frisch	Salz

Parmentierkartoffeln:

500 g Kartoffeln	40 g Butter	Pfeffer
Salz		

Rahmkarotten:

500 g Karotten	100 g Butter, geklärt	30 g Zucker
0,25 Bund Petersilie	Schlagsahne	Salz

Anrichten:

4 Blätter Minze

Den Backofen auf 150 Grad vorheizen.

Lamm:

Das Lammfilet mit Salz und Pfeffer einreiben und in Öl stark anbraten. Dann im vorgeheizten Backofen circa zehn bis zwölf Minuten garen lassen.

Soße:

Die Schalotte schälen und fein würfeln. Schalottenwürfel, Weinessig, Zucker und eine Prise Salz in einen Topf geben und kurz aufkochen lassen. Wasser dazugeben und etwas reduzieren lassen. Die Pfefferminze hacken, zugeben und sämig einrühren.

Parmentierkartoffeln:

Die Kartoffeln würfeln, in kochendem Salzwasser blanchieren und in Butter anbraten. Die Pfanne dann in den Ofen stellen, damit die Kartoffeln weitergaren, bis sie goldbraun sind. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rahmkarotten:

Die Karotten würfeln und in der geklärten Butter garen. Zucker, Salz und Petersilie zugeben. Anschließend nach Wunsch noch etwas Sahne einrühren.

Anrichten:

Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden. Die Minzsoße dazugeben und mit den Karotten und Kartoffeln garnieren. Die frischen Minzeblätter auf das Fleisch legen.

Tipp:

Statt der Parmentierkartoffeln kann man die Kartoffeln auch kochen, grob stampfen, mit etwas Sahne vermengen und mit Gewürzen nach Wahl abschmecken. Die Masse dann in Metallringe füllen und von beiden Seiten in etwas brauner Butter anbraten. Das Gericht kann noch mit einer feinen Soße abgerundet werden.

Lea Linster am 30. März 2012

Lamm-Koteletts mit Kräuter-Butter und Ratatouille

Für 2 Personen

500 g Lammkarree	400 g Zucchini	400 g Tomaten
200 g gelbe, rote Paprika	1 Aubergine	1 Zitrone
2 Zwiebeln	6 Knoblauchzehen	200 g weiche Butter
Olivenöl	1 Bund Majoran	1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Basilikum	0,5 Bund Thymian	Piment
Salz	Meersalz	weißer Pfeffer

Die Zucchini waschen, von den Enden befreien und in Scheiben schneiden. Die Aubergine schälen, von den Enden befreien und klein schneiden. Die Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Zwei Knoblauchzehen abziehen und zerdrücken. Die Tomaten in kochendem Wasser kurz überbrühen und anschließend abziehen, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Die Paprikaschoten vom Strunk und den Kernen befreien und in Streifen schneiden. Anschließend das Ganze in etwas Olivenöl etwa 25 Minuten schmoren und mit Salz und Piment abschmecken. Die Zitrone halbieren und auspressen. Etwas Basilikum, Petersilie und Majoran zupfen, fein hacken und mit der Butter vermengen. Das Ganze mit Meersalz, weißem Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Die weiche Butter auf eine doppelte Lage Frischhaltefolie geben, zu einer Rolle wickeln und in den Kühlschrank geben. Das Lammkarree waschen und trocken tupfen. Anschließend sorgfältig die Häutchen zwischen den Knochen entfernen und in einzelne Koteletts teilen. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Lammkoteletts von jeder Seite etwa zwei Minuten anbraten. Die restlichen Knoblauchzehen abziehen und zusammen mit dem Thymian zu dem Fleisch in die Pfanne geben. Die Kräuterbutter aus dem Kühlschrank nehmen und in Scheiben schneiden. Die Lammkoteletts mit der Kräuterbutter und dem provenzalischen Ratatouille auf Tellern anrichten und servieren.

Lea Linster am 21. April 2011

Lamm-Koteletts mit Ratatouille

Für vier Personen

Lammkoteletts:

1 Kg Lammcarré	2 EL Olivenöl	4 – 6 Zehen Knoblauch
4 – 6 Stängel Thymian	Meersalz	

Ratatouille:

750 g Zucchini	1 Aubergine, 200 g	2 Zwiebeln
700 g Tomaten	2 Zehen Knoblauch	200 g Paprika, grün
3 – 4 EL Olivenöl	Piment	Salz

Lammkoteletts::

Das Lammcarré putzen und in einzelne Koteletts teilen. In der Grillpfanne das Öl erhitzen und die Lammkoteletts sehr heiß braten. Die Knoblauchzehen und den Thymian hinzugeben. Zwei Minuten braten, umdrehen und salzen. Noch mal circa zwei Minuten auf dieser Seite braten.

Ratatouille:

Die Zucchini waschen und ungeschält in Taler schneiden. Die Aubergine schälen und in Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Tomaten in jeweils sechs Stücke teilen, häuten und entkernen. Die Knoblauchzehen entkeimen und zerdrücken, die Paprikaschoten entkernen und in Streifen schneiden. Alles zusammen in drei bis vier Esslöffel Olivenöl etwa 30 Minuten schmoren lassen. Mit Salz und frisch gemahlenem Piment würzen und heiß mit den Lammkoteletts servieren.

Lea Linster am 14. September 2012

Lamm-Rücken im Kartoffel-Mantel mit Saubohnen

Für 4 Personen

Lamm, Kartoffelmantel:

800 g festk. Kartoffeln	6 EL Öl	3 EL glatte Petersilie
500 g ausgel. Lammrücken	feines Meersalz	frisch gemahlener Pfeffer
50 g Semmelbrösel		

Soße und Gemüse:

0.5 l Lammfond	50 g kalte Butter	1 Zweig Rosmarin
10 junge Möhren	70 g Butter	Zucker
2 Zehen Knoblauch	400 g Saubohnenkerne	Meersalz, Pfeffer

Anrichten:

Kerbelblätter

Lamm, Kartoffelmantel:

Die Petersilie grob hacken. Kartoffeln schälen, waschen und in feine Streifen hobeln. Die Kartoffelstreifen gut ausdrücken und mit Küchenpapier trocken tupfen.

Die Hälfte des Öls in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen und die Hälfte der Kartoffelstreifen für einen etwa 0,5 cm dicken Kartoffelpuffer (etwa 24 cm Durchmesser) in die Pfanne geben.

Den Puffer nur auf einer Seite goldbraun backen. Den Kartoffelkuchen mit der gebratenen Seite nach unten auf ein Küchentuch gleiten lassen und mit der Hälfte der Petersilie bestreuen. Aus den restlichen Kartoffeln im übrigen heißen Öl einen weiteren Kartoffelpuffer backen, ebenfalls auf ein Küchentuch geben und mit der restlichen Petersilie bestreuen.

Den Backofen auf 220 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Ein Ofengitter auf die mittlere Schiene und darunter ein Abtropfblech schieben. Das Fleisch in 2 gleich große Stücke à 20 cm Länge schneiden. Diese salzen und pfeffern und in den Semmelbröseln wenden. Nun die Lammstücke auf die Kartoffelpuffer legen und mithilfe eines Küchentuchs vorsichtig einrollen. Die Kartoffeln sanft andrücken und die seitlichen Enden zusammendrücken.

Die Lammrücken auf dem Gitter im vorgeheizten Backofen etwa 15 Minuten rosa garen.

Soße und Gemüse:

Für die Soße den Lammfond mit dem gewaschenen Rosmarin in einem Topf bei starker Hitze auf die Hälfte einkochen. Dann den Rosmarin entfernen. Butter in kleine Stücke schneiden und kurz vor dem Servieren mit einem Stabmixer unter die Soße rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Während das Lamm im Ofen gart, das Gemüse zubereiten: Möhren putzen, schälen und längs halbieren. Butter in einem Topf mit dickem Boden bei mittlerer Hitze aufschäumen, Möhren hinzufügen und mit Salz und 1 Prise Zucker würzen. Ungeschälte Knoblauchzehen dazugeben. Möhren zugedeckt bei niedriger Hitze insgesamt etwa 15 Minuten langsam hellbraun schmoren lassen, nach etwa 7 Minuten den Deckel abnehmen.

