

**Kochrezepte von Amateur-Köchen
aus Fernsehen oder Internet**

Die Küchenschlacht 2022 Jan. - Juni

mind. 7 Rezepte pro Koch

40 Rezepte

**Alissa Scheunemann Christa Lührmann
Daniel Schöller Denis Küper
Kristin Stavermann**

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 29. Juli 2022.

Inhalt

Dessert	1
Heidelbeer-Nocken, Joghurt-Eis, Heidelbeer-Kompott	2
Fisch	5
Forelle mit Riesling-Kraut und Lauch-Püree	6
Lachs mit Avocado-Creme, Meerrettich, Schnittlauch-Öl	8
Skrei an Dijonsenf-Gin-Schaum, Kartoffel-Rote-Bete-Salat	10
Spargel im Sesam-Mantel, Saibling, Pak Choi, Hollandaise	12
Geflügel	15
Schnelle Paella	16
Thai-Curry mit Curry-Paste, Hühnchen und Kartoffeln	17
Hack	19
Ricotta-Pappardelle mit Bolognese-Sugo	20
Innereien	21
Kalb-Leber mit Fenchel-Apfel-Polenta und Radicchio	22
Kalb	23
Kalb-Medailon mit Kalbsjus und Kartoffel-Creme	24
Wirsing-Roulade Surf n Turf, Kartoffel-Wirsing-Taler	25
Lamm	27
Heidschnucken-Rücken im Kräutermantel mit Frisée-Salat	28

Meer	29
Garnele Marocain, Lauch, Ingwer, Mango-Gurken-Capellini	30
Garnelen, Muscheln, Kaninchen-Filet mit Safran-Risotto	32
Garnelen-Bällchen, Zitronen-Honig-Dip, Gurken-Salat	34
Soßen	37
Café-de-Paris-Soße	38
Suppen	39
Spargel-Creme-Suppe mit Forellen-Tatar, Spargel-Spitzen	40
Vegetarisch	41
Apfel-Pfannkuchen mit Zimt-Eis und Haselnuss-Brösel	42
Aubergine mit Gazpacho-Salat, Basilikum-Pesto, Croûtons	43
Cavatelli mit Grünkohl-Soße, Ei und Grünkohl-Chips	44
Empanadas, Rhabarber-Spinat-Füllung, -Chutney, -Sorbet	45
Grüne Erbsen-Ravioli mit Pistazien-Schmelze	46
Karotten-Kokos-Suppe, Parmesan-Chip, Blätterteig-Herzen	47
Kräuter-Polenta mit Pilzen, Rote-Bete-Radicchio-Salat	49
Sellerie an Café-de-Paris-Soße, Sellerie-Anis-Espuma, Salat	50
Spinat-Crespelle mit Tomaten und Bergkäse-Espuma	52
Tacos mit Soja-Pibil, Nopales-Salat, Guacamole, Zwiebeln	53
Vorspeisen	55
Börek mit Käse-Füllung, Pistazien-Feta-Creme, Salat	56
Gorditas, Chorizo-Füllung, Pico de gallo, Salsa verde	58
Kalb-Klößchen mit Sardellen-Rouille, Thunfisch-Salat	60
Reh-Nüsschen mit Preiselbeerkompott, Walnuss-Stange	61
Thailändischer Vorspeisen-Teller	63
Wild	65
Hirschkalb-Rücken mit Topinambur-Püree, Mandel-Crunch	66
Reh-Rücken Baden-Baden	68
Vakuum-gegarter Spargel, Orangen-Butter, Dammwild-Filet	71
Wachteln orientalisches mit Safran-Couscous und Karotten	73
Wildschwein-Schnitzel mit Pulpo, Spargel, Hollandaise	74

Wurst-Schinken	77
Calamari mit Chorizo, Calamari-Tentakel, Chorizo-Salsa	78
Flönz im Blätterteig mit Apfel-Risotto, Pancetta-Crunch	79
Rübli-Torte mit Möhren-Reduktion, Frischkäse-Eis	80
Index	81

Dessert

Heidelbeer-Nocken, Joghurt-Eis, Heidelbeer-Kompott

Für zwei Personen

Für das Joghurt-Eis:

1 Zitrone	2 Eier	150 g griech. Joghurt, 10%
50 ml Sahne	125 ml Milch	75 ml Holunderblütensirup
25 g Puderzucker	1/4 Vanilleschote	1 Prise Salz

Für die Heidelbeer-Nocken:

350 g Heidelbeeren	1 Zitrone	3 Eier
110 ml Milch	30 g weiche Butter	Butterschmalz
130 g Dinkelmehl	2 EL Puderzucker	1 TL Vanillebourbon-Zucker
1/2 TL Backpulver	1 EL Puderzucker	Tonkabohne
1 Prise Salz		

Für das Heidelbeerkompott:

300 g Heidelbeeren	1 Orange	1 Zitrone
2 cl Portwein	Waldhonig	1 Vanillestange
1 EL weißer Rohrzucker	Tonkabohne	1 Prise Salz

Für das Holunderblüten-Joghurt-Eis:

Die Eier trennen und die Eigelbe mit Puderzucker und einer Prise Salz cremig schlagen. Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen. Milch und Vanillemark zusammen erhitzen und langsam unter Rühren in Eimasse geben. Masse zurück in den Topf geben und unter Rühren bei mittlerer Temperatur erhitzen, bis die Masse dicklich wird. Sie darf nicht kochen. Dann in eine große Schüssel umfüllen und im Eiswasser unter Rühren abkühlen lassen. Zitrone waschen, abreiben, halbieren und auspressen. Saft auffangen. Sahne steif schlagen, mit dem Holunderblütensirup, Joghurt, etwa 1,5 EL Zitronensaft und etwas Abrieb unter die abgekühlte Creme heben. In eine Eismaschine füllen und ca. 25 Minuten gefrieren lassen. Ersatzweise in eine flache Schüssel füllen, in den Gefrierschrank stellen und alle 30 Minuten kräftig durchrühren, bis die Eiscreme entstanden ist.

Das Eis in der Eismaschine nur so lange rühren, bis es cremig ist. Je länger man es rührt, desto größer ist die Gefahr, dass es überfriert und somit grisselig wird.

Für die Heidelbeer-Nocken:

Heidelbeeren waschen und im Sieb abtropfen lassen. Eier trennen und Eigelbe mit Puderzucker und Vanillezucker schaumig rühren. Zitrone waschen, abreiben, halbieren und dann so viel Saft auspressen, dass es einen TL ergibt. Ein kleines Stück Tonkabohne reiben. Milch, Salz, weiche Butter und den Abrieb von Zitrone und Tonkabohne in den Schaum geben und verquirlen. Dinkelmehl sieben und Backpulver untermischen. Eiweiß mit 1 EL Puderzucker und Zitronensaft steif schlagen. Ein paar Heidelbeeren beiseitelegen zur Dekoration. Dann Eischnee und Heidelbeeren locker unter die Teigmasse heben.

Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Heidelbeerteigmasse als kleine, goldgelbe Nocken bei mittlerer Hitze ausbacken. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Für das Heidelbeerkompott:

Heidelbeeren waschen und im Sieb abtropfen lassen. Rohrzucker in einem Topf erhitzen und die Heidelbeeren darin karamellisieren. Orange und Zitrone waschen, etwa die Hälfte abreiben, halbieren und den Saft auspressen und auffangen. Heidelbeeren mit Portwein und Saft der Orange ablöschen. Ein kleines Stück Tonkabohne reiben. Vanillestange aufschneiden und eine Hälfte der Vanillestange ausschaben. Dann Abrieb von Orange und Zitrone, Zitronensaft, Vanille und Tonkabohne zu den Heidelbeeren geben und alles etwa 10 Minuten köcheln lassen. Nach Belieben mit Honig abschmecken.

Das Kompott als Spiegel auf einen Teller geben und die Nocken darauf drapieren. Eis anlegen und alles mit etwas Puderzucker bestäuben und servieren.

Christa Lührmann am 24. März 2022

Fisch

Forelle mit Riesling-Kraut und Lauch-Püree

Für zwei Personen

Für die Regenbogenforelle:

2 Forellenfilets à 100 g
Rapsöl
Salz

1 Zweig Thymian
Orangenpfeffer

1 Zweig Rosmarin
Salzflocken

Für das Rieslingkraut:

200 g mildes Sauerkraut
1 Schalotte
1 Zweig Thymian
 $\frac{1}{2}$ TL Korianderkörner
Salz

1 mehlig. Kartoffel
150 ml Geflügelfond
1 Zweig Estragon
1 Wacholderbeere
weißer Pfeffer

50 g frische Ananas
50 ml trockener Riesling
1 Pimentkorn
Rapsöl

Für das Lauch-Püree:

1 Stange Lauch
2 mehlig. Kartoffeln
100 ml Milch
Salz

1 Lauchzwiebel
30 g Butter
50 ml Gemüesfond
Schwarzen Pfeffer

50 g frischer Spinat
100 ml Sahne
Muskatnuss

Für den Krustentier-Schaum:

100 g Krustentierkassen
1 Schalotte
25 g kalte Butter
50 ml trockener Riesling
2 EL Holunderblütensirup
1 Prise Piment d'Espelette
Speisestärke, nach Belieben
weißer Pfeffer

1 Karotte
1 Knoblauchzehe
100 ml Sahne
150 ml Krustentierfond
25 ml Weinbrand
1 Prise edelsüßes Paprikapulver
Rapsöl

1 kleine Petersilienwurzel
3 cm Ingwer
1 TL Tomatenmark
50 ml Fischfond
1 Zweig glatte Petersilie
2 g Lecithin
Salz

Für das Kräuter-Öl:

1 Bund Schnittlauch
Holunderblütensirup
weißer Pfeffer

1 Bund Basilikum
50 ml Olivenöl

1 Prise Piment d'Espelette
Salz

Für die Garnitur:

1 Orange
essbare Blüten

Orangenpfeffer

Salzflocken, nach Würzen

Für die Regenbogenforelle:

Die Fischfilets waschen, abtupfen und mit Salz und Orangenpfeffer würzen. Auf der Hautseite vorsichtig anritzen. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und Filets zuerst auf der Fleischseite 1-2 Minuten braten dann wenden und nochmals 3-4 Minuten auf der Hautseite anbraten, bis die Haut kross ist. Nach zwei Drittel der Bratzeit Thymian- und Rosmarinzweig hinzufügen.

Für das Rieslingkraut:

Die Kartoffel in Salzwasser garen. Schalotte abziehen, in feine Würfel schneiden und im heißen Öl glasig dünsten. Sauerkraut zugeben und mit anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Riesling ablöschen. Wein etwas verkochen lassen und mit Geflügelfond auffüllen. Thymian und Estragon abbrausen, trockenwedeln und am Zweig mit dazugeben. Piment, Wacholder und Koriander in einem Mörser anstoßen, in ein Gewürzsäckchen geben und mit Sauerkraut kochen. Kartoffel pellen und Ananas schälen. Beides in einem Mixer fein pürieren. Anschließend zum Sauerkraut geben. Weitere 5-10 Minuten köcheln, danach Kräuterzweige und Gewürzsäckchen entfernen.

Für das Lauch-Püree:

Kartoffeln schälen und waschen, in kleine Stücke schneiden und in Salzwasser mit Gemüsefond weich garen. Fond abgießen, Kartoffeln durch eine Presse drücken. Butter in einer Pfanne langsam bräunen und mit Milch ablöschen, anschließend zu den Kartoffeln geben und miteinander vermengen bis ein festes Püree entsteht. Lauch und Lauchzwiebel, Spinat gründlich waschen und in kleine Stücke schneiden.

Gemüse in kochendem Salzwasser 2-3 Minuten blanchieren und mit Eiswasser abschrecken. Pürieren, zum Kartoffelpüree geben und durch ein Sieb passieren. Mit Salz, Muskat und Pfeffer würzen. Sahne schlagen und unter das Püree heben.

Für den Krustentier-Schaum:

Krustentierkarkassen kurz abspülen und abtropfen lassen.

Petersilienzweig abbrausen und trockenwedeln. Ein paar Blättchen für die Garnitur zurückbehalten. Rapsöl in einem Topf erhitzen und die Karkassen darin anbraten, mit Tomatenmark tomatisieren und Petersilie sowie Paprikapulver hinzugeben. Mit Krustentier- und Fischfond kuechenschlacht.zdf.de aufgießen und weiterköcheln lassen. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln, Petersilienwurzel schälen und würfeln. Karotte schälen und 2/3 würfeln, den Rest in dünne Scheiben schneiden. Die Hälfte der Butter in einer Pfanne erhitzen und die Gemüse-, Zwiebel- und Knoblauchwürfel und Karotten darin anschwitzen. Mit Riesling ablöschen und reduzieren. Karottenscheiben herausholen und zur Garnitur beiseitestellen. Den Rest in den Karkassen-Sud geben. Anschließend die Sahne hinzugeben. Ingwer schälen und fein raspeln.

Holunderblütensirup, Piment d'Espelette, Ingwer, Salz und Pfeffer in den Sud geben. Je nach gewünschter Konsistenz, den Sud mit Stärke binden und dann abpassieren. Mit der restlichen kalten Butter aufmontieren, nochmals abschmecken und zuletzt den Weinbrand zugeben. Kurz vor dem Servieren Lecithin hinzugeben und mit einem Pürierstab aufschäumen.

Für das Kräuter-Öl:

Kräuter abbrausen, trockenwedeln und ein paar Blätter zur Garnitur zurückgehalten. Den Rest mit Olivenöl pürieren. Mit Holunderblütensirup, Piment d'Espelette, Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend durch ein Sieb passieren.

Für die Garnitur:

Orange waschen und die Hälfte der Schale abreiben. Gericht mit Orangenabrieb, Orangenpfeffer, Salzflöcken und essbaren Blüten garnieren.

Das Lauch-Püree und Rieslingkraut auf einen Teller geben, das Fischfilet darauf geben und mit Krustentier-Holunderblüten-Schaum angießen.

Orangenabrieb, Orangen-Pfeffer und Salzflöcken auf das Filet geben.

Das Gericht mit Karottenscheiben und Kräuter-Öl garnieren und zur Dekoration Kräuter, sowie essbare Blüten darauf geben und servieren.

Christa Lührmann am 21. März 2022

Lachs mit Avocado-Creme, Meerrettich, Schnittlauch-Öl

Für zwei Personen

Für den Lachs:

300 g Lachs in Tranchen	1-2 EL Gin	1 EL Anis
Einige Wacholderbeeren	Pflanzenöl	20 g Meersalz

Für die Avocado-Creme:

2 reife Avocados	1 Zitrone, 1 EL Saft	Salz
------------------	----------------------	------

Für die Meerrettich-Aioli:

$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	1 Ei	1 TL Crème-fraîche
1 EL scharfer Meerrettich, aus Glas	100 ml neutrals Öl	Salz

Für das Topping:

3 EL Buchweizen	2 EL gepuffter Quinoa	2 EL Pistazien, ohne Schale
1 TL Butter	1 TL Anis	1 Msp. Aktivkohle

Für das Öl:

90 ml Traubenkernöl	50 g Schnittlauch	10 g glatte Petersilie
---------------------	-------------------	------------------------

Für die Zwiebel:

1 rote Zwiebel	1 Scheibe Ingwer	30 ml Weißweinessig
60 ml Apfelsaft	1 TL Koriandersamen	1 TL braune Senfsamen
1 TL Zucker	$\frac{1}{2}$ TL Salz	

Für die Garnitur:

2 EL Forellenkaviar	frischer Dill	frischer Meerrettich
---------------------	---------------	----------------------

Für den Lachs:

Aus 500 ml Wasser und Salz eine Lake herstellen, den Anis, Wacholder und Gin zugeben und die Lachstücke darin 10-15 Minuten (bis zu 4h Stunden bei mehr Zeit) marinieren. Lachs entnehmen, mit Pflanzenöl bestreichen. Eine Unterlage aus Metall (bspw. ein Backblech) ebenfalls einölen und den Lachs daraufsetzen. Fischstücke mit einem Bunsenbrenner rundherum abflämmen. Lachs mit Fleur de Sel nachwürzen.

Leider ist Lachs momentan nicht bedenkenlos zu genießen, da er stark überfischt ist und weiterhin zu intensiv konsumiert wird. Wenn man dennoch nicht ganz auf Lachs verzichten möchte, sollte man laut WWF MSC-zertifizierten Wildlachs aus Alaska wählen. Dort sind die Bestände sehr gut gemanagt. Und man hilft den Leuten vor Ort, die Natur zu bewahren. Die Fischer setzten sich dafür ein, dass die Ökosysteme intakt bleiben.

Für die Avocado-Creme:

Avocados halbieren und das Fruchtfleisch auslösen. In einem Mixer mit dem Zitronensaft cremig pürieren. Mit Salz abschmecken, durch ein feines Sieb streichen.

Für die Meerrettich-Aioli:

Ei trennen und das Eigelb auffangen. Knoblauch grob hacken, das Eigelb mit dem Öl vermischen. Dazu das Öl langsam in einem dünnen Strahl zum Eigelb gießen und währenddessen mit einem Stabmixer gut verrühren, bis eine Emulsion entstanden ist. Crème fraîche, Meerrettich und Knoblauch zugeben, pürieren und mit Salz abschmecken.

Für das Topping:

Pistazien hacken. Buchweizen, Quinoa und Pistazien mit dem Anis mischen und in einer Pfanne mit etwas Butter rösten. Die Hälfte des Granola mit Aktivkohle färben.

Für das Öl:

Kräuter abbrausen und trockenwedeln. Alle Zutaten 5-10 Minuten bei höchster Stufe mixen. Anschließend durch ein feines Sieb passieren und in eine Spritzflasche geben.

Für die Zwiebel:

Zwiebel abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die restlichen Zutaten aufkochen und über die Zwiebel geben. Ziehen lassen.

Für die Garnitur:

Dill hacken, Meerrettich reiben.

Mit einem Esslöffel zwei Nocken Avocadocreme auf einen Teller setzen und glattstreichen. Auf jeden Teller ein Stück Lachs setzen. Die Aioli auf die Teller spritzen, das Topping verteilen. Auf den Lachs etwas Forellenkaviar setzen. Kleine Tupfen von dem Schnittlauch-Öl darum verteilen. Dill und frischen Meerrettich darauf verteilen und servieren.

Kristin Stavermann am 16. März 2022

Skrei an Dijonsenf-Gin-Schaum, Kartoffel-Rote-Bete-Salat

Für zwei Personen

Für den Skrei:

300 g großes Skreifilet, mit Haut	1,5 L Speiseöl	1 EL Wacholderbeeren
1 EL ganzer Piment	1 Prise Meersalz	

Für den Dijonsenf-Gin-Schaum:

20 g Butter	150 ml Sahne	1 Limette, 1 EL Saft
220 ml Gemüsefond	50 ml Gin	40 g Dijonsenf
1 EL Zucker	1,5 EL Mehl	Salz
Pfeffer		

Für das Dill-Öl:

100 ml Speiseöl	1 Bund Dill
-----------------	-------------

Für den Kartoffel-Rote-Bete-Salat:

2 große festk. Kartoffeln	1 vorgeg. Rote Bete	1 große Gewürzgurke
1 Apfel, Elstar	1 Zitrone, 1 EL Saft	1 TL Kapern
1 Ei	1 TL Dijonsenf	80 ml Gemüsefond
3 EL Weißweinessig	2 Zweige Dill	3 Zweige glatte Petersilie
150 ml Sonnenblumenöl	Salz	Pfeffer

Für den Chip:

35 g Parmesan	25 g frischer Meerrettich	$\frac{1}{2}$ EL Mehl
1 TL heller Sesam		

Für das Preiselbeer-Gel:

200 g Preiselbeer-Konfitüre	20 ml Portwein	30 ml Madeira
2,5 g Agar-Agar	1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer

Für den Skrei:

Den Backofen auf 190 Grad Umluft für den Chip vorheizen.

Öl in einen mittleren Topf füllen. Die Menge sollte ausreichen, um den Fisch ganz zu bedecken. Piment und Wacholder hinzugeben und auf ca.

65 Grad erhitzen. Fisch in 2 gleichgroße Stücke schneiden, Gräten entfernen, sofern noch vorhanden. Wenn das Öl auf Temperatur ist, den Fisch für 10-12 Minuten hineinlegen.

Aufpassen, dass die Temperatur nicht weiter steigt und der Fisch gekocht wird. Fisch, nachdem er fertig ist, rausnehmen, Haut entfernen, mit einem Küchenpapier abtupfen und bis zum Servieren in den 50 Grad warmen Ofen geben. Mit Salz bestreuen.

Für den Dijonsenf-Gin-Schaum:

Butter in einem kleinen Topf erhitzen. Sobald diese flüssig ist, das Mehl unterrühren und dann mit dem Gin ablöschen. Fond, Sahne, Zucker, Senf und den Limettensaft hinzugeben.

Aufkochen und das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Masse sollte nicht zu breiig, aber auch nicht zu flüssig sein.

Vor dem Abfüllen in ein Sahnesyphon die Masse einmal passieren, um grobe Stücke zu eliminieren. Zuschrauben und je nach Füllmenge mit eine bis zwei Gaskartuschen füllen.

Gut Schütteln.

Für das Dill-Öl:

Dill grob hacken und zusammen mit dem Öl in einem hohen Rührbecher pürieren. Durch ein feines Sieb passieren und zur Seite stellen.

Für den Kartoffel-Rote-Bete-Salat:

Kartoffeln schälen und 12x 3mm dicke Scheiben abschneiden. Diese in einem kleinen Topf mit Salzwasser für 10 Minuten kochen. Sie dürfen ruhig noch ein wenig Biss haben.

Ei, Dijon-Senf und Sonnenblumenöl in ein hohes Rührgefäß geben.

Wichtig ist, dass die Zutaten Zimmertemperatur haben, damit die Mayonnaise gelingt. Mit einem Stabmixer am Boden des Bechers beginnen und sobald die Zutaten sich miteinander verbinden, den Stab weiter hochziehen. Kräuter und Kapern fein hacken. Ein Drittel der Gewürzgurke ebenfalls klein hacken. Gurke, Kapern, Kräuter mit 1 EL Weißweinessig und Zitronensaft unter die Mayo heben. Remoulade mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann in einen Spritzbeutel füllen und kaltstellen.

Die fertigen Kartoffelscheiben aus dem Wasser nehmen, mit einem 4cm Ausstecher jeweils eine Scheibe ausstechen und diese in einen Sud bestehend aus 2 EL Weißweinessig, 1 EL Speiseöl und 8 0ml lauwarmen Fond legen. Von der restlichen Gurke 4 dünne Scheiben abschneiden.

Von der Rote-Beete 8x 3mm dicke Scheiben, abschneiden und mit einem 4cm Ausstecher jeweils eine Scheibe ausstechen.

Vom Apfel 4 dünne Scheiben abschneiden mit einem 5cm Ausstecher jeweils eine Scheibe ausstechen.

Aus den verschiedenen Elementen werden nun 4 Türmchen in folgender **Reihenfolge gebastelt.:** Apfel, Klecks Remoulade, Kartoffel, Rote-Beete, Klecks Remoulade Kartoffel, Rote-Beete, Gurke, Klecks Remoulade, Kartoffel und zu guter Letzt einen weiter Klecks Remoulade garniert mit einer Kaper.

Für den Chip:

Parmesan fein reiben. Meerrettich schälen und ebenfalls fein reiben.

Beides zusammen in einer Schüssel mit dem Mehl und dem Sesam vermischen. Auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech mit einem Serviering (6cm) mehrere Taler platzieren.

Die Chips für ca. 10 Minuten im Ofen goldbraun backen. Dann rausnehmen und abkühlen lassen.

Für das Preiselbeer-Gel:

In einem kleinen Topf alle Zutaten aufkochen und für 2 Minuten köcheln lassen und anschließend mit einem Stabmixer alles fein pürieren.