Die Bohnenkerne in kochendem Salzwasser etwa 4 Minuten blanchieren.

Danach in ein Sieb abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.

Anrichten:

Das Fleisch aus dem Backofen nehmen und in jeweils 4 Scheiben schneiden. Je 2 Scheiben Lammrücken mit den Möhren und den Bohnen auf Tellern anrichten. Die Soße darüber träufeln und nach Belieben mit Kerbelblättern garnieren.

Lea Linster am 02. April 2020

Meer

Jakobsmuscheln auf Roter Bete

Für 4 Personen

600 g Rote Bete, gekocht	500 ml Rote Bete-Saft	12 Jakobsmuscheln
200 g Butter	1 Schalotte	0,5 Bund Schnittlauch
Portwein	Balsamico	Rotweinessig
Butterwürfel, kalt	Nussbutter	Pfeffer
Zucker, Salz		

Die Hälfte der Roten Bete in Würfel schneiden und mit etwas Salz, Zucker und Pfeffer in einen Topf geben. Portwein und den Rote-Bete-Saft zugeben und zehn Minuten kochen lassen. In der Zwischenzeit die Jakobsmuscheln öffnen und putzen. Etwas Balsamico zu der Roten Bete geben und abermals fünf Minuten kochen lassen, dann abpassieren und die Rote Bete in einen Mixer geben. Die Flüssigkeit so lange reduzieren, bis sie eine sirupartige Konsistenz hat. Nun etwas Rotweinessig hinzugeben und die Hälfte des Sirups zu der Roten Bete geben und mixen. Nun die Butter in Würfel schneiden, ebenfalls zugeben, nochmals abschmecken und durch ein Sieb passieren. Den verbliebenen Sirup aufkochen und mit ein paar kalten Butterwürfel aufmontieren. Die Schalotte schälen, fein würfeln und zugeben. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gewürfelten Schalotten und Butterwürfel zugeben und nochmals abschmecken. Die restliche Rote Bete in Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit etwas Öl langsam vor sich hin schmoren lassen. Die Jakobsmuscheln in einer Pfanne mit Nussbutter, Salz und Pfeffer goldbraun anbraten. Die Rote Bete- Scheiben mit dem Püree, der Soße und den Jakobsmuscheln anrichten und mit Schnittlauchhalmen garnieren.

Lea Linster am 18. Februar 2011

Mango-Garnelen-Spieße

Für 4 Personen

1 Mango	4 Riesengarnelen	Salz
Zucker	2 EL Olivenöl	1 EL Butter
1 Sträußchen Thymian	1 (Bio-) Limette	$\frac{1}{2}$ Grapefruit
1 Prise Pfeffer	einige Blätter Koriander	

Mango schälen, Fruchtfleisch am Stein entlang abschneiden und in gleichmäßige Würfel schneiden.

Garnelen schälen, den Kopf und den Schwanz abschneiden. Garnelen mit einem scharfen Messer am Rücken entlang knapp einschneiden, um den schwarzen Darmfaden entfernen zu können. Das Garnelenfleisch in Stücke schneiden, die möglichst genauso groß sein sollten wie die Mangowürfel.

Garnelen- und Mangowürfel auf Holzspieße stecken und mit Salz und etwas Zucker würzen.

In einer Pfanne die Spieße in heißem Olivenöl braun braten. Die Butter hinzufügen und die Spieße darin schwenken. Das gewaschene Thymiansträußchen zum Aromatisieren mit in die Pfanne geben.

Limette heiß abspülen, die Schale mit einem Zestenreißer abziehen oder abreiben und auf die Spieße streuen.

Zum Schluss den feinen Bratsud in der Pfanne mit dem ausgepressten Limetten- und Grapefruit-saft ablöschen und mit einem Hauch Chili würzen. Die Spieße etwa zwei Minuten darin ziehen lassen. Wer mag, steuert vor dem Servieren noch ein paar Blättchen Koriander über die Spieße.

Lea Linster am 05. Dezember 2011

Mejillones (Miesmuscheln) a la Flamenca

Für 4 Personen

Mejillones a la Flamenca:

2,5 kg Miesmuscheln	3 Eier	50 g Oliven, grün, kernlos
0,5 Bund Petersilie	1 Bleichsellerie	1 Schote Paprika, rot
3 EL Olivenöl	3 EL Essig	1 Lorbeerblatt
1 Zweig Thymian	2 Zehen Knoblauch	Salz
Pfeffer		

Tostadas de Tomate:

4 – 5 Tomaten	8 Scheiben Brot	2 Zehen Knoblauch
---------------	-----------------	-------------------

Mejillones a la Flamenca:

Miesmuscheln säubern, waschen und in einen großen Topf geben. Etwas Wasser, Lorbeerblatt und Thymian dazugeben und zugedeckt kochen, bis sich die Muscheln öffnen. Dann vom Feuer nehmen und abkühlen lassen. Eine Tasse des Kochwassers aufheben. Eine Schalenhälfte entfernen und die andere mit den Muscheln auf einer Platte anrichten. Die Knoblauchzehen klein hacken und in eine Schüssel mit Essig und Öl, Salz und Pfeffer geben. Die Eier hart kochen. Paprika, geschälte Eier, Bleichsellerie, Petersilie und Oliven klein würfeln und hinzugeben. Die Tasse Kochwasser darüber gießen. Alles gut durchmischen und über die Muscheln verteilen. Bis zum Servieren mindestens eine Stunde im Kühlschrank aufheben. Tostadas de Tomate con Aceite de Oliva y Ajo: Die Brotscheiben in einer Pfanne kurz anrösten. Die Knoblauchzehen halbieren und die Brotscheiben damit einreiben. Von den Tomaten die Kerne und die Stängelansätze entfernen und das Tomatenfleisch fein pürieren. Das Tomatenpüree auf die Brotscheiben geben.

Lea Linster am 10. Oktober 2008

Rind

Rinder-Filet mit Rotwein-Soße

Für 4 Personen

Rinderfilet:

4 dicke Rinderfiletsteaks 40 g Butter Meersalz, fein
Pfeffer

Rotweinsoße:

2 Schalotten 250 ml Rotwein, kräftig 1 Zweig Thymian
50 g Butter 250 ml Kalbsfond 1 Zwiebel
Schnittlauch Meersalz, fein Pfeffer, schwarz

Rinderfilet:

Rinderfiletsteaks rundherum mit Küchengarn in Form binden und mit der Handfläche etwas flach drücken. Die Butter in einer heißen Pfanne mit dickem Boden aufschäumen lassen. Rinderfilets salzen und pfeffern und sobald die Butter aufhört zu schäumen, in die Pfanne legen. Steaks leicht anheben, damit die Butter sich darunter verteilen kann und von beiden Seiten insgesamt acht bis zehn Minuten medium braten. Dabei immer wieder mit einem Löffel die heiße Butter über die Steaks gießen, damit sie gleichmäßig garen und schön braun werden. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Rinderfilets noch kurz darin ruhen lassen.

Rotweinsoße:

Die Schalotten klein schneiden, die Hälfte davon zusammen mit dem Rotwein, dem Thymianzweig und dem zerstoßenen Pfeffer in einem kleinen Topf zum Kochen bringen. Rotwein fast sirupartig einkochen lassen. Thymianzweig entfernen. Den Rest der kleingeschnittenen Schalotten in einem kleinen Topf bei milder Hitze in einen halben Esslöffel Butter anschwitzen. Mit Kalbsfond aufgießen und auf ein Drittel einkochen lassen. Rotweinreduktion dazugeben, kurz mitköcheln lassen und die Soße durch ein feines Sieb passieren. Die restliche Butter in kleinen Stückchen in die Soße hinein schmelzen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und warm halten. Die Zwiebel und den Schnittlauch fein schneiden. Die Steaks auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit jeweils zwei bis drei Esslöffel heißer Soße übergießen. Zwei Esslöffel Schnittlauch und zwei Esslöffel Zwiebeln vermischen und davon jeweils einen Esslöffel auf die Steaks geben. Meersalz und zerstoßenen Pfeffer darüber streuen und sofort servieren.