Die Masse in eine flache Auflaufform einfüllen und im Kühlschrank für ca.

25 Minuten fest werden lassen.

Die feste Masse nach dem Erkalten cremig pürieren und in einen Spritzbeutel umfüllen.

Auf einem vorgewärmten Teller 2 Türmchen rechtseitig drapieren. Auf der linken Seite ein Bett aus Gin-Schaum für den Fisch generieren.

Zwischen Fisch und Salat 2 Tupfen von dem Gel geben und jeweils einen halben Chip aufrecht reinstecken. Am Schluss ein wenig Fleur de Sel auf den Fisch geben und Dill-Öl tröpfchenweise verteilen und servieren.

Denis Küper am 16. März 2022

Spargel im Sesam-Mantel, Saibling, Pak Choi, Hollandaise

Für zwei Personen

Für den Spargel:

10 St. weißer Spargel	3 Sch. Toastbrot	1 Ei
1 EL helle Sesamsaat	1 EL Schwarzkümmelsaat	3 EL Mehl
1 Prise Zucker	Öl	Salz, Pfeffer

Für den Saibling:

2 Saiblingsfilets	Mehl, Olivenöl	Salz, Pfeffer
-------------------	----------------	---------------

Für die Limetten-Hollandaise:

25 g Schalotten	$\frac{1}{2}$ Limette, Abrieb & Saft	1 Ei
50 g Butter	50 ml Wermut	$\frac{1}{2}$ TL Szechuan-Pfeffer
Salz		

Für den Pak Choi:

2 Mini-Pak-Choi	Butter	Salz
Pfeffer		

Für den Spargel:

Den Spargel schälen und die Enden ca. 1 cm breit abschneiden.

Reichlich Wasser in einem breiten Topf aufkochen, salzen und eine Prise Zucker hineingeben. Spargel ins Wasser geben, aufkochen und 2 Minuten offen kochen lassen. Spargel mit der Schaumkelle herausheben, auf einem Geschirrtuch abtropfen und abkühlen lassen.

Toastbrot entrinden, in grobe Stücke schneiden und im Multizerkleinerer fein hacken. Brotbrösel mit Sesam- und Schwarzkümmelsaat in einer länglichen Schale (passend für die Spargelstangen) mischen. Mehl ebenfalls in eine längliche Schale füllen. Ei mit 2 EL Wasser in einer weiteren länglichen Schale verquirlen und mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

Die Spargelstangen zunächst in Mehl, dann in der Ei-Mischung und zum Schluss in der Sesam-Brot-Mischung wälzen. In der Pfanne mit etwas Pflanzenöl knusprig ausbacken. Auf einem Teller mit Küchentrepp abtropfen lassen.

Für den Saibling:

Die Haut der Saiblingsfilets längs einritzen und leicht mehlieren. Fisch mit Salz und Pfeffer würzen und in einer beschichteten Pfanne mit etwas Olivenöl zuerst auf der Hautseite anbraten bis diese knusprig ist. Fisch wenden und Pfanne vom Herd ziehen, den Fisch gar ziehen lassen.

Für die Limetten-Hollandaise:

Butter bei mittlerer Hitze in einem kleinen Topf erhitzen, bis sich die weißliche Molke am Boden des Topfes abgesetzt hat und die Butter klar ist. Butter dann durch ein sehr feines Küchensieb (z. B. Teesieb) in einen kleinen Topf gießen. Dabei darauf achten, dass die Molke im Topf bleibt. Geklärte Butter warm stellen. Limette heiß waschen, trockenreiben und die Schale fein abreiben. Dann Limette halbieren, den Saft auspressen und beiseitestellen. Schalotten abziehen und in feine Ringe schneiden.

Zusammen mit Wermut, Szechuan-Pfeffer und 100 ml Wasser in einen kleinen Topf geben und bei mittlerer Hitze auf ca. 80 ml einkochen lassen. Limettenschale unterrühren und Wermut-Reduktion beiseitestellen.

Wermut-Reduktion durch ein feines Küchensieb in einen Schlagkessel gießen. Ei trennen und das Eigelb auffangen. Eigelb, 23 EL Limettensaft sowie $\frac{1}{4}$ TL Salz zugeben und über einem heißen Wasserbad mit dem Schneebesen 45 Minuten cremig-schaumig aufschlagen. Schlagkessel mit dem Wasserbad vom Herd ziehen, geklärte Butter nach und nach im dünnen Strahl zugeben und mit dem Schneebesen vorsichtig unterrühren. Hollandaise mit dem Wasserbad beiseitestellen, gelegentlich umrühren.

Für den Pak Choi:

Butter in einer Pfanne erhitzen. Pak Choi putzen, längs halbieren und auf der Schnittseite in der Butter leicht anbraten. Salz und Pfeffer hinzugeben und den Pak Choi wenden. Ca. 2 Minuten gar ziehen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alissa Scheunemann am 26. April 2022

Geflügel

Schnelle Paella

Für zwei Personen

Für Fleisch und Meeresfrüchte:

6 ausgelöste Hühnerunterschenkel	20 kl. weiße Venusmuscheln	6 Riesengarnelen
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Paella:

200 g Risotto-Reis	200 g gestückelte Tomaten	10 grüne, reife Bohnen
1 Schalotte	1-2 EL Butter	1 L Geflügelfond
1 Döschen gemahl. Safran	1 Zweig Rosmarin	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

3 Zweige glatte Petersilie	1 Zitrone
----------------------------	-----------

Für Fleisch und Meeresfrüchte:

Die Hühnerunterschenkel kräftig in Olivenöl anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Venusmuscheln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten und geöffnete Muscheln aussortieren. Einen Topf mit Wasser aufsetzen. Die Muscheln ins kochende Wasser geben und ca. 3 Minuten kräftig sprudelnd kochen lassen. Die Muscheln mit dem Schaumlöffel herausheben und noch geschlossene Exemplare aussortieren.

Anschließend die Muscheln aus den Schalen lösen, entbarten und säubern.

Garnelen längs halbieren (Schmetterlingsschnitt) und putzen. In einer heißen Grillpfanne auf der Fleischseite kurz anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Paella:

Bohnen putzen. Schalotte abziehen und würfeln. Zusammen mit Reis und Bohnen in Olivenöl glasig anschwitzen. Tomaten hinzufügen.

Geflügelfond in einem Topf erwärmen. Warmen Fond nach und nach zum Reis geben und rühren. Diesen Vorgang solange wiederholen, bis der Reis gar ist. Bohnen, Venusmuscheln sowie das Fleisch mitsamt dem Bratfett dazugeben.

Rosmarin abrausen und trockenwedeln. Kurz vor dem Servieren Rosmarin, Safran und Butter zum Reis geben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rosmarin entfernen. Mit Garnelen servieren.

Für die Garnitur:

Petersilie abrausen, trockenwedeln und hacken. Über die Paella streuen. Zitrone in Spalten schneiden und zur Paella servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Daniel Schöller am 07. April 2022

Thai-Curry mit Curry-Paste, Hühnchen und Kartoffeln

Für zwei Personen

Für die Curry-Paste:

1 rote Zwiebel	10 Knoblauchzehen	4 Korianderwurzeln
3 Stangen Zitronengras	3 cm Galgant	1 Kaffir-Limette
6 Kaffir-Limettenblätter	2 TL Garnelen-Paste	1 EL Pfefferkörner
2 EL Koriandersamen	2 EL Kreuzkümmelsamen	1 TL gemahl. Kardamon
2 Sternanis	10 Nelken	1 Zimtstange
10 getrock. Chilischoten	Muskatnuss	Pflanzenöl

Für das Thai-Curry:

300 g Fleisch vom Hühnerschenkel	3 festk. Kartoffeln	3 Thai-Auberginen
5 frische Babymaiskolben	1 rote Paprikaschote	2 Lauchzwiebeln
1 Zwiebel	3 cm Ingwer	3 Limetten
400 ml Kokosmilch	200 ml Gemüsefond	2 EL Curry-Paste
3 EL Fischsauce	1 Stange Zitronengras	4 Kaffir-Limettenblätter
1 Bund Koriander	1 Bund Thai-Basilikum	1 EL brauner Zucker
Pflanzenöl		

Für die Curry-Paste: Die Chilischoten waschen, längs halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und in kleine Stücke schneiden. In einer Schüssel mit kochendem Wasser übergießen und einweichen lassen. Pfefferkörner, Koriandersamen, Kreuzkümmelsamen, Muskatnuss, Sternanis, Nelken und Zimtstangen in einer Pfanne ohne Öl anrösten und danach in einem Mixer zerkleinern. Kaffir-Limette waschen, die Schale abreiben und auffangen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und in kleine Stücke schneiden. Korianderwurzeln und Zitronengras waschen und in Stücke schneiden. Galgant schälen und in Stücke schneiden. Alle Zutaten inklusive der eingeweichten Chilischoten, den Kaffir-Limetten-Blättern, der Garnelen-Paste und dem gemahlene Kardamon zu den Gewürzen in den Mixer geben und so lange mixen, bis eine homogene Masse entstanden ist. Mit Öl angießen, wenn die Masse zu trocken erscheint.

Für das Thai-Curry: Kartoffeln schälen, waschen und in ca. 1 cm große Stücke schneiden. In einem Topf mit kochendem Salzwasser garen. Das Huhn abrausen, trockentupfen und ebenfalls in 1 cm Stücke schneiden.

Zwiebel abziehen und achteln. Thai-Aubergine waschen und je nach Größe vierteln oder achteln. Die Maiskölbchen, die Paprika und die Lauchzwiebeln waschen und in grobe Stücke schneiden. Ingwer schälen und wie Limettenblätter fein hacken. Zitronengras in 3 große Stücke zerteilen und mit der flachen Messerseite andrücken. Öl im Wok erhitzen und die selbstgemachte Curry-Paste dazu geben. Sobald sie anfängt einen angenehmen Duft zu verbreiten, das Huhn dazu geben und anbraten. Nach ca. 5 Minuten Babymais, Limettenblätter, Ingwer, Kokosmilch, Gemüsefond, Zucker, Zitronengras und Fischsauce dazu geben. Nach 10 Minuten die Aubergine, Paprika, Kartoffeln und die Lauchzwiebeln hinzugeben. Alles einkochen lassen, bis die Sauce schön sämig wird. Limetten waschen, halbieren, auspressen und den Saft auffangen.

Thai Basilikum und Koriander abrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und klein hacken. Kurz vor dem Servieren Zitronengras entfernen, mit Limettensaft abschmecken und gehackte Kräuter darüber geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Denis Küper am 21. Februar 2022

Hack

Ricotta-Pappardelle mit Bolognese-Sugo

Für zwei Personen

Für den Nudelteig:

50 g feines Hartweizenmehl	50 g Mehl, Typ 00	1 Ei
100 g Ricotta	10 g Parmesan	1 EL Butter
1 TL Olivenöl	Salz	

Für den Bolognese-Sugo:

150 g grobes Rinderhack	4 große reife Tomaten	1 Zitrone
1 TL Tomatenmark	50 ml Weißwein	100 ml Rinderfond
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	1 Lorbeerblatt
1 TL brauner Zucker	1 Prise Zimtpulver	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

20 g Parmesan	1 Zweig Oregano	1 Zweig Basilikum
---------------	-----------------	-------------------

Für den Nudelteig:

Aus Hartweizenmehl, Mehl, Ei, etwas Salz, und Olivenöl einen Nudelteig kneten. Nach kurzer Ruhezeit mithilfe einer Nudelmaschine zu Teigplatten ausrollen und zu Pappardelle schneiden. Pasta in Salzwasser al dente garen, abgießen und dabei etwas Kochwasser auffangen. Ricotta mit 2 EL Nudelwasser und etwas geriebenem Parmesan glatt rühren und unter die Nudeln mischen. Noch ein kleines Stückchen Butter zufügen.