Lea Linster am 15. Januar 2010

Salat

Avocado-Orangen-Spargel-Salat mit Hummer-Mayonnaise

Für 4 Personen

Soße:

3 TL Senf	6 Eier, sehr frisch	425 ml Traubenkernöl
6 Tomaten	10 Stängel Estragon	9 EL Hummerfond
Pfeffer	Salz	

Salat:

4 Orangen, unbehandelt	2 TL Honig	1 EL Dijon-Senf
100 ml Melforessig	50 ml Cherryessig	250 ml Traubenkernöl
1 kg Spargel	2 Avocados, nicht zu reif	Blätter, grün
Tabasco	Piment-d'Espelette	Schnittlauch
Pfeffer	Salz	

Soße:

Senf und Eigelb miteinander verrühren. Das Öl ganz langsam, unter ständigem Rühren in feinem Strahl hinzu gießen. Die Tomaten überbrühen, abziehen und halbieren. Die Kerne hinaus nehmen und das Tomatenfleisch in Würfel schneiden. Die Estragonblättchen in Streifen schneiden und mit den Tomaten zu der Mayonnaise geben. Nun noch so viel Hummerfond hinzugeben, bis die richtige Konsistenz entsteht.

Salat:

Alle vier Orangen auspressen und von zweien die Schale klein reiben, dann zwei Teelöffel Honig hinzugeben und zur Hälfte einkochen, etwas abkühlen lassen. Den Senf und beide Essigsorten hinzufügen und langsam das Traubenkernöl unterrühren. Mit Salz, Pfeffer, Tabasco und Piment d'Espelette abschmecken und einmal mit dem Stabmixer durchgehen. Spargel schälen, schräg in kleine Scheiben schneiden und etwas salzen. Den Spargel zwei bis drei Stunden wässern, mit der Vinaigrette marinieren und etwas Schnittlauch drüber streuen. Anschließend die Avocado in kleine Spalten schneiden und mit den grünen Blättern unter den Spargelsalat heben.

Lea Linster am 09. September 2011

Bananen-Salat mit Limetten-Sahne

Für 4 Personen:

80 g Zucker	100 ml Wasser	2 (Bio-) Limetten
8 Mini- Bananen	200 g Sahne	

Zuerst einen Zuckersirup herstellen: Dafür Zucker und Wasser zusammen aufkochen, bis sich der Zucker gelöst hat. Abkühlen lassen.

Die Bio-Limetten heiß abspülen, mit Küchenpapier abtrocknen und mit dem Zestenreißer schmale Streifen aus der Schale schneiden. Eine Limette auspressen und den Saft mit fünf Esslöffeln Zuckersirup und der Hälfte der Limettenzesten vermischen.

Die Bananen schälen, in Scheiben schneiden und sofort mit dem Limettensirup vermischen, damit sie nicht braun werden. Die Sahne steif schlagen und mit etwas Limettensaft und ein paar Limettenzesten abschmecken.

Den Bananensalat in Schälchen verteilen, je nach Geschmack auch den Saft der zweiten Limette darüber verteilen und zum Schluss die Sahne daraufgeben.

Lea Linster am 06. Dezember 2013

Langustinen mit Avocado-Grapefruit-Salat

Für vier Personen

Orangenvinaigrette:

2 Orangen, unbehandelt	2 TL Dijon-Senf	4 EL Melfor-Essig
4 EL Weißweinessig	150 ml Traubenkernöl	Pfeffer
Meersalz		

Langustinen:

1 Grapefruit, rosa	1 Avocado, reif	12 Langustinen
2 EL Olivenöl	Limettensaft	Meersalz

Orangenvinaigrette::

Die Orangen waschen, mit der Käseibe die Schale von einer halben Orange abreiben. Die Orangen halbieren und auspressen. Den Saft von drei Hälften mit der Orangenschale zu einem Sirup einkochen. In den Sirup den restlichen Saft geben, den Senf und die Essige darunter rühren, Meersalz und Pfeffer dazugeben. Das Traubenkernöl unterschlagen.

Langustinen:

Die Grapefruitfilets auslösen. Die Avocado halbieren, den Stein und das Fruchtfleisch herauslösen. Das Avocadofleisch in circa einen Zentimeter dicke Spalten schneiden. Die Spalten und die Grapefruitfilets abwechselnd auf den Tellern drapieren. Die Langustinen mit einer Schere am Rücken aufschneiden, aus der Schale lösen, den schwarzen Darm entfernen und ein wenig auseinanderklappen. Im heißen Olivenöl circa zwei Minuten anbraten. Mit Meersalz und Limettensaft würzen. Auf die Avocado-Grapefruitscheiben legen und die Orangenvinaigrette darüber geben.

Lea Linster am 23. März 2012

Soßen

Rote-Beeren-Soße

Für 4 Personen

1 dl Himbeeressig	20 cl Cassis-Liqueur	20 cl Johannisbeerlikör
5 cl Sherry-Essig	50 g Himbeeren	50 g Johannisbeeren, rot
50 g Johannisbeeren, schwarz	Salz	Pfeffer
Butter		

Himbeeressig, Cassis Liqueur, Johannisbeerlikör und Sherry-Essig circa 15 Minuten einreduzieren lassen. Anschließend mit Himbeeren, roten und schwarzen Johannisbeeren vermengen. Die Fruchtsoße so durch ein Sieb passieren und stoßen, dass das ganze Fruchtfleisch mit durchgedrückt wird. Die Soße mit Salz, Pfeffer und Butter abschmecken.

Lea Linster am 08. August 2008

Rotwein-Soße

Für 4 Personen

Rotweinsöße:

2 Schalotten	250 ml Rotwein, kräftig	1 Zweig Thymian
50 g Butter	250 ml Kalbsfond	1 Zwiebel
Schnittlauch	Meersalz, fein	Pfeffer, schwarz

Die Schalotten klein schneiden, die Hälfte davon zusammen mit dem Rotwein, dem Thymianzweig und dem zerstoßenen Pfeffer in einem kleinen Topf zum Kochen bringen. Rotwein fast sirupartig einkochen lassen. Thymianzweig entfernen. Den Rest der kleingeschnittenen Schalotten in einem kleinen Topf bei milder Hitze in einen halben Esslöffel Butter anschwitzen. Mit Kalbsfond aufgießen und auf ein Drittel einkochen lassen. Rotweinreduktion dazugeben, kurz mitköcheln lassen und die Soße durch ein feines Sieb passieren. Die restliche Butter in kleinen Stückchen in die Soße hinein schmelzen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und warm halten.

Lea Linster am 15. Januar 2010

Schokoladen-Rotwein-Soße

Für 4 Personen

Für die Winterfrüchte:

1 Birne	100 ml Weißwein	1 ½ EL Zucker
4 Feigen	50 g Butter	Meersalz, Pfeffer
8 gegarte Esskastanien	1 EL Zucker	

Für die Rotwein-Sauce:

1 Bund Thymian	750 ml kräftiger Rotwein	1 Lorbeerblatt
2 Gewürznelken	8 schwarze Pfefferkörner	8 Wacholderbeeren
1 Schalotte	30 g Butter	1 TL Zucker
50 ml Balsamicoessig	Meersalz, Pfeffer	Rinderfond

Für das Rehfilet:

2 EL geklärte Butter	600 g Rehfilet	Meersalz, Pfeffer
1 Schuss Cognac		

Für die Schoko.Rotwein-Sauce:

1 EL Johannisbeergelee	1 Rippe dunkle Schokolade	1 Schuss Cognac
20 g kalte Butter	Meersalz, Pfeffer	

Für die Winterfrüchte: Die Birne schälen und vierteln. Die Viertel dann längs in dünne Scheiben schneiden. Den Weißwein mit 1 EL Zucker in einem Topf erhitzen und die Scheiben darin bissfest dünsten. Die Feigen waschen und vierteln. In einer Pfanne 1-2 EL Butter erhitzen, den restlichen Zucker hineinstreuen und die Feigen darin karamellisieren lassen. Mit Meersalz und Pfeffer abschmecken. Die Esskastanien über Wasserdampf erwärmen und anschließend in etwas Zucker karamellisieren.

Für die Rotwein-Sauce: Den Thymian waschen und trocken schütteln. Den Rotwein mit Thymian, Lorbeerblatt, Gewürznelken, Pfefferkörnern und Wacholderbeeren in einen Topf geben. Das Ganze aufkochen und auf 200 ml einkochen lassen. Anschließend die Rotweinreduktion durch ein Haarsieb passieren. Während der Wein kocht, die Schalotte schälen und in kleine Würfel schneiden. 20 g Butter kühl stellen, die restliche Butter in einem kleinen Topf erhitzen. Die Schalotte mit dem Zucker darin anschwitzen, bis sie goldbraun karamellisiert ist. Mit dem Balsamicoessig ablöschen und sirupartig einkochen lassen. Etwas Rinderfond angießen. Wenn alles schön einreduziert ist, die Rotweinreduktion dazugießen und die Saucenbasis beiseite stellen.

Für das Rehfilet: Für das Rehfilet den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) vorheizen. Die geklärte Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen. Das Rehfilet mit Meersalz und Pfeffer würzen und rundum darin anbraten. Einen Schuss Cognac darübergießen und flambieren. Man kann die Pfanne dann auf die geöffnete Backofentür stellen und das Filet am offenen Backofen noch 10 Minuten ziehen lassen. Dabei entspannt sich das Fleisch und der Saft sammelt sich.

Für die Schoko.Rotwein-Sauce: 200 ml der Rotwein-Sauce erhitzen. Den ausgetretenen Fleischsaft einrühren (am besten etwas von der Rotwein-Sauce in die Pfanne geben und durchschwenken, damit nichts von dem schönen Bratensaft verloren geht) und das Johannisbeergelee und die Schokolade darin schmelzen lassen. Die Sauce durch ein Haarsieb passieren und den Cognac dazugeben. Die Sauce mit der kalten Butter in Flöckchen montieren und mit Meersalz und Pfeffer abschmecken.

Das Rehfilet in Scheiben schneiden und mit den Winterfrüchten und der Sauce auf vier vorgewärmten Tellern anrichten. Die restliche Sauce extra servieren.

Lea Linster am 09. Dezember 2017

Speck-Soße

Für 4 Personen

4 Sch. Speck, mager	100 ml Sahne	Öl
Schnittlauch	Buttercroutons	Pfeffer
Salz		

Die Speckscheiben in Würfel schneiden und in einer Pfanne anbraten. Das Fett abgießen, ein Schluck Wasser und die Sahne dazu geben. Nach Geschmack würzen. Mit reichlich Schnittlauch und Buttercroûtons garnieren.

Lea Linster am 06. Mai 2011

Wild-Soße

Für 4 Personen

200 g Bauchspeck	1 Zwiebel	6 cl Balsamico
3 dl Rotwein	3 dl Wildfond	30 g Schokolade, zartbitter
Wacholderbeeren	Butter	Salz
Pfeffer		

Den Speck und die Zwiebel in kleine Würfel schneiden. In etwas Butter anschwitzen und hellbraun werden lassen. Mit Balsamico ablöschen, einkochen lassen und dann mit dem Rotwein angießen. Etwas köcheln lassen und dann den Fond dazu geben. Mit grob gemahlenem Pfeffer und zerstoßenen Wacholderbeeren aromatisieren. 15 bis 20 Minuten köcheln lassen. Die Schokolade klein hacken und unter die Soße heben. Durch ein Sieb passieren und noch mal erhitzen. Etwas Butter dazu geben und mit Salz abschmecken.

Lea Linster am 01. Oktober 2010

Suppen

Kartoffel-Suppe mit Champagner und Sahne

Für 4 Personen):

1 Zwiebel	1 Stange Lauch	300 g Kartoffeln
2 Zehen Knoblauch	3 EL Butter	1 l Hühnerbrühe
Meersalz	200 ml Weißwein	100 g Parmesan
200 ml Sekt	100 ml Sahne	1 Spritzer Zitrone
Muskatnuss	Olivenöl	

Hühnerbrühe:

1 Suppenhuhn	1 Handvoll Meersalz	1 Karotte
0.5 Knollensellerie	1 Stange Lauch	3 Champignons
1 Tomate	1 Gemüsezwiebel	2 Gewürznelken
1 Bouquet garni	0.5 TL weißer Pfeffer	

Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Lauch putzen, sorgfältig waschen und den weißen Teil in schmale Ringe schneiden. Die Kartoffeln schälen, in kleine Stücke schneiden und waschen. Den Knoblauch schälen. Die Butter in einem Suppentopf erhitzen, Zwiebeln und Lauch darin glasig anschwitzen. Kartoffeln und Knoblauch dazugeben, mit der Hühnerbrühe aufgießen und salzen. Alles aufkochen, dann bei schwacher Hitze 10 Minuten köcheln lassen.

Den Weißwein dazugießen und etwa 20 Minuten weiterköcheln lassen, bis die Kartoffeln weich sind. Die Kartoffeln mit zwei Dritteln der Brühe im Mixer fein pürieren. Dann langsam die restliche Brühe untermixen, bis die Suppe die gewünschte Konsistenz hat. Die Suppe durch ein Haarsieb passieren und zurück in den Topf gießen.

Den Parmesan grob reiben, die Sahne halbsteif schlagen. Meersalz, Zitronensaft sowie etwas geriebene Muskatnuss unterrühren und kühl stellen.

Die Suppe wieder erhitzen, vom Herd nehmen und den Champagner hineingießen. Sofort in 4 vorgewärmten Suppentellern anrichten, jeweils einen Klecks Schlagsahne daraufsetzen, etwas Muskatnuss darüberreiben und mit Parmesan bestreuen. Die Suppe jeweils mit einigen Tropfen Olivenöl beträufeln und servieren. Den restlichen Parmesan und knuspriges Baguette extra reichen.

Dazu passt ein fränkischer Silvaner.

Hühnerbrühe:

Das Suppenhuhn kalt abspülen, restliche Federn entfernen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Das Huhn in einen großen Topf legen und 4 Liter Wasser dazugießen. Das Meersalz zugeben und alles aufkochen lassen. Dabei an die Oberfläche steigenden Schaum regelmäßig abschöpfen, damit der Fond schön klar bleibt.

Während das Wasser aufkocht, Karotte und Sellerie schälen und in Stücke schneiden. Den Lauch putzen, sorgfältig waschen und in Ringe schneiden. Die Champignons feucht abwischen und putzen. Die Tomate waschen, vierteln und den Stielansatz entfernen. Die Zwiebel schälen, halbieren und jede Hälfte mit 1 Gewürznelke spicken. Gemüse, gespickte Zwiebel, Bouquet garni und Pfefferkörner zur Brühe geben. Die Hitze reduzieren und die Brühe etwa 3 Stunden köcheln lassen, bis das Huhn weich ist. Dabei regelmäßig prüfen, ob das Huhn noch mit Flüssigkeit bedeckt ist, und bei Bedarf etwas Wasser nachgießen.

Das gekochte Huhn herausnehmen und anderweitig verwenden. Ein Haarsieb mit einem Passier- oder Mulltuch auslegen und die Brühe durch das Sieb abgießen. Die Brühe je nach Rezept verwenden oder portionsweise tiefkühlen.

Lea Linster am 02. Dezember 2019

Pastinaken-Creme-Suppe mit Knoblauch-Kräuter-Sahne

Für 4 Personen

Suppe:

2 Zwiebeln	500 g Pastinaken	50 g Butter
Staudensellerie	150 g Sahne	Salz, Pfeffer
Zitronensaft		

Kräutersahne:

125 g Sahne	2 Knoblauchzehen	gemischte Kräuter
Zitronensaft	Salz, Pfeffer	

Servieren:

Muskatnuss	geriebener Parmesan
------------	---------------------

Suppe:

Zwiebeln und Pastinaken putzen und in Würfel schneiden. Butter in einem Topf erhitzen und beides kurz darin andünsten.

Einen guten halben Liter Wasser hinzufügen und alles 25 Minuten kochen lassen. Für den Geschmack gern noch etwas Liebstöckel oder Staudensellerie mit hineingeben.