Für den Bolognese-Sugo:

Tomaten kreuzweise einritzen, mit kochendem Wasser übergießen und kurz ziehen lassen. Kalt abspülen, häuten und entkernen. Anschließend klein würfeln. Olivenöl in einem Topf erhitzen und das Hackfleisch krümelig anbraten. Tomatenmark und etwas Zimt zugeben und kurz mitrösten. Tomaten zugeben, mit etwas braunem Zucker karamellisieren und mit Weißwein ablöschen. Rinderfond zugeben. Rosmarin und Thymian abbrausen, trockenwedeln, hacken und mit dem Lorbeer zufügen. Alles salzen und pfeffern und die Sauce ca. 15 Minuten köcheln lassen. Zitrone auspressen und mit Zitronensaft und Zucker abschmecken.

Danach die Ricotta-Nudeln mit dem Sugo vermischen.

Für die Garnitur:

Parmesan reiben und über die Pasta mit Bolognese-Sugo streuen.

Basilikum und Oregano zum Garnieren verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Kristin Stavermann am 17. Januar 2022

Innereien

Kalb-Leber mit Fenchel-Apfel-Polenta und Radicchio

Für zwei Personen

Für die Leber:

2 Kalbsleber	Butter	Mehl
Salz	Pfeffer	

Für die Fenchel-Apfel-Polenta:

200 g Instant-Polenta	1 Fenchelknolle mit Grün	2 fruchtig, saure Äpfel
1 L Milch	1 EL Butter	Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Für den Radicchio:

1 Radicchio	1 Zitrone	300 ml trüber Apfelsaft
5-6 Fenchelsamen	50 g Zucker	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für den Bierteig:

125 ml helles, kaltes Bier	2 Eier, Größe M	5 EL Milch
200 g Mehl	1 EL Sonnenblumenöl	Salz
Pfeffer		

Für Zwiebelringe, Fenchel:

1 Gemüsezwiebel	1 kleine Fenchelknolle	Mehl, Öl
-----------------	------------------------	----------

Für die Leber:

Die Leber putzen und ggf. Sehnen und Gefäßen befreien. Leber mit Salz und Pfeffer würzen, mehlieren und in Butter von beiden Seiten gleichmäßig braten.

Für die Fenchel-Apfel-Polenta:

Fenchel putzen und klein schneiden. Fenchelgrün für die Garnitur beiseitelegen. Äpfel schälen und vom Kerngehäuse befreien. Eine Apfelscheibe abschneiden und für die Garnitur beiseitelegen. Restlichen Apfel klein schneiden. Klein geschnittenen Fenchel und Apfel in Milch und Butter weichkochen. Alles fein pürieren, Polenta einrieseln lassen und cremig kochen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Apfelscheibe in eine Pfanne braten und als Garnitur verwenden, ebenso wie Fenchelgrün.

Für den Radicchio:

Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Fenchelsamen in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Mit Apfelsaft ablöschen und einreduzieren lassen. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Radicchio putzen und grob zerkleinern. Kurz in ganz heißer Pfanne in Olivenöl anrösten, dann zur Reduktion geben und gut durchschwenken.

Für den Bierteig:

Aus Bier, Eiern, Milch, Mehl und Sonnenblumenöl einen glatten Teig herstellen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für Zwiebelringe, Fenchel:

Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden.

Fenchel putzen und zwei Scheiben aus der Mitte herausschneiden.

Zwiebel und Fenchel mehlieren, durch den Bierteig ziehen und in heißem Fett goldgelb ausbacken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Daniel Schöller am 04. April 2022

Kalb

Kalb-Medailon mit Kalbsjus und Kartoffel-Creme

Für zwei Personen

Für das Kalbsmedaillon:

400 g Kalbsfilet Olivenöl Salz, Pfeffer

Für die Holsteiner Garnitur:

2 Wachteleier 1-2 Scheiben Räucherlachs 2 TL Forellenkaviar

2 TL schwarzer Kaviar 2 Sardellenfilets 30 Kapern

1 Scheibe Tramezzini-Brot Butter

Für die Kalbsjus:

200 g Kalbsabschnitte $\frac{1}{2}$ Knolle Sellerie 1 große Karotten

1 Zwiebel 2 EL Butter 1 EL kalte Butter

300 ml Kalbsfond 200 ml roter, Liebl. Portwein 1 TL Tomatenmark

1 Lorbeerblatt Zucker Speisestärke

Salz Pfeffer

Für die Kartoffelcreme:

3 weichk. Kartoffeln 1 Zitrone, (Saft, Abrieb) 2 EL Butter

200 ml Sahne Muskatnuss Salz, Pfeffer

Für das Kartoffelstroh:

1 festk. Kartoffeln Öl Salz

Für das Kalbsmedaillon: Den Backofen auf 140 Grad Umluft vorheizen.

Kalbsfilet in Medaillons schneiden und ca. 20 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben. Anschließend aus dem Ofen nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heißen Pfanne in etwas Olivenöl nachbraten.

Für die Holsteiner Garnitur: Wachteleier in einer Pfanne zu Spiegeleiern braten. Kapern in heißem Fett knusprig frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Tramezzini dünn ausrollen und Cent-Münzen groß ausstechen. In etwas Butter goldbraun braten. Vor dem Servieren je ein Wachtelei auf einem Kalbsmedaillon anrichten. Mit Räucherlachs, Forellenkaviar, schwarzem Kaviar, Sardellenfilets, frittierten Kapern und Tramezzini-Talern garnieren.

Für die Kalbsjus: Sellerie und Karotten putzen, ggf. schälen und klein schneiden. Zwiebel abziehen und würfeln. Sellerie, Karotten, Zwiebel, Tomatenmark, Lorbeerblatt und Kalbsabschnitte in Butter scharf anrösten. Mit Portwein ablöschen und einkochen lassen. Dann Kalbsfond angießen und erneut einkochen lassen. Sud durch ein Sieb passieren. Sud mit kalter Butter und Bratensaft der Medaillons aufschlagen und mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Ggf. mit etwas Speisestärke abbinden.

Für die Kartoffelcreme: Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Abgießen und durch eine Kartoffelpresse drücken. Zitrone unter heißem Wasser abspülen, Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen.

Kartoffelmasse mit Zitronensaft und abrieb und Butter verrühren. Mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Konsistenz mit Sahne erarbeiten.

Für das Kartoffelstroh: Kartoffel mit Spiralschneider zu Stroh schneiden. Kartoffelstroh in kaltes Wasser legen, ziehen und dann abtropfen lassen.

Öl in einem Topf erhitzen und das Kartoffelstroh knusprig ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und vor dem Servieren salzen.

Daniel Schöller am 25. April 2022

Wirsing-Roulade Surf n Turf, Kartoffel-Wirsing-Taler

Für zwei Personen

Für die Wirsingroulade:

4 große Wirsingblätter	250 g Kalbsfilet	5 Riesengarnelen, Kopf und Schale
1-2 Eier	150 ml kalte Sahne	½ Bund Schnittlauch
½ TL Cayennepfeffer	1,5 TL Salz	1 Prise schwarzer Pfeffer
Eiswürfel		

Für die Krustentierjus:

Kopf/Schale der Garnelen	1 Bund Suppengrün	300 ml Gemüsefond
100 ml Weißwein	20 ml Anisée	50 ml Sahne
1 EL Tomatenmark	1 EL Olivenöl	1 Lorbeerblatt
1 Prise Zucker	Salz	Pfeffer

Für die Kartoffel-Wirsing-Taler:

2 mehlig. Kartoffeln	1 Kopf Wirsing	4 EL Butterschmalz
Muskatnuss	½ TL zerstoßenen Kümmel	Salz, Pfeffer

Für die gedünsteten Möhren:

3-4 junge Möhren	2 Orangen	150 ml Gemüsefond
1 EL Butter	1 EL Zucker	¼ TL Harissapulver

Für die Möhrengrün-Creme:

1 Bund Möhrengrün	1 Zitrone	1 EL Butter
2 EL Crème-fraîche	100 ml Gemüsefond	Salz

Für die Wirsingroulade:

In einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen. Strunk der Wirsingblätter einschneiden, dann im kochenden Wasser kurz blanchieren und danach in Eiswasser abschrecken.

Kalbsfilet abrausen, trockentupfen und gegebenenfalls parieren. Das Filet so zurechtschneiden, das man 2 ca. 10 cm lange und 4 cm dicke Stücke erhält. Diese von allen Seiten in einer Pfanne scharf anbraten und dann salzen und pfeffern.

Garnelen von Kopf, Schale und Darm befreien. Kopf/Schalen werden später für die Sauce benötigt.

Gepulte Garnelen waschen und grob geschnitten in einen Multi-Zerkleinerer geben. Eier trennen, dabei das Eiweiß auffangen.

Schnittlauch abrausen, trockenwedeln und hacken. Eiweiß, gehackten Schnittlauch, Salz und Cayennepfeffer hinzugeben und mit 100 ml Sahne zusammen zu einer homogenen Masse verarbeiten. Sollte die Masse zu fest sein etwas mehr Sahne hinzufügen. Damit sie nicht zu warm wird und das Eiweiß gerinnt, ein wenig Eis dazugeben. Die Masse ist gut, wenn sie zwischen den Fingern Fäden zieht.

1-2 Wirsingblätter auf einem Stück Klarsichtfolie ausbreiten. Die Hälfte der Farce dünn aufstreichen, wobei die Seiten freizuhalten sind. Dann das Filet im unteren Viertel mittig platzieren, die Seiten einklappen und dann von unten nach oben mit leichtem Druck rollen. Roulade in dem Stück Klarsichtfolie einrollen und die Enden wie ein Bonbon verzwirbeln.

Diesen Vorgang mit einem Stück Alufolie wiederholen.

Die fertigen Bonbons in siedendem Wasser für ca. 15-20 Minuten pochieren.

Für die Krustentierjus:

Öl in einem mittleren Topf erhitzen. Köpfe und Schalen der Garnelen anbraten. Suppengrün in grobe Würfel schneiden und mit in den Topf geben, sobald die Karkassen Farbe angenommen haben.

Tomatenmark dazugeben und mit anbraten. Wenn sich am Boden ein Ansatz von Röstaromen

bildet das Ganze mit Anisée, Weißwein und Fond ablöschen. Lorbeerblatt hinzufügen und alles bei mittlerer Hitze einreduzieren lassen.

Wenn sich die Flüssigkeit um ca. 2/3 reduziert hat, die Sauce durch ein Sieb in einen weiteren Topf passieren und mit der Sahne nochmals zum Kochen bringen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Eventuell vor dem Servieren mit dem Stabmixer die Sauce noch mal schaumig schlagen.

Für die Kartoffel-Wirsing-Taler:

Die Kartoffeln schälen und grob raspeln. Wirsing ebenfalls grob raspeln. Die Kartoffel-Wirsing-Masse sollte ein Mischungsverhältnis von 3/2 haben. Masse salzen und 10 Minuten beiseitestellen. Danach das ausgetreten Wasser ausdrücken. Die Masse soll feucht, aber nicht nass sein. Masse mit Kümmel, Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und mit Hilfe eines Servierringes (6 cm) 4 gleichmäßige Puffer, bei mittlerer Hitze, von beiden Seiten knusprig braten.

Für die gedünsteten Möhren:

Möhren schälen und längs halbieren. Diese dann in einer Pfanne mit einem $\frac{1}{2}$ EL Butter anbraten. Zucker hinzufügen und karamellisieren lassen. Mit dem Saft der Orangen ablöschen. Fond, restliche Butter hinzugeben und bei mittlerer Hitze bissfest schmoren lassen. Sollte die Flüssigkeit zu schnell verkochen, ein wenig Hitze reduzieren und etwas Fond nachgießen. Mit Salz und Harissapulver abschmecken.

Für die Möhrengrün-Creme:

Möhrengrün grob zerhacken und mit dem Fond und der Butter in einem Standmixer pürieren. Die Masse durch ein feines Sieb passieren. Den so entstandenen Sud mit Crème fraîche verrühren. Aufpassen, das nicht zu viel Sud in die Creme kommt, und diese zu flüssig wird.