150 Gramm Sahne dazugießen, sie nur ganz kurz mitkochen lassen und die Suppe fein pürieren und anschließend durch ein Haarsieb passieren. Etwa 200 Milliliter heißes Wasser hineingießen, um sie auf die perfekte Konsistenz zu bringen. Kräftig mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken.

Kräutersahne:

Zunächst 75 Gramm von der Sahne zusammen mit den zerdrückten Knoblauchzehen und einer Prise Salz aufkochen. Mit einem Haarsieb den Knoblauch herausfiltern und die Sahne in einer Edelstahlschüssel in Eiswasser abkühlen lassen. Ist sie kalt, die restliche kalte Sahne dazugießen und alles steif schlagen. Von den Kräutern nach Wahl die Blättchen abzupfen. Alle Kräuter ganz fein schneiden und unter die Knoblauchsahne heben.

Mit Salz, Pfeffer aus der Mühle und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken.

Servieren:

Das samtige Süppchen in vorgewärmten Tellern oder Suppentassen mit einer Haube von der Knoblauch-Kräutersahne servieren. Wer mag, kann noch einen Hauch frisch gemahlene Muskatnuss und sehr fein geriebenen Parmesan über die Suppe streuen.

Lea Linster am 06. Dezember 2011

Vegetarisch

Creme-Risotto

Für 4 Personen

1 Zwiebel, klein	2 EL Olivenöl	50 g Butter
250 g Risottoreis	200 ml Sekt	600 ml Hühnerfond
50 g Parmesan	50 g Sahne	Pfeffer
Meersalz		

Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Das Olivenöl und 20 Gramm Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Den Reis dazugeben, salzen und den Reis unter ständigem Rühren dünsten, das dauert etwa zwei Minuten. Mit Sekt ablöschen und ganz einkochen lassen. Nach und nach den heißen Hühnerfond dazugeben und immer wieder umrühren. Wer mag, kann jetzt schon einen oder zwei Esslöffel fein geriebenen Parmesan ins Risotto streuen. Den Risotto zugedeckt bei kleiner Hitze mindestens 18 Minuten kochen lassen. Der Reis soll noch etwas Biss haben, also zwischendurch immer mal wieder probieren. Zum Schluss Butter und frisch geriebenen Parmesan unterheben. Die Sahne schlagen und unter den Reis heben. Mit Pfeffer abschmecken und auf vorgewärmten Tellern servieren.

Lea Linster am 15. Oktober 2010

Spaghetti mit frischen Cherry-Tomate

Für 4 Personen

1 kg Tomaten	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
1 Bund Petersilie, glatt	2 EL Kapern	2 EL Oliven, schwarz
Olivenöl	Nudeln	Butter
Parmesan	Tomatensaft	Pfeffer
Zucker	Salz	

Die Tomaten mit kochendem Wasser übergießen und enthäuten. Danach das Tomatenfleisch in Würfel schneiden und die Kerne und den Saft in den Mixbecher der Küchenmaschine geben. Kurz mixen, den Tomatensaft durch das Sieb passieren und beiseite stellen. Die Schalotten und eine Knoblauchzehe fein hacken und sanft in zwei bis drei Esslöffeln Olivenöl andünsten. Dann die Tomatenwürfel dazugeben, umrühren und mit einer Prise Zucker, Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken. Alles bei kleiner Hitze etwa eine halbe Stunde köcheln lassen. Ab und zu umrühren, sollte die Soße zu dick werden, noch etwas Tomatensaft dazugeben. Die Petersilienblätter abzupfen, grob hacken und zur Soße geben. Zum Schluss die Kapern, ausgepresst und gehackt mit ganz fein gewürfelten schwarzen Oliven dazugeben, sodass sie nur noch ein paar Minuten mitkochen. Die Nudeln in viel Salzwasser al dente garen und dann sofort abgießen. Mit der Soße vermischen und noch eine schöne Nuss Butter dazugeben. Auf einer heißen Platte oder auf heißen Tellern anrichten und Parmesan darübergeben.

Tipp:

Statt der Tomaten kann man auch Cherrytomaten nehmen.

Lea Linster am 10. Juni 2011

Vorspeisen

Feiner Rote-Bete-Salat

Für 4 Personen

Für die Saft-Reduktion:

$\frac{1}{2}$ l Rote-Bete-Saft	Johannisbeersaft	2 EL Balsamicoessig
feines Meersalz	Pfeffer	

Für die Rote Bete:

$\frac{1}{2}$ kleine Schalotte	2-3 Rote Bete, vorgekocht	2 EL Reisessig
1 Prise Piment-d'Espelette	1 Granatapfel	Himbeeren
Blaubeeren	einige Minzblätter	

Für die Rote-Bete-Saft-Reduktion:

Den Rote-Bete-Saft mit einem Schuss schwarzen Johannisbeersaft aufkochen und einreduzieren lassen. Anschließend mit etwas Balsamicoessig, Salz und Pfeffer würzen.

Für die Rote Bete:

Die Schalotte schälen und fein schneiden. Kurz in einem Sieb blanchieren und in dem Sieb in Eiswasser abschrecken.

Die Kerne des Granatapfels herauslösen. Ein paar Kerne zur Dekoration zur Seite legen. Die Rote Bete bei Bedarf häuten (am besten mit Einweghandschuhen) und mit dem Gemüsehobel zu sehr feinen Spaghetti oder Streifen reiben. Mit Piment d'Espelette und etwas Meersalz würzen und mit der Schalotte und den Granatapfelkernen vermengen. Ein paar Minuten ziehen lassen. Etwas von der Rote-Bete-Saft-Reduktion auf einen Teller ziehen. Den Rote-Bete-Salat mithilfe einer Gabel aufdrehen und mittig auf dem Teller anrichten, ein Minzblatt anstecken. Einige Granatapfelkerne über den Salat geben und mit Himbeeren und Blaubeeren garnieren.

Lea Linster am 07. Oktober 2017

Lachs-Tatar mit drei Garnituren und Wodka-Sahne

Für 4 Personen

Wodkasahne:

0,5 Zitrone	4 EL Crème-fraîche	2 EL Sahne, geschlagen
2 cl Wodka	Meersalz, fein	

Garnituren:

0,5 Zitrone	2 g Algen, getrocknet	100 g Nordseekrabben
4 – 6 Austern	20 g Kaviar	Olivenöl

Tatar:

400 g Wildlachsfilet	0,5 Zitrone	1 – 2 Schalotten
4 EL Olivenöl, extra nativ	1 – 2 EL Schnittlauchröllchen	Pfeffer
Meersalz, fein		

Wodkasahne:

Ein paar Tropfen Saft der Zitrone auspressen. Crème-fraîche und Sahne miteinander vermischen und mit Salz, Zitronensaft und Wodka abschmecken. Bis zum Gebrauch kalt stellen.

Garnituren:

Den Saft der Zitrone auspressen. Algen einmal aufkochen, quellen lassen, abkühlen und fein hacken. Die Krabben aus der Schale lösen, klein schneiden, mit den Algen vermischen und mit etwas Olivenöl und Zitronensaft würzen. Die Austern öffnen, das Austernfleisch gut über einem Sieb abtropfen lassen, klein hacken und kalt stellen.

Tatar:

Das Lachsfilet kalt abwaschen, trocknen und das graue Fett sorgfältig entfernen. Das Filet erst in dünne Scheiben, dann in Streifen und anschließend in sehr kleine Würfel schneiden. Die Lachswürfel in eine Schüssel geben und diese auf Eis stellen, damit der Tatar schön kalt bleibt. Den Saft der Zitrone auspressen. Die Schalotte schälen, halbieren und möglichst fein würfeln. Den Tatar zuerst mit den Schalotten und dem Olivenöl vermischen, dann mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen und abschmecken. Zum Schluss die Schnittlauchröllchen unterheben. Mit Hilfe eines kleinen Ringes jeweils drei Tatarportionen (ein bis zwei Esslöffel) auf vier Tellern anrichten, mit etwas Wodkasahne und je einem knappen Teelöffel Algen-Krabbenmischung, gehackten Austern und Kaviar je nach Geschmack garnieren und servieren.