Mit Salz und einem Spritzer Zitrone abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Denis Küper am 14. März 2022

Lamm

Heidschnucken-Rücken im Kräutermantel mit Frisée-Salat

Für zwei Personen

Für den Heidschnuckenrücken:

1 ausgel. Heidschnuckenrücken 1 Knoblauchzehe 1 Bund Petersilie
1 Bund Kerbel 1 kleines Bund Schnittlauch Öl, Salz, Pfeffer

Für die Herzoginkartoffeln:

350 g vorw. festk. Kartoffeln 2 Eier
1 EL Butter Muskatnuss, Salz

Für die Madeirasauce:

50 ml trockener Rotwein 100 ml Rinderfond 1 EL Tomatenmark
10 g Butter Zucker, Salz Pfeffer

Für den Friséesalat:

100 g Friséesalat 1 Karotte
1 Apfel, z.B. Elstar 2 EL Walnusskerne 2 EL Ahornsirup
2 EL Weißweinessig 5 EL kaltgepresstes Rapsöl Salz, Pfeffer

Für den Heidschnuckenrücken: Einen Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze und einen zweiten Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Petersilie, Kerbel und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und vermischen. Fleisch salzen und pfeffern und in der Kräutermischung wälzen.

Knoblauch abziehen und halbieren. Öl in einer Pfanne erhitzen, den Knoblauch hineingeben. Fleisch in der Pfanne von allen Seiten anbraten.

Dabei dürfen die Kräuter nicht verbrennen. Fleisch anschließend im vorgeheizten Backofen bei 140 Grad bis zu einer Kerntemperatur von 62 Grad fertig garen.

Für die Herzoginkartoffeln: Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen. Abtropfen lassen und noch heiß durch eine Presse drücken. Eier trennen und die Eigelbe auffangen.

Ein Eigelb und die Butter untermengen und alles gut verrühren.

Kartoffelmasse mit Salz und Muskat abschmecken und in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen.

Die Masse portionsweise auf das Backblech spritzen und dabei zu Rosetten formen. Die Rosetten mit dem restlichen Eigelb bestreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad 10 Minuten goldbraun backen.

Für die Madeirasauce: Frühlingszwiebel putzen und in feine Ringe schneiden. In einer Pfanne etwas Butter erhitzen und die Frühlingszwiebeln zusammen mit dem Tomatenmark anbraten. Mit Rotwein, Madeira und Rinderfond ablöschen.

Reduzieren lassen, bis die Sauce sähmig ist. Mit Salz und Pfeffer, eventuell etwas Zucker abschmecken. Kurz vor dem Servieren eventuell mit kalter Butter aufmontieren, wenn die Sauce zu flüssig ist.

Für den Friséesalat: Friséesalat putzen, grob zupfen, waschen und trockenschleudern.

Walnusskerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. 1 EL Ahornsirup unterrühren, kurz aufkochen und die Nüsse auf einem Teller abkühlen lassen. Weißweinessig mit 1 EL Wasser, Salz, Pfeffer und 1 TL Ahornsirup verrühren. Nach und nach Rapsöl unterrühren.

Apfel vierteln, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Apfelwürfel mit der Vinaigrette mischen. Karotte schälen und mit einem Sparschäler in dünne Streifen schneiden, alternativ Julienne schneiden. Zum gewaschenen Salat geben. Salat mit der Apfel-Vinaigrette mischen und mit den Walnüssen bestreut servieren.

Alissa Scheunemann am 25. April 2022

Meer

Garnele Marocain, Lauch, Ingwer, Mango-Gurken-Capellini

Für zwei Personen

Für die Garnelen:

6 Riesengarnelen	1 Orange, 1 EL Saft	1 Zitrone, Saft, Abrieb
30 g Pistazienkerne	2 Eier	1 TL Dijonsenf
3 EL Champagneressig	$\frac{1}{2}$ TL Piment d'Espelette	1 Msp. Safranfäden
100 g Mehl	100 g Speisestärke	120 ml eiskaltes Wasser
150 ml Sonnenblumenöl	$\frac{1}{2}$ TL Salz	

Für den geschmorten Lauch:

1 Stange Lauch	1 Orange, Saft	40 g Butter
250 ml Gemüsefond	2 TL Ras el-Hanout	1 Msp. Cayennepfeffer
1 Prise Salz		

Für den kandierte Ingwer:

ca. 8 cm Ingwer	50 ml Grenadine-Sirup	4 cl Sake
1 Prise Zucker		

Für die Mango-Gurken-Capellini:

1 Salatgurke	$\frac{1}{2}$ Mango	1-2 Frühlingszwiebeln
2 cm Ingwer	1 rote Chilischote	1 Limette, Saft
1 EL heller Sesam	1 EL helle Sojasauce	1 TL Sesamöl
1 TL Ahornsirup		

Für das Avocado-Tahin-Mus:

1 reife Avocado	1 Knoblauchzehe	1 rote Chilischote
2 EL helle Tahin	1 Zitrone, 4 EL Saft	2 Zweige Koriander
1 TL gemahlener Kreuzkümmel	Salz	

Für die Garnelen:

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Safran in einer kleinen Schale mit einem Esslöffel lauwarmen Wasser vermengen. Ei, Dijonsenf und Sonnenblumenöl in ein hohes Rührgefäß geben. Wichtig ist, dass die Zutaten Zimmertemperatur haben, damit die Mayonnaise gelingt. Mit einem Stabmixer am Boden des Bechers beginnen und sobald die Zutaten sich miteinander verbinden, den Stab weiter hochziehen.

Mayonnaise mit der Safranmischung, Essig, Orangensaft, Piment d'Espelette, 1 EL Zitronensaft, etwas Zitronenabrieb und ein wenig Salz abgeschmeckt. In eine kleine Schüssel geben und im Kühlschrank kaltstellen.

Pistazienkerne in einer Pfanne ohne Öl leicht anrösten. Im Multi Zerkleinerer hacken und beiseitestellen.

Garnelen waschen und trockentupfen. Sofern nicht vorher geschehen, vor dem Waschen den Darm entfernen.

Mehl und Stärke in eine Schüssel geben. Das letzte Ei hinzufügen und unter stetigem Rühren mit einem Schneebesen das eiskalte Wasser unterrühren, bis ein schöner Teig entsteht.

Garnelen durch den Teig ziehen und frittieren. Nach dem Frittieren die noch heißen Garnelen mit der Safranmayonnaise leicht ummanteln und dann in den gehackten Pistazien wenden.

Für den geschmorten Lauch:

Lauch putzen und die Wurzel abschneiden. Die oberen auseinandergehenden Blätter entfernen. Lauchstange einmal quer und einmal längs halbieren, sodass man 4 gleichgroße Hälften erhält. Diese nebeneinander in eine kleine Auflaufform legen und mit ein wenig Salz bestreuen.

Butter, Orangensaft, Gemüsefond und Gewürze in einem kleinen Topf erwärmen. Sobald die Butter geschmolzen ist, den Inhalt des Topfes über den Lauch geben und diesen für ca. 20-25 Minuten im Ofen schmoren.

Für den kandierten Ingwer:

Ingwer schälen und in kleine Würfel schneiden.

Ingwer zusammen mit 100 ml Wasser, Sirup, Zucker und dem Sake in einem kleinen Topf zum Kochen bringen. Das ganze so lange bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die Flüssigkeit so weit einreduziert ist, dass sie eine sirupartige Konsistenz angenommen hat. Vom Herd nehmen und beiseitestellen.

Für die Mango-Gurken-Capellini:

Chili längs halbieren, die Kerne entfernen und anschließend fein hacken.

Ingwer schälen und fein reiben. Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden.

Sesam ohne Öl in einer kleinen Pfanne goldbraun rösten.

Chili, Frühlingszwiebel, Ingwer, Sojasauce, Sesamöl, Limettensaft und Ahornsirup in einer Schüssel zu einer Marinade vermengen.

Gurke waschen, Enden abschneiden und mithilfe eines Spiralschneiders zu dünnen Gurken-Capellini verarbeiten.

Mango schälen, vom Kern befreien und in gleichmäßige Streifen schneiden. Gurke und Mango mit der Marinade vermengen und kurz vor dem Servieren die gerösteten Sesamkörner untermischen.

Für das Avocado-Tahin-Mus:

Avocado halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel herauslösen und in einen Rührbecher geben.

Chili längs halbieren, die Kerne entfernen und anschließend fein hacken.

Knoblauch abziehen und fein hacken.

Korianderblättchen von den Zweigen zupfen und fein hacken.

Chili, Koriander, Knoblauch, Tahin, Zitronensaft und Kreuzkümmel zur Avocado geben und mit einem Stabmixer fein pürieren.

Mit Salz abschmecken. In einen Spritzbeutel füllen und im Kühlschrank bis zum Anrichten aufbewahren.

Jeweils 2 halbe Lauchstangen mittig auf den vorgewärmten Tellern platzieren und etwas von dem kandierten Ingwer drüber geben.

Jeweils 3 Garnelen links davon drapieren. Gegebenenfalls mit ein wenig Safran-Mayonnaise ein paar Akzente setzen. Mit einer Gabel den Capellini-Salat einrollen und auf der rechten Seite platzieren.

3 Tupfen von dem Mus auf dem Teller spritzen und servieren.

Denis Küper am 17. März 2022

Garnelen, Muscheln, Kaninchen-Filet mit Safran-Risotto

Für zwei Personen

Für das Panierte:

20 Miesmuscheln	6 Riesengarnelen (Schale, Schwanz)	2 Kaninchenfilets
6 Eier	1 L Hühnerfond	6 Zweige Rosmarin
1 TL geräuch. Paprikapulver	400 g Pankomehl	400 g Paniermehl
Mehl	1-1,5 L Pflanzenöl	Salz, Pfeffer

Für das Risotto:

150 g Risottoreis	1 Zwiebel	150 g Parmesan
2 EL Butter	100 ml Weißwein	1 L Hühnerfond (s.o.)
1 Döschen Safranfäden	1 Döschen gemahlener Safran	Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für das Bohnengemüse:

400 g Breite Bohnen	2 Knoblauchzehen	200 g gehackte Tomaten
1 TL Tomatenmark	1 Bund glatte Petersilie	Zucker
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Aioli:

1 Knoblauchzehe	1 Zitrone, Saft & Abrieb	1 Ei
1 EL mittelscharfer Senf	5 Zweige glatte Petersilie	200 ml Rapsöl
Salz	Pfeffer	

Für das Panierte:

Einen Topf mit Hühnerfond aufsetzen. Garnelen bis auf den Schwanz von der Schale befreien und die Garnelenschalen in den Fond geben.

Garnelen vom Darm befreien und das Fleisch in Schmetterlingsform schneiden. Garnelen mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen.

Muscheln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten und geöffnete Exemplare aussortieren. Muscheln in den kochenden Hühner-Karkassen-Fond geben und ca. 3 Minuten kräftig sprudelnd kochen lassen. Die Muscheln mit dem Schaumlöffel herausheben und noch geschlossene Exemplare aussortieren. Anschließend die Muscheln aus den Schalen lösen, entbarten und säubern. Muschelfleisch aus den Schalen lösen und mit Salz und Pfeffer würzen. Hühnerfond für das Risotto aufgestellt lassen.

Kaninchenfilet in mundgerechte Stücke schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen.

Eier verquirlen. Eine Panierstraße aus Mehl, verquirltem Ei sowie Pankomehl und Paniermehl aufstellen. Garnelen und Muscheln erst im Mehl, dann im Ei und schließlich im Pankomehl wenden. Kaninchenfilet im Mehl, Ei und schließlich im Paniermehl wälzen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und das Fleisch auf einen Rosmarinweig aufspießen.

Pflanzenöl in einem Topf erhitzen und Muscheln, Garnelen und Kaninchenfilet darin goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Der faserige Bart der Miesmuscheln sollte vor oder nach dem Kochen durch ruckartiges Abziehen unbedingt entfernt werden, da er ungenießbar ist.

Für das Risotto:

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Parmesan reiben.

Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin glasig anschwitzen.