Lea Linster am 16. Dezember 2011

Muscheln in Curry-Sahne-Soße

Für 4 Personen

Für die Muscheln:

2 kg Muscheln

Für die Curry-Sahne-Sauce:

1 Schalotte

Butter

100 ml Weißwein

3 Eigelb

Currypulver

3 Safranfäden

125 g Sahne

$\frac{1}{4}$ rote Paprika

$\frac{1}{4}$ grüne Paprika

feines Meersalz

frischer Zitronensaft

Speisestärke

Butter

Öl

$\frac{1}{4}$ Bund Schnittlauch

Lauchgrün

Für die Muscheln:

Die Muscheln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten. Geöffnete Muscheln aussortieren. Einen Topf mit Wasser aufsetzen. Die Muscheln ins kochende Wasser geben und ca. 4 Minuten kochen lassen.

Die Muscheln mit dem Schaumlöffel herausheben und noch geschlossene Exemplare aussortieren. Anschließend die Muscheln aus den Schalen lösen und entbarten (säubern).

Für die Curry-Sahne-Sauce:

Die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Die Butter in einem Topf zerlassen und die Schalotte darin andünsten. Mit Weißwein ablöschen, kurz aufkochen und 2 – 3 Minuten köcheln lassen.

Butter und Öl in einem Topf erwärmen und feinen Curry dazugeben.

Mit etwas von dem Weißwein-Sud aufgießen. Sahne und etwas angerührte Stärke dazugeben. Würzen.

Die Paprika schälen, in sehr feine Würfel schneiden und in die Sauce geben. Zum Abbinden noch etwas Butter hineingeben.

Die Muscheln auf die Teller verteilen und mit der Curry-Sahne-Sauce aufgießen. Mit Schnittlauchröllchen und etwas von sehr feingeschnittenem Lauchgrün garnieren.

Lea Linster am 17. März 2018

Sausage Rolls

Für 4 Personen

50 g Champignons	2 Scheiben Toastbrot	2 EL Milch
2 Eier	200 g Sahne	200 g Hähnchenbrust
100 g Schinken, gekocht	350 g Blätterteig	Cognac
Trüffel	Pfeffer	Salz

Den Backofen auf 180 bis 200 Grad vorheizen. Die Champignons kräftig mit einer Pilzbürste abschrubben und mit einem Hobel in dünne Scheiben schneiden. Dann in Streifen und schließlich in kleine Würfelchen schneiden. Das Toastbrot entrinden und in Milch einweichen. Für die Farce die Hähnchenbrust und den gekochten Schinken in Würfel schneiden und dann mit der Küchenmaschine zerkleinern. Das in Milch eingeweichte Toastbrot und ein Eigelb hinzugeben. Nochmals alles zerkleinern und dann die Sahne hinzufügen. Um eine geschmeidige Farce zu bekommen, wird sie mit einem Holzlöffel in einer Metallschüssel, die auf Eis gestellt wird, geschlagen. Mit Salz abschmecken. Ist die Farce fest, wird ein Schuss Cognac, etwas Trüffel und eine Prise Pfeffer hinzugefügt. Den Blätterteig ausrollen und der Länge nach halbieren, sodass zwei lange Streifen entstehen. Die Farce in zwei Teile teilen, einen Teller der Farce als eine Wurst rollen und in die Mitte des Blätterteigs legen. Den Blätterteig zusammen rollen und die Kanten mit Eigelb bestreichen. Die Rolle in kleine Stücke von etwa zwei bis drei Zentimeter schneiden, auf ein Backblech legen und mit Ei bestreichen. Im vorgeheizten Backofen zwölf bis 15 Minuten backen.

Lea Linster am 29. April 2011

Schinken-Mousse mit Cognac und Portwein

Für 4 Personen:

375 g Schinken	0.5 EL Mehl	0.5 EL Butter
75 ml Hühnerbrühe	200 ml Sahne	2 Blatt Gelatine
1 Schuss Cognac	1 Schuss Portwein	Meersalz
Pfeffer	1 Prise Muskatnuss	Quittengelee

Vom Schinken sorgfältig Fett und verbliebene Sehnen entfernen, in kleine Würfel schneiden und kühl stellen. Die Butter in einem Topf schmelzen. Das Mehl mit einem Schneebesen einrühren und bei schwacher Hitze unter Rühren hell anschwitzen.

Die Hühnerbrühe dazugießen und kräftig unterrühren, dann 50 ml Sahne einrühren. Die Soße erhitzen und etwa 5 Minuten kochen lassen, bis sie sämig eingekocht ist. Vom Herd nehmen und vollständig abkühlen lassen.

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Schinkenwürfel im Mixer oder in einer Küchenmaschine sehr fein pürieren. Die abgekühlte Soße untermixen, bis die Masse glatt ist. Die Gelatine ausdrücken, in $\frac{1}{2}$ EL heißem Wasser oder Sahne auflösen und in die Schinkenmasse rühren. Cognac und Portwein unterrühren und die Masse kräftig mit Meersalz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Die restliche Sahne steif schlagen und behutsam unter die Schinkenmasse heben. Die Mousse in kleine Portionsförmchen oder Tassen füllen und über Nacht kühlen.

Zum Servieren Quittengelee in kleine Würfel schneiden und auf die Schinkenmousse drapieren. Dazu passen knuspriges Baguette und ein Gläschen Portwein.

Lea Linster am 03. Dezember 2019

Taboulé mit Hummus

Für vier Personen

Taboulé:

2 Zehen Knoblauch	1 Bund Thymian	250 g Couscous
0,5 Schote Paprika, rot	0,5 Schote Paprika, gelb	0,5 Schote Paprika, grün
2 Tomaten	1 Zwiebel, rot	1 Orange
1 Limette, unbehandelt	0,5 Grapefruit	0,5 Bund Basilikum
0,5 Bund Koriander	3 EL Weißweinessig	3 – 4 EL Olivenöl
Meersalz		

Hummus:

1 Zehe Knoblauch	1 Dose Kichererbsen	2 EL Olivenöl
1 EL Sesam, geröstet	Kreuzkümmel, Kurkuma	Piment d'Espelette, Salz

Taboulé::

Knoblauch und Thymian in 500 Milliliter Salzwasser aufkochen und danach aus dem Wasser fischen. Nun das Couscous in das Wasser geben und fünf Minuten darin quellen lassen. Inzwischen die drei Paprikasorten, die Tomaten und die Zwiebel putzen und in feine Würfel schneiden. Die Orange dick schälen (die weiße Haut muss auch entfernt sein), dann die Orangenfilets mit einem kleinen, scharfen Messer aus den Trennwänden lösen. Die Filets in kleine Würfel schneiden. Die Limette heiß abwaschen, mit Küchenpapier trocknen und die Schale mit einem Zestenreißer abziehen. Das Gemüse, die Orangenfilets und die Limettenschale unter das Couscous geben und mit Limetten-, Grapefruitsaft und Salz abschmecken. Basilikum und Koriander waschen und fein schneiden. Zum Schluss etwas Melfor-Essig, das Olivenöl und die fein geschnittenen Kräuter darunter ziehen.

Hummus:

Die Knoblauchzehe putzen, entkeimen und fein hacken. Mit den Kichererbsen, dem Olivenöl, Sesam und jeweils einer Prise Kreuzkümmel, Kurkuma, Piment d'Espelette und Salz mischen und pürieren. Auf einem großen Teller anrichten.

Tipp:

Dazu passt ein frisches Fladenbrot.

Lea Linster am 10. August 2012

Wachtel auf Spargel mit Alge und Sesam

Für vier Personen

1 Pck. Algen, getrocknet	1 Bund Spargel, grün	2 EL Sesam, hell
1 Tasse Wildreis	2 Wachteln	50 ml Portwein
Olivenöl, Butter	Zucker, Salz	

Die Algen circa zwei Stunden in kaltem Wasser einlegen. Den Spargel putzen und die Spargelspitzen in gesalzenem und gezuckertem Wasser blanchieren und kurz vor dem Anrichten in etwas Butter anrösten. Den Rest des Spargels schräg in sehr dünne Scheiben schneiden. Reichlich Wasser zum Kochen bringen, salzen und den Wildreis weich dünsten. Gegebenenfalls im Backofen warm halten. Die Wachteln putzen, ausbeinen, mit Salz und Pfeffer würzen und in Sesam wenden. In Olivenöl und Butter anbraten. Das Fleisch herausholen und warm halten. Den Bratansatz mit Portwein ablöschen und einköcheln lassen. Den Spargel mit den Algen vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Algensalat mit den Wachteln und der Soße anrichten. Dazu den Wildreis servieren.