Reis hinzugeben und ebenfalls kurz anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen, Safran hinzugeben. Dann nach und nach den warmen Hühner-Karkassen-Fond (s.o.) angießen und Risotto al dente garen. Kurz vor dem Servieren Parmesan und Butter hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Bohnengemüse:

Bohnen putzen und klein schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Bohnen mit Knoblauch in Olivenöl scharf anbraten. Dann Tomatenmark hinzugeben und anrösten. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Mit gehackten Tomaten ablöschen. Dann die Temperatur herunterstellen und alles köcheln lassen, bis Bohnen weich sind.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Unter das Bohnengemüse heben.

Für die Aioli:

Knoblauch abziehen und hacken. Zitrone unter heißem Wasser abspülen, die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen.

Ei, Senf und Knoblauch in einen hohen Mixbecher geben und mixen.

Dann langsam das Öl eingießen bis die Masse emulgiert. Aioli mit Zitronensaft, Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Unter die Aioli heben.

Daniel Schöller am 27. April 2022

Garnelen-Bällchen, Zitronen-Honig-Dip, Gurken-Salat

Für zwei Personen

Für die Garnelenbällchen:

200 g Riesengarnelen	100 g ungesüßte Cornflakes	1 kleine Schalotte
1 Knoblauchzehe	1 kleine, rote Chilischote	1 Limette, Abrieb & Saft
1 Ei	1 EL Fischsauce	1 TL Sesamöl
1 Zweig Koriander	Mehl	1 EL Maisstärke
Öl	Salz	Pfeffer

Für den Zitronen-Honig-Dip:

1 kleine, rote Chilischote	1 Zitrone, Saft & Abrieb	50 ml Geflügelfond
2 EL Honig	1 TL Sweet Chili-Sauce	2 Spritzer Worcestersauce
Salz	Pfeffer	

Für den Gurkensalat:

1 Gurke	1 Frühlingszwiebel	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe
$\frac{1}{2}$ rote Chilischote	1 Limette, Saft	2 EL Sweet Chili-Sauce
1 TL Honig	1 TL Reissig	2 EL Sojasauce
1 EL Fischsauce	1 TL Sesamöl	1 EL Olivenöl
50 g naturbelassene Erdnüsse	1 Zweig Koriander	Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

Chilifäden	1-2 Zweige Koriander
------------	----------------------

Für die Garnelenbällchen:

Die Garnelen putzen, Darm entfernen und mit dem Messer fein hacken.

Chilischote halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein hacken. Knoblauch und Schalotte abziehen und ebenfalls fein hacken.

Koriander abrausen, trockenwedeln, die Blätter abzupfen und hacken.

Limette waschen, etwas Schale abreiben, dann halbieren und auspressen. Garnelenmasse mit Chili, Knoblauch, Schalotte, Koriander, Limettenabrieb, Limettensaft, Fischsauce und Sesamöl vermengen.

Etwas Maisstärke und Mehl dazugeben. Masse mit Salz und Pfeffer würzen.

Cornflakes mit den Händen zerbröseln. Ei verquirlen. Aus den Cornflakes, Mehl und Ei eine Panierstraße aufstellen. Die Garnelenmasse zu kleinen Bällchen formen. Zuerst in Mehl, dann in Ei und zum Schluss in den Cornflakes wälzen, bis sie gleichmäßig bedeckt sind. Pflanzenöl in einen Topf geben und die Bällchen knusprig ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Zitronen-Honig-Dip:

Zitrone heiß waschen und mit einem Zestenreißer feine Streifen abziehen. Dann die Zitrone halbieren und auspressen.

Geflügelfond in einer Pfanne erhitzen, den Honig in den heißen Geflügelfond rühren und auflösen. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Sweet Chili Sauce, Worcestershiresauce und frischer Chili würzen.

Zitronenstreifen einrühren und reduzieren lassen bis die Sauce sähmig ist.

Für den Gurkensalat:

Gurke streifig schälen, längs halbieren und die Kerne mit einem Teelöffel herauskratzen. Gurken in ca. 1 cm breite Rauten schneiden und beiseitestellen. Limette halbieren und den Saft auspressen. Chili der Länge nach halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Sweet Chili Sauce, Limettensaft, Reissig, Sojasauce, Fischsauce, Honig, Sesam- und Olivenöl in einer großen Schale verrühren. Chili und Knoblauch zugeben und mit Pfeffer würzen.

Gurken zum Dressing geben. 10 Minuten marinieren lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Frühlingszwiebeln putzen und waschen. Das Weiße und Hellgrüne in sehr feine Scheiben schneiden und 10 Minuten in kaltes Wasser legen.

Koriander abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Erdnüsse im Multizerkleinerer zerkleinern und in einer Pfanne ohne Öl mit etwas Salz rösten. Frühlingszwiebeln im Sieb abtropfen lassen und auf die marinierten Gurken geben. Mit den Erdnüssen und etwas gezupften Korianderblättern bestreuen.

Für die Garnitur:

Koriander abbrausen und trockenwedeln. Koriander und Chilifäden als Garnitur verwenden.

Alissa Scheunemann am 27. April 2022

Soßen

Café-de-Paris-Soße

Für zwei Personen

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	3 Sardellen
1 EL kleine Kapern	1 Zitrone	100 g Butter
100 ml Sahne	1 Bund Schnittlauch	10 Zweige Estragon
6 Zweige glatte Petersilie	8 Zweige Thymian	1 TL Senfpulver
$\frac{1}{2}$ TL Currypulver	$\frac{1}{4}$ TL Cayennepfeffer	

Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Sardellen in kleine Stücke schneiden. Sämtliche Kräuter abbrausen, trockenwedeln und separat fein hacken. In einem kleinen Topf die Butter zusammen mit Schalotte, Knoblauch, Sardellen, Currypulver, Cayennepfeffer und Senfpulver bei mittlerer Stufe erhitzen.

Nach ca. 5 Minuten die Kapern (sollten diese zu groß sein, können sie auch grob gehackt werden), 2 EL gehackter Schnittlauch, 2 EL gehackter Estragon, 1 EL gehackte Petersilie und 1 EL gehackter Thymian unterrühren.

Nach weiteren 2 Minuten Sahne und Zitrone hinzugeben. Das Ganze leicht umrühren, aber nicht verrühren. Butter soll sich nicht komplett mit der Sahne verbinden. Ein leichtes Gerinnen aufgrund der Zitrone ist erwünscht.

Denis Küper am 15. März 2022

Suppen

Spargel-Creme-Suppe mit Forellen-Tatar, Spargel-Spitzen

Für zwei Personen

Für die Suppe:

500 g dicke Spargelstangen	1 Zwiebel	1 Zitrone, Saft
2 EL Butter + Butter	200 ml Sahne	4 cl franz. Wermut
100 ml Sake	Ahornsirup	Zucker
Salz	Pfeffer	

Für das Forellen-Tatar:

2 Forellenfilets	2 Radieschen	1 Zitrone, Abrieb
2 Sch. eingel. Sushi-Ingwer	1 TL helle Misopaste	1 EL Ahornsirup
1 TL grober Dijon-Senf	Rauchsalz	weißer Pfeffer

Für den Wasabi-Kresse-Schaum:

1 TL Wasabipaste	2 Beete Gartenkresse	1 EL kalte Butter
200 ml Sahne	1 Msp. Lecithin	

Für die Garnitur:

1-2 TL Forellenkaviar	1 Beet Gartenkresse	
-----------------------	---------------------	--

Für die Suppe:

Den Spargel schälen, die Spitzen (etwa 5-10 cm lang), abschneiden und halbieren. Butter in eine Grillpfanne geben, die halbierten Spargelspitzen hinlegen und garen. Mit Ahornsirup beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen. Restlichen Spargel für die Suppe klein schneiden. Zwiebel abziehen und würfeln. Spargelstangen und Zwiebel in Butter anrösten.

Mit Wermut ablöschen und einkochen lassen. Dann Sake angießen.

Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Spargelstangen mit Zitronensaft, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Etwas Flüssigkeit in einen kleinen Topf umfüllen und für den Schaum beiseitestellen.

Dann die Spargelstangen mit 2 EL Butter und Sahne schaumig pürieren.

Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Forellen-Tatar:

Radieschen putzen und fein schneiden. Zitrone unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Eingelegten Ingwer klein schneiden.

Forellenfilets fein schneiden. Forelle, Radieschen, Ingwer, Zitronenabrieb, Misopaste, Ahornsirup, Dijon-Senf, Rauchsalz und Pfeffer zu einem Tatar verarbeiten. Tatar in einem Servierring auf einem Suppenteller mittig anrichten. Mit dem Stiel eines Kochlöffels ein Loch in die Turmmitte drücken und dort später den Wasabi-Kresse-Schaum einfüllen.

Tatar vor dem Servieren unter einem Glas mithilfe der Räucherpistole räuchern.

Für den Wasabi-Kresse-Schaum:

Gartenkresse vom Beet schneiden. Kresse, Wasabi, und Sahne zum abgeschöpften Spargelsud (s.o.) geben und erhitzen. Alles fein pürieren und mit kalter Butter und Lecithin schaumig aufschlagen. Schaum in das Loch des Forellen-Tatars füllen.

Für die Garnitur:

Gericht mit Forellenkaviar und Kresse garnieren.

Die gegarten Spargelspitzen aufrecht auf dem Suppenteller, rund um das Tatar, anrichten. Spargelsuppe in ein Kännchen füllen und à Part servieren.

Daniel Schöller am 26. April 2022

Vegetarisch

Apfel-Pfannkuchen mit Zimt-Eis und Haselnuss-Brösel

Für zwei Personen

Für das Zimteis:

4 Eier	400 ml Sahne	800 ml Milch
180 g Zucker	2 TL Johannisbrotkernmehl	25 g gemahlener Zimt

Für den Apfelpfannkuchen:

2 Äpfel	1 Zitrone	4 Eier
Butter	375 ml Milch	125 ml Sprudelwasser
250 g Weizenmehl	1 Päck. Vanille-Zucker	1 TL gemahlener Zimt
1 TL Zucker	1 Prise Salz	

Für die Haselnussbrösel:

25 g Haselnüsse	1 Scheibe Weizentoast	20 g Butter
-----------------	-----------------------	-------------

Für das Zimteis:

Die Eier aufschlagen und trennen. Eigelb und Zucker schaumig schlagen.

Johannisbrotkernmehl in die Milch einrühren und diese dann nach und nach mit der Ei-Zucker-Masse vermischen. Das Eiweiß anderweitig verwenden. Die Sahne steif schlagen und vorsichtig unterheben. Dann Zimtpulver unterrühren. Für mindestens 30 Minuten in die Eismaschine geben.

Für den Apfelpfannkuchen:

Zitrone waschen, halbieren, den Saft auspressen und auffangen.

Äpfel schälen und in feine Scheiben schneiden, anschließend in eine Schüssel geben und mit etwas Wasser und Zitronensaft bedecken. Mehl, Vanillezucker, Eier, Milch, Sprudelwasser und Salz zu einem glatten Teig verrühren und ca. 20 Minuten kühl stellen. Butter in einer Pfanne erhitzen und Teig in die Pfanne laufen lassen, sodass der Pfannenboden bedeckt ist. Solange der Teig noch flüssig ist, Apfelscheiben darauf verteilen.

Sobald sich der Pfannkuchen vom Boden lösen lässt umdrehen und von der anderen Seite noch eine Minute anbraten. Aus der Pfanne nehmen und auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Kurz vor dem Servieren mit Zimt und Zucker bestreuen.

Für die Haselnussbrösel:

Butter in einer Pfanne schmelzen. Toastbrot von der Rinde befreien und zusammen mit den Haselnüssen in einem Multizerkleinerer fein hacken.