Lea Linster am 15. Juni 2012

Wild

Kaninchen-Rücken auf Zitronen-Confit

Für 4 Personen

Kaninchenrücken:

2 – 3 Stück Kaninchenrücken	5 g Zitronenconfit	3 Zehen Knoblauch
2 Zweige Thymian	60 g Butter	10 g Senf, körnig
10 g Senf, mit Majoran	2 Zwiebeln	Kalbsjus
Salz	Meersalz	Pfeffer

Nudeln:

1 kg Hartweizengrieß	10 Eier	Parmesan
Majoran		

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Kaninchenrücken:

Kaninchenrücken vom Knochen lösen und ausweiden. Die Bauchlappen abschneiden, weit einschneiden und einen Knoten in die so entstehenden zwei Lappenstreifen machen. In einen Topf 20 Gramm Butter und etwas Kalbsjus geben, reduzieren lassen, die Fleischknoten dazugeben, dort schmoren lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. 30 Gramm Butter in der Pfanne vorsichtig erhitzen. Achtung, nicht braun werden lassen. Zwiebeln hacken, Knoblauch nur anquetschen und in die Pfanne zur Butter dazugeben. Aufschäumen lassen. Kaninchenrücken mit Meersalz und Pfeffer würzen. Mit Zitronenconfit einreiben und in der Pfanne scharf anbraten. Den Kaninchenrücken herausnehmen. Senf und Thymian in die Pfanne geben. Aus dem Sud eine Soße herstellen. Restliche Butter hinzufügen. Den Kaninchenrücken für zehn bis zwölf Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Anschließend auf ein Küchenrost legen und einige Minuten ruhen lassen.

Nudeln:

Hartweizengrieß und Eier gut mischen und eine Stunde stehen lassen. Teig ausrollen und in die gewünschte Nudelform schneiden. Die Nudeln circa zwei Minuten bissfest kochen. Kaninchenrücken mit den Nudeln und der Soße anrichten. Parmesan darüber streuen und mit Majoran garnieren.

Tipp:

Zitronenconfit selber herstellen: Von einer Zitrone die Enden abschneiden, oben und unten ein Kreuz rein schneiden. Einen Mix aus zwei Drittel Salz und einem Drittel Zucker in ein Glas mit Deckel geben. Die Zitrone einkochen lassen, als würde man Marmelade einkochen. Die Zitrone in das Glas geben und alles so aufbewahren, dass es eine Woche normal steht und die nächste Woche auf den Kopf.

Lea Linster am 05. Dezember 2008

Leas überirdisches Wildschwein-Filet mit lokalen Zutaten

Für 4 Personen

Soße:

200 g Bauchspeck	1 Zwiebel	6 cl Balsamico
3 dl Rotwein	3 dl Wildfond	30 g Schokolade, zartbitter
Wacholderbeeren	Butter	Salz
Pfeffer		

Gemüse:

300 g Pilze, gemischt	300 g Kartoffeln	1 Zwiebel
2 Lorbeerblätter	Olivenöl	Butter
Salz	Pfeffer	

Schwein:

1 Wildschweinfilet	1 Zweig Thymian	1 Zehe Knoblauch
0,5 Bund Petersilie, glatt	Wacholderbeeren	Kirschwasser
Öl	Butter	Salz
Pfeffer		

Soße:

Den Speck und die Zwiebel in kleine Würfel schneiden. In etwas Butter anschwitzen und hellbraun werden lassen. Mit Balsamico ablöschen, einkochen lassen und dann mit dem Rotwein angießen. Etwas köcheln lassen und dann den Fond dazu geben. Mit grob gemahlenem Pfeffer und zerstoßenen Wacholderbeeren aromatisieren. 15 bis 20 Minuten köcheln lassen. Die Schokolade klein hacken und unter die Soße heben. Durch ein Sieb passieren und noch mal erhitzen. Etwas Butter dazu geben und mit Salz abschmecken.

Gemüse:

Die Kartoffeln in gesalzenem Wasser gar kochen. Die Pilze putzen. Die Zwiebel pellen und fein schneiden. Die Pilze und Zwiebel in heißer Butter rundum anbraten, dann salzen und pfeffern. Die Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Im Olivenöl die Kartoffelscheiben von beiden Seiten goldbraun braten. Salzen und mit Lorbeerblättern aromatisieren. Das Gemüse im Ofen warm halten. Den Backofen auf 160 Grad vorheizen.

Schwein:

Das Wildschweinfilet salzen, pfeffern und mit Butter in einer Pfanne rundum kross anbraten. Mit etwas Kirschwasser flambieren. Den Thymianzweig, die geschälte Knoblauchzehe und etwas zerstoßene Wacholderbeeren dazu geben. Das Ganz für etwa acht Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Petersilienblätter von den Stielen abzupfen und vorsichtig in heißem Öl frittieren.

Lea Linster am 01. Oktober 2010

Reh-Filet mit Winterfrüchten, Schokoladen-Rotwein-Soße

Für 4 Personen

Für die Winterfrüchte:

1 Birne	100 ml Weißwein	1 ½ EL Zucker
4 Feigen	50 g Butter	Meersalz, Pfeffer
8 gegarte Esskastanien	1 EL Zucker	

Für die Rotwein-Sauce:

1 Bund Thymian	750 ml kräftiger Rotwein	1 Lorbeerblatt
2 Gewürznelken	8 schwarze Pfefferkörner	8 Wacholderbeeren
1 Schalotte	30 g Butter	1 TL Zucker
50 ml Balsamicoessig	Meersalz, Pfeffer	Rinderfond

Für das Rehfilet:

2 EL geklärte Butter	600 g Rehfilet	Meersalz, Pfeffer
1 Schuss Cognac		

Für die Schoko.Rotwein-Sauce:

1 EL Johannisbeergelee	1 Rippe dunkle Schokolade	1 Schuss Cognac
20 g kalte Butter	Meersalz, Pfeffer	

Für die Winterfrüchte: Die Birne schälen und vierteln. Die Viertel dann längs in dünne Scheiben schneiden. Den Weißwein mit 1 EL Zucker in einem Topf erhitzen und die Scheiben darin bissfest dünsten. Die Feigen waschen und vierteln. In einer Pfanne 1-2 EL Butter erhitzen, den restlichen Zucker hineinstreuen und die Feigen darin karamellisieren lassen. Mit Meersalz und Pfeffer abschmecken. Die Esskastanien über Wasserdampf erwärmen und anschließend in etwas Zucker karamellisieren.

Für die Rotwein-Sauce: Den Thymian waschen und trocken schütteln. Den Rotwein mit Thymian, Lorbeerblatt, Gewürznelken, Pfefferkörnern und Wacholderbeeren in einen Topf geben. Das Ganze aufkochen und auf 200 ml einkochen lassen. Anschließend die Rotweinreduktion durch ein Haarsieb passieren. Während der Wein kocht, die Schalotte schälen und in kleine Würfel schneiden. 20 g Butter kühl stellen, die restliche Butter in einem kleinen Topf erhitzen. Die Schalotte mit dem Zucker darin anschwitzen, bis sie goldbraun karamellisiert ist. Mit dem Balsamicoessig ablöschen und sirupartig einkochen lassen. Etwas Rinderfond angießen. Wenn alles schön einreduziert ist, die Rotweinreduktion dazugeben und die Saucenbasis beiseite stellen.

Für das Rehfilet: Für das Rehfilet den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) vorheizen. Die geklärte Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen. Das Rehfilet mit Meersalz und Pfeffer würzen und rundum darin anbraten. Einen Schuss Cognac darübergießen und flambieren. Man kann die Pfanne dann auf die geöffnete Backofentür stellen und das Filet am offenen Backofen noch 10 Minuten ziehen lassen. Dabei entspannt sich das Fleisch und der Saft sammelt sich.