Haselnüsse und Brotbrösel in die Pfanne geben und goldbraun anrösten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alissa Scheunemann am 28. März 2022

Aubergine mit Gazpacho-Salat, Basilikum-Pesto, Croûtons

Für zwei Personen

Für die Aubergine:

1 kleine-mittelgroße Aubergine	Mehl	Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

Für den Gazpacho-Salat:

1 Salatgurke	1 rote Paprikaschote	500 g kleine bunte Tomaten
400 g gestückelte Tomaten	1 rote Chilischote	1 Zitrone
1 altbackenes Brötchen	1 TL Dijon-Senf	Apfelessig
Ahornsirup	3 Zweige Basilikum	50 ml Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Basilikumpesto:

1 Bund Basilikum	1 Knoblauchzehe	100 g Parmesan
3 EL Pinienkerne	100 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Croûtons:

$\frac{1}{4}$ Ciabatta	1 große Knoblauchzehe	Olivenöl
------------------------	-----------------------	----------

Für die Garnitur: 10 g Parmesan 1 Zweig Basilikum

Für die Aubergine: Die Aubergine abbrausen, trockentupfen, in fingerdicke Scheiben schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen, dann mehlieren. In heißem Öl knusprig ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Gazpacho-Salat: Tomaten abbrausen, trockentupfen und klein schneiden. Salatgurke waschen und die Hälfte der Gurke auf Größe der Tomaten schneiden.

Restliche Gurke zunächst beiseitelegen.

Brötchen in Wasser einweichen, dann gut ausdrücken. Paprika abbrausen, trockentupfen, halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Chili der Länge nach halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Zitrone unter heißem Wasser abspülen, Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen. Brötchen, Paprika, halbe Gurke, Chili, Tomaten aus der Dose, Senf und Olivenöl in einen hohen Becher geben und alles fein pürieren. Mit Zitronensaft und abrieb, Apfelessig, Ahornsirup, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Wasser die Konsistenz der Gazpacho-Marinade bestimmen. Klein geschnittene Tomaten und Gurke mit Gazpacho-Marinade vermengen.

Basilikum abbrausen, trockenwedeln und zum Schluss über den Salat geben.

Wenn Sie mehr Zeit haben, dann können Sie das Gemüse (z.B. Paprika, Tomate, Gurke) für die Gazpacho putzen, kleinschneiden, mit Salz und Zucker würzen und über Nacht ziehen lassen. Das Salz entzieht dem Gemüse das Wasser und die Suppe wird noch aromatischer.

Für das Basilikumpesto: Basilikum abbrausen, trockenwedeln und grob hacken. Knoblauch abziehen. Parmesan reiben. Basilikum mit Knoblauch, Parmesan, Pinienkernen, Olivenöl, Salz und Pfeffer in einen Mörser geben und ein Pesto herstellen.

Für die Croûtons: Ciabatta würfeln. Knoblauch abziehen und andrücken. Brotwürfel mit Knoblauch in Olivenöl gleichmäßig und knusprig rösten.

Für die Garnitur: Parmesan reiben. Basilikum abbrausen und trockenwedeln. Parmesan und Basilikumblätter als Garnitur verwenden.

Daniel Schöller am 06. April 2022

Cavatelli mit Grünkohl-Soße, Ei und Grünkohl-Chips

Für zwei Personen

Für die Cavatelli:

200 g feines Hartweizenmehl Salz Mehl
Hartweizenmehl

Für die Grünkohl-Sauce:

200 g Grünkohl 1 Knoblauchzehe 300 ml Gemüsefond
50 g Parmesan 50 g Butter 1 Prise Natron
5 EL Olivenöl Salz Pfeffer

Für die Grünkohl-Chips:

6 Grünkohlblätter 1 EL Olivenöl 1 Prise Meersalz
Pfeffer

Für die pochierten Eier:

2 Eier, Größe L Öl Meersalz

Für die Garnitur:

2 dünne Sch. Parmaschinken Parmesan

Für die Cavatelli:

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Hartweizenmehl und 100 ml lauwarmes Wasser in eine Küchenmaschine geben und gut durchkneten. Den Teig in zwei Portionen teilen und mit einem feuchten Tuch abdecken.

Jede Portion zu 1 cm dicke Rollen formen und diese in 2 cm dicke Stücke schneiden. Ein Gnocchi Brettchen mit Mehl bestäuben, ein Teigstück mit dem Daumen sanft darüber drücken und wieder abziehen, so dass ein Muster mit Rillen entsteht. Cavatelli auf ein mit bemehltes Blech legen und fortfahren, bis der Teig aufgebraucht ist. Die Pasta danach in gesalzenem Wasser vier Minuten garen. Etwas Nudelwasser für die Sauce aufbewahren.

Für die Grünkohl-Sauce:

Kohlblätter von den Stielen und Blatttrippen befreien und in kochendem Salzwasser mit etwas Natron versetzt blanchieren. Knoblauch abziehen und hacken. Parmesan reiben. Butter in einer Pfanne erhitzen, bis sie braun wird. Anschließend Grünkohl mit Knoblauch, Parmesan, brauner Butter, Gemüsefond und Olivenöl zusammen pürieren, bis die Sauce eine dickflüssige Konsistenz bekommt. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sauce danach in einem Topf erhitzen und mit etwas abgeschöpftem Nudelwasser auflockern, falls sie zu dick geworden ist. Die Cavatelli in die Sauce geben und darin erwärmen.

Für die Grünkohl-Chips:

Grünkohlblätter in mundgerechte Stücke zupfen und mit Olivenöl, Salz und Pfeffer marinieren. Auf ein Blech verteilen und ca. 20 Minuten im Ofen zu Chips ausbacken.

Für die pochierten Eier:

Zwei kleine Tassen mit Frischhaltefolie auskleiden und einölen. Danach die rohen Eier vorsichtig hineingeben, zu einem Beutel zusammenziehen und mit Küchengarnt zuknoten. Die Eier-Beutel in siedendem Wasser 7 Minuten garen. Danach die Eier aus der Folie nehmen und auf den Cavatelli anrichten, mit Meersalz würzen.

Für die Garnitur:

Parmesan hobeln und mit Parmaschinken zum Garnieren verwenden.
Das Gericht auf Tellern mit der Garnitur anrichten und servieren.

Kristin Stavermann am 20. Januar 2022

Empanadas, Rhabarber-Spinat-Füllung, -Chutney, -Sorbet

Für zwei Personen

Für den Empanada-Teig:

200 g Weizenmehl 75 ml neutrales Pflanzenöl Salz

Für die Füllung:

4 Stangen Rhabarber 150 g Baby-Blattspinat 2 Schalotten
2 kleine Knoblauchzehen 1 kleine rote Chilischote 1 Ei
2 EL Himbeeressig 3-5 Zweige Thymian 1 EL Rohrzucker
Pflanzenöl Olivenöl Salz, Pfeffer

Für das Chutney:

400 g Rhabarber 1 reife Saftorange 1 Schalotte
1 Chilischote 2-3 cm Ingwer 2 EL Weißweinessig
75 g brauner Zucker 1 EL gelbe Senfkörner

Für das Sorbet:

500 g Rhabarber 50 ml Prosecco $\frac{1}{2}$ Bund Rosmarin
175 g Zucker

Für den Empanada-Teig: Den Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Mehl, Öl, 100 ml Wasser und 1 Prise Salz zu einem glatten Teig verkneten. In Frischhaltefolie einwickeln und kurz im Kühlschrank ruhen lassen. Anschließend den Teig auf der Arbeitsfläche ca. 1 mm dünn ausrollen und rund ausstechen.

Für die Füllung: Rhabarber waschen und abziehen, sodass keine Fasern mehr dran sind und die Endstücke abschneiden. Rhabarber in kleine Stücke schneiden.

Spinat putzen und trockenschleudern. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Zucker darin leicht karamellisieren lassen. Rhabarber dazu geben und anbraten. Schalotten und den Knoblauch abziehen, fein hacken und dazugeben. Himbeeressig angießen und bei schwacher Hitze weiter braten. Thymian abbrausen, trockenwedeln und dazugeben. Zum Schluss den Spinat unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Füllung auf die Teig-Kreise legen. Die Ränder mit Wasser bestreichen und zusammenfalten. Ei verquirlen. Die Empanadas mit Ei bestreichen und im vorgeheizten Ofen für ca. 10 Minuten backen. Vor dem Servieren in etwas Pflanzenöl nachbraten.

Für das Chutney: Ingwer schälen, Schalotte abziehen, beides fein würfeln. Chili abbrausen, trockentupfen und in feine Ringe schneiden. Rhabarber waschen, putzen und in 1 cm große Stücke schneiden. Orange halbieren und den Saft auspressen.

Zucker in einem großen Topf schmelzen. Ingwer, Schalotten und Rhabarber karamellisieren. Senfkörner und Chili zugeben, mit Essig ablöschen und mit Orangensaft auffüllen. Bei schwacher Hitze sämig einkochen lassen.

Für das Sorbet: Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. 125 g Zucker mit 200 ml Wasser aufkochen lassen und ca. 1 TL gehackten Rosmarin hinzugeben. Alles einkochen lassen bis die Masse leicht dickflüssig ist.

Durch ein Küchensieb abseihen, den Sirup auffangen.

Rhabarber putzen und in ca. 1 cm kleine Stücke schneiden. In einem Topf mit 100 ml Wasser und restlichem Zucker (50 g) aufkochen. Wenn der Rhabarber weich ist leicht mit dem Stabmixer pürieren. Sirup und Rhabarber mischen und in die Eismaschine geben. Prosecco à Part zum Sorbet servieren.

Alissa Scheunemann am 28. April 2022

Grüne Erbsen-Ravioli mit Pistazien-Schmelze

Für zwei Personen

Für den Teig:

50 g feines Hartweizenmehl	50 g Mehl, Type 00	1 Ei
1 TL Olivenöl	1 Msp. grüne Lebensmittelfarbe	1 Prise Salz

Für die Füllung:

100 g TK-Erbsen	1 Schalotte	30 g Butter
75 g Ricotta	25 g Parmesan	½ Bunde Minze
½ Bund Basilikum	1 Prise Natron	1 Prise Zucker
Salz	Pfeffer	

Für die Ravioli:

100 g TK-Erbsen	1 Knoblauchzehe	1 Ei
50 g Butter	4 Zweige Thymian	½ Vanilleschote

Für die Pistazien-Schmelze:

2 EL Pistazien	2 EL Pankomehl	2 EL Butter
1 Prise Meersalz-Flocken		

Für die Garnitur:

4 Sch. Südtiroler Speck	frische Erbsensprossen	kleines Stück Parmesan
-------------------------	------------------------	------------------------

Für den Teig: Den Backofen auf 180 Grad Heißluft vorheizen.

Alle Zutaten in der Küchenmaschine zu einem festen Nudelteig verkneten und kurz rasten lassen.

Für die Füllung: Erbsen in kochendem Salzwasser (mit etwas Natron versetzt) blanchieren, abgießen, abschrecken und sehr gut abtropfen lassen.

Schalotte abziehen und klein würfeln. Butter in einer Pfanne aufschäumen. Schalotte darin anschwitzen und so lange bräunen, bis die Butter nussig riecht. Erbsen mit den Schalotten und der Butter in ein hohes Gefäß geben. Ricotta, Parmesan, Salz, Pfeffer, eine Prise Zucker sowie die fein gehackten Kräuter zufügen und fein pürieren. Nach Belieben durch ein feines Sieb streichen. Masse dann in einen Spritzbeutel füllen.

Für die Ravioli: Nudelteig mit der Nudelmaschine zu zwei dünnen Bahnen ausrollen.

Erbsenpüree in kleinen Portionen auf eine Teigplatte (im Abstand von ca.

5 cm) spritzen. Ei trennen und das Eiweiß verquirlen und die Teigzwischenräume damit bestreichen. Die zweite Teigplatte auflegen und leicht andrücken. Mit einem Teigrad Ravioli ausschneiden und die Ränder gut festdrücken.

Inzwischen die Butter in einer Pfanne mit Knoblauch und Thymian leicht bräunen, dann das Mark einer ½ Vanilleschote zufügen.

Die Ravioli in reichlich Salzwasser zusammen mit den Erbsen ca. 2 Minuten kochen lassen, herausnehmen, abtropfen lassen und in die Pfanne geben. Gut durchschwenken.

Für die Pistazien-Schmelze: Pistazien reiben. Alle Zutaten bis auf das Salz langsam in einer Pfanne zusammen goldbraun anrösten. Salz zugeben.

Für die Garnitur: Speck im Ofen bei 180 Grad Heißluft ca. 10-15 Minuten backen und anschließend im Mörser mahlen. Parmesan hobeln.