Für die Schoko.Rotwein-Sauce: 200 ml der Rotwein-Sauce erhitzen. Den ausgetretenen Fleischsaft einrühren (am besten etwas von der Rotwein-Sauce in die Pfanne geben und durchschwenken, damit nichts von dem schönen Bratensaft verloren geht) und das Johannisbeergelee und die Schokolade darin schmelzen lassen. Die Sauce durch ein Haarsieb passieren und den Cognac dazugeben. Die Sauce mit der kalten Butter in Flöckchen montieren und mit Meersalz und Pfeffer abschmecken.

Das Rehfilet in Scheiben schneiden und mit den Winterfrüchten und der Sauce auf vier vorgewärmten Tellern anrichten. Die restliche Sauce extra servieren.

Lea Linster am 09. Dezember 2017

Reh-Rücken mit Pfifferlingen, Wachholderbeer-Soße

Für 2 Personen

300 g Rehrücken, ausgelöst	200 g Pfifferlinge	200 g Cranberries
10 g Bitterschokolade	500 ml Wildfond	100 ml Rotwein, trocken
25 ml Cognac	3 Wachholderbeeren	0,5 Zimtstange
3 EL Butter	3 EL Zucker	0,5 EL Butter
0,5 EL Gänseleberpastete	1,5 EL Cognac	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen. Den Rehrücken waschen, trocken tupfen und in circa zwölf Zentimeter lange Stücke schneiden. Das Fleisch rundum salzen und pfeffern und in zwei Esslöffeln Butter anbraten. Den Rehrücken mit 25 Milliliter Cognac ablöschen und flambieren. Anschließend das Fleisch für circa zehn Minuten in den Ofen geben. Den Wildfond in einem Topf einköcheln lassen. Währenddessen einen halben Esslöffel Butter mit der Gänseleberpastete und fünf Millilitern Cognac zu einer feinen Paste verrühren. Die Wachholderbeeren und die Pfefferkörner in einem Mörser grob zerstoßen und unter die Paste mischen. Das Ganze in einem Esslöffel Wildfond auflösen und mit einem Schneebesen wiederum in den Wildfond rühren. Anschließend die Soße durch ein Sieb passieren und nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Falls die Soße säuerlich wird oder nicht richtig bindet, hilft ein Stück Bitterschokolade. Den Rehrücken aus dem Ofen nehmen und in Alufolie zehn Minuten ruhen lassen. Den Zucker mit dem Rotwein aufkochen lassen, dann die Cranberries und eine halbe Zimtstange hinzugeben. Anschließend die Soße vom Herd nehmen und erst kurz vor dem Garnieren noch einmal erwärmen. Die Pfifferlinge putzen, die großen Pfifferlinge halbieren und in der restlichen Butter anschwitzen. Die Pilze mit Salz und Pfeffer würzen.

Lea Linster am 06. November 2009

Wurst-Schinken

Mehl-Klöße mit Speck-Soße

Für 4 Personen

Klöße:

500 g Mehl	6 Eier	200 ml Milch
20 g Butter	2 Sch. Weißbrot	1 EL saure Sahne
Salz		

Soße:

4 Sch. Speck, mager	100 ml Sahne	Öl
Schnittlauch	Buttercroûtons	Pfeffer
Salz		

Klöße:

Das Mehl mit Eiern, 100 Milliliter Milch, etwas Salz und zerlassener Butter zu einem halb festen Teig verrühren. Die Weißbrotscheiben in der restlichen Milch einweichen, ausdrücken und unter den Teig heben. Die saure Sahne ebenfalls dazu geben. Die Klöße mit einem Esslöffel ausstechen und kurz in reichlich Salzwasser kochen (nur solange, bis sie oben schwimmen). Dann noch zwei bis drei Minuten im Topf ziehen lassen.

Soße:

Die Speckscheiben in Würfel schneiden und in einer Pfanne anbraten. Das Fett abgießen, ein Schluck Wasser und die Sahne dazu geben. Nach Geschmack würzen. Mit reichlich Schnittlauch und Buttercroûtons garnieren.

Tipp:

Dazu schmeckt ein guter grüner Salat.

Lea Linster am 06. Mai 2011

Rösti mit Spiegeleiern und Schinken

Für 4 Personen

Rösti:

800 g Kartoffeln	4 EL Erdnussöl	Pfeffer
Salz		

Spiegeleier:

2 Sch. Kochschinken	1 Zwiebel	4 Eier
Butter	Salz	Pfeffer
Schnittlauch		

Rösti:

Die Kartoffeln schälen, raspeln und in einem Mulltuch gut ausdrücken. Dann die Kartoffelraspeln mit Salz und Pfeffer würzen und acht Portionen in eine heiße Pfanne mit Erdnussöl setzen. Fünf Minuten braten, bis sie goldbraun sind, dann wenden und nochmals drei Minuten braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und warm stellen.

Spiegeleier:

Den Kochschinken in etwas Butter leicht anbraten. Die Zwiebel schälen, fein würfeln, in etwas Butter rösten und mit etwas Schnittlauch oder Petersilie verfeinern. Die Spiegeleier ausbacken und mit Salz und Pfeffer würzen. Die andere Hälfte der Reibekuchen mit dem Schinken, den Zwiebeln und den Spiegeleiern belegen.

Lea Linster am 25. Februar 2011

Index

- Ananas, 11, 12
Aubergine, 51, 52
Austern, 77
Avocado, 62, 63
- Balsamico, 67, 68
Blätterteig, 79
Bohnen, 53
Brombeeren, 11
Brot, 79
Bulgur, 80
Butter, 66–68
- Chicoree, 25, 44
Coq-au-Vin, 32
Couscous, 80
Crème, 6, 12, 16
- Eier, 62
Eis, 8, 14
Eisberg, 29
Enten-Brust, 32–35
Erbsen, 80
Erdbeeren, 6, 9
- Feigen, 12
Filet, 36, 44, 45, 50
Filet-Steak, 60
Fisch-Filet, 77
Früchte, 11, 14
- Geflügel, 70, 79
Gnocchi, 2
Granatapfel, 11
- Hühner-Brust, 32, 38
Hecht, 19
Himbeeren, 8, 15
- Jakobsmuscheln, 56
Johannisbeeren, 11
- Käse, 74
Kabeljau, 20, 21
Kalb, 42
- Kaninchen-Rücken, 84
Karree, 51
Kartoffeln, 70
Kaviar, 24
Kirschen, 6, 8
Kotelett, 46, 51, 52
Kräuter, 71
- Lachs, 23
Lachs-Filet, 22
- Möhren, 2, 21, 38, 44, 50, 53, 70
Mandeln, 9
Mango, 11
Meeresfrüchte, 77, 78
Miesmuscheln, 57
Mousse, 10
- Niere, 42
Nudeln, 74
- Obst, 66, 67, 76, 80
Orangen, 6, 8, 9, 11, 12, 14
- Paprika, 51, 52, 57, 80
Pastinaken, 71
Perlhuhn, 37
Pfeffer, 67
Piccata, 47
Pilze, 32, 40, 70, 79, 85, 87
Porree, 18, 40
Poularde, 32, 39, 40
- Quark, 14
- Rösti, 24, 90
Rücken, 53
Ratatouille, 51, 52
Reh-Filet, 86
Reh-Rücken, 87
Reis, 21, 38, 74, 81
Rettich, 23
Riesen-Garnelen, 56
Rote-Bete, 56, 76

Rotwein, 66–68

Saibling-Filet, 25

Schinken, 79, 90

Schnitzel, 47

Schoko, 15

Schoten, 20, 39

Seezunge, 18, 26

Sellerie, 18, 21, 57, 70, 71

Smoothie, 9

sonstige, 62

Sorbet, 12

Spaghetti, 74

Spargel, 62, 81

Speck, 68, 90

Spinat, 18, 47

Steak, 60

Tarte, 4, 5

Tatar, 77

Toast, 79

Wild, 67, 68, 77, 81, 86, 87

Wildschwein, 85

Wolfsbarsch, 27, 28

Zander-Filet, 29

Zucchini, 26, 38, 51, 52