Die Ravioli und Erbsen auf einen tiefen Teller geben. Die Pistazienschmelze darüber verteilen und mit frischen Erbsensprossen und Parmesanhobeln ausgarnieren und servieren.

Kristin Stavermann am 17. März 2022

Karotten-Kokos-Suppe, Parmesan-Chip, Blätterteig-Herzen

Für zwei Personen

Für die Karotten-Kokos-Suppe:

150 g Junge Möhren mit Grün	1 kleine Petersilienwurzel	1 Lauchzwiebel
3 Fleischtomaten	1 Schalotte	4 cm Ingwer
1 Kurkumawurzel	1 Orange	20 g gesalz., kalte Butter
Butter	40 ml Sahne	60 ml Kokosmilch
300 ml Gemüsefond	1 Stange Zitronengras	½ TL Curry Madras
1 Prise Piment d´Espelette	1 Msp. Lecithin	Salz, Pfeffer

Für die Einlage:

1 Karotte	1 Zitrone	3 cm Ingwer
25 ml Kokosmilch	25 ml Sahne	1 TL Ahornsirup
1 TL Holunderblütensirup	1 Prise Piment d´Espelette	1 TL Currypulver
Salz	Pfeffer	

Für das Karottengrün-Pesto:

Karottengrün	20 g Rucola	20 g Basilikum
1 Knoblauchzehe	2 cm Ingwer	1 Zitrone
40 g Parmesan	50 g Pinienkerne	1/1 TL Piment d´Espelette
2 TL Holunderblütensirup	Kalahari Salz	100 ml mildes Olivenöl
weißer Pfeffer		

Für die Blätterteig-Herzen:

1 Rolle Blätterteig	1 Ei	1 EL Sahne
3-4 EL Karottenpesto		

Für den Parmesanchip:

70 g Parmesan	½ TL Piment d´Espelette
---------------	-------------------------

Für die Garnitur:

4 Cocktailtomaten	1 Karotte	essbare Blüten, nach Belieben
-------------------	-----------	-------------------------------

Für die Karotten-Kokos-Suppe:

Den Backofen auf 220 Grad vorheizen.

Karotten von Grün befreien und Grün für den späteren Gebrauch beiseitelegen. Karotten waschen, schälen und in Scheiben schneiden.

Lauchzwiebeln waschen, Wurzeln sowie oberes Grün abschneiden und in kleine Stücke schneiden. Schalotte abziehen und würfeln. Fleischtomaten über Kreuz anritzen, kurz mit kochendem Wasser überbrühen, häuten, entkernen und eine der drei Fleischtomaten in zarte Streifen schneiden. Für die Einlage zurücklegen. Tomaten in Stücke teilen. Petersilienwurzel waschen, schälen und in kleine Stücke schneiden. Kurkuma und Ingwer schälen und in dünne Scheiben schneiden. Einen Topf für die Suppe erhitzen und Butter, sowie Curry darin leicht anrösten. Dann Karotten, Tomaten, Petersilienwurzel, Kurkuma und Ingwer hinzugeben und mit andünsten. Mit Salz, Pfeffer und Piment d´Espelette würzen. Orange waschen und die Schale abreiben. Anschließend teilen und den Saft einer Hälfte auspressen. Etwa die Hälfte des Orangenabriebs für die Einlage beiseitestellen. Abrieb und Saft in den Topf geben. Zitronengras anklopfen und dazugeben, dann mit Gemüsefond aufgießen. Ca. 15 Minuten köcheln lassen, dann das Zitronengras herausnehmen. Alles mit einem Pürierstab aufmixen und anschließend durch ein feines Sieb passieren. Kokosmilch und Sahne zugießen und erneut erhitzen. Je nach Konsistenz der Suppe weiteren Gemüsefond dazugeben. Kalte Salzbutter in kleinen Flocken mit einem Stabmixer unter die Suppe montieren. Die Suppe sollte schaumig sein. Nach Belieben Lecithin hinzufügen.

Für die Einlage:

Karotte waschen und schälen und mit einem Spiralschneider in Spaghetti schneiden. Ingwer schälen und fein raspeln. Zitrone waschen, halbieren und den Saft auspressen und auffangen. Butter in einer kleinen Pfanne schmelzen und die Spaghetti darin dünsten. Etwas Curry, Ingwer, Orangenabrieb und Zitronensaft dazugeben. Dann mit Ahornsirup ablöschen. Abschließend mit Salz, Pfeffer und Piment d'Espelette würzen und mit Holunderblütensirup aromatisieren. Zurückgelegten Tomatenstreifen nach dem Dünsten der Karotten mit in die Pfanne legen damit sie warm werden und etwas von dem Geschmack annehmen.

Kokosmilch mit Sahne und etwas Curry und Salz leicht erhitzen und dann aufschäumen, um sie beim Servieren mit in die Suppe zu geben.

kuechenschlacht.zdf.de Für das Karottengrün-Pesto:

Karottengrün, Rucola und Basilikum abrausen und trockenwedeln. Dann in kochendem Salzwasser blanchieren und danach in Eiswasser abschrecken. Grün aus dem Eiswasser nehmen und in einer Salatschleuder trocknen. Dann grob hacken. Knoblauch abziehen und in grobe Würfel schneiden. Ingwer schälen und fein raspeln. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und dann auskühlen lassen.

Parmesan fein reiben. Alle Zutaten, außer dem Ingwer, mit Hilfe eines Mixers zu einer cremigen, aber nicht zu feinen Masse zerkleinern.

Anschließend mit Salz, Pfeffer, Ingwer, Holunderblütensirup und Piment d'Espelette würzen. Zitrone waschen und die Schale abreiben. Danach eine Hälfte auspressen und den Saft auffangen. Abrieb und Saft zur Masse geben und abschmecken.

Für die Blätterteig-Herzen:

Blätterteig auf der Arbeitsplatte auslegen, dabei aber am Papier lassen und mit Karottenpesto bestreichen. Jeweils von der Längsseite zur Mitte hin aufrollen bis beide Rollen sich treffen. Ei aufschlagen und trennen.

Eigelb mit Sahne verquirlen und die beiden Rollen innen und außen bestreichen. Mit einem scharfen Messer ca. 1 cm breite Scheiben schneiden. Dann auf ein Backblech mit Papier legen und im Ofen ca. 10- 15 Minuten backen. Nach dem Backen den Ofen auf 180 Grad abkühlen lassen, für den Parmesanchip.

Für den Parmesanchip:

Parmesan fein reiben und mit Piment d'Espelette würzen. Parmesan in einen Anrichtering auf ein Backblech streuen und so mehrere Chips drapieren. Für ca. 5 Minuten in den Ofen schieben und die Chips goldbraun ausbacken. Parmesan-chips auf dem Blech kurz abkühlen lassen und auf einem Kuchengitter knusprig-fest werden lassen.

Für die Garnitur:

Karotte waschen und schälen und längs mit einem Sparschäler dünne Scheiben abziehen. Cocktailtomaten waschen und halbieren.

Einen Esslöffel Pesto in einen tiefen Suppenteller geben und die Karotten- sowie Tomatenstreifen darauf drapieren. Suppe angießen und mit Sahne verzieren. Parmesanchip auf der Einlage drapieren. Pesto-Herzen auf einem anderen Teller anrichten. Nach Belieben verzieren und servieren. Pesto dazu reichen.

Christa Lührmann am 23. März 2022

Kräuter-Polenta mit Pilzen, Rote-Bete-Radicchio-Salat

Für zwei Personen

Für die Polenta mit Pilzen:

100 g Champignons	50 g Kräuterseitlinge	50 g Austernpilze
80 g Instant-Polenta	2 Knoblauchzehen	80 g Parmesan
100 g Taleggio	30 g Butter	500 ml Gemüsefond
2 Zweige Estragon	2 Zweige Thymian	1 Zweig Rosmarin
4 Zweige Kerbel	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für den Rote-Bete-Radicchio Salat:

2 vorgek. Knollen Rote Bete	1 kleiner Radicchio	50 g kernlose Weintrauben
15 frische Himbeeren	100 ml Weißweinessig	3 EL Haselnussöl
Ahornsirup	1 Bund Minze	4 EL Kürbiskerne
1 EL Zucker	4 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Polenta mit Pilzen:

Den Backofen vorheizen auf 200 Grad Umluft mit Grillfunktion.

Pilze putzen und nur die großen Exemplare halbieren. 2 EL Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und die Pilze scharf darin anbraten.

Knoblauch abziehen und fein hacken, Estragon und Thymian abbrausen, trockenwedeln, die Blätter abzupfen und hacken. Knoblauch und Kräuter mit zu den Pilzen in die Pfanne geben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Fond in einem Topf zum Kochen bringen und Polenta, unter stetigem rühren, dazu geben. Sollte die Polenta zu trocken und nicht breiig sein, weiteren Fond angießen und umrühren. Parmesan reiben. Sobald die Polenta die gewünschte Konsistenz hat den Parmesan und die Butter unterrühren. Rosmarin und Kerbel abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Kräuter auch in die Polenta rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Taleggio in kleine Würfel schneiden. Fertige Masse auf 2 kleine ofenfeste Formen verteilen und jeweils mit ca. 50 g Taleggio belegen und unter den vorgeheizten Backofengrill schieben. Sobald der Käse anfängt Blasen zu werfen, die Pilze drüber verteilen und nochmals 1-2 Minuten unter dem Grill lassen. Danach aus dem Ofen holen.

Für den Rote-Bete-Radicchio Salat:

Rote-Bete-Knollen halbieren und in dünne Scheiben hobeln. Aus Weißweinessig, Salz und Pfeffer eine Marinade anrühren und die Rote Bete-Scheiben darin für 20 Minuten marinieren. Minze abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und grob hacken. Weintrauben waschen und halbieren. Radicchio waschen, die Blätter trockenschleudern und in mundgerechte Stücke schneiden. 2-3 Blätter zur Garnitur am Stück lassen. Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Öl anrösten und beiseitestellen.

Rote-Bete aus der Marinade nehmen und mit Radicchio und Weintrauben vermengen. Himbeeren mit Zucker vermengen, kurz ziehen lassen und durch ein feines Sieb passieren. Haselnussöl, Olivenöl und Himbeerpüree zu der Marinade geben, in der vorher die Rote Bete lag. Alles miteinander vermischen und nach Belieben mit Ahornsirup süßen. Dressing über den Salat verteilen. Den Rote-Bete-Radicchio-Salat auf einem Teller drapieren und mit Kürbiskernen bestreuen. Polenta aus dem Ofen holen, in der Form mit auf den Salatteller stellen und servieren.

Denis Küper am 23. Februar 2022

Sellerie an Café-de-Paris-Soße, Sellerie-Anis-Espuma, Salat

Für zwei Personen

Für den geschmorten Sellerie:

1 Knollensellerie	1 Schalotte	1 Orange
1 EL Butter	50 ml Weißwein	150 ml Gemüfefond
2 EL Ahornsirup	2 EL Olivenöl	1 Msp. Cayennepfeffer
Salz		

Für das Sellerie-Anis-Espuma:

300 g Knollensellerie	1 Schalotte	50 ml Anisée
150 ml Gemüfefond	150 ml Sahne	1 EL Butter
Muskatnuss	$\frac{1}{4}$ TL Anis	$\frac{1}{2}$ TL Cayennepfeffer
1 TL Salz		

Für den Staudensellerie-Salat:

4 Stangen Staudensellerie	1 Elstar-Apfel	$\frac{1}{2}$ rote Chilischote
$\frac{1}{2}$ Zitrone	4 EL Haselnussöl	2 EL Olivenöl
1 Prise Salz		

Für den gepickelten Sellerie:

100 ml Weißweinessig	100 g brauner Zucker
----------------------	----------------------

Für den Haselnuss-Cheddar-Chip:

40 g milden Cheddar	1 TL gehackte Haselnüsse
---------------------	--------------------------

Für die Café-de-Paris-Sauce:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	3 Sardellen
1 EL kleine Kapern	1 Zitrone	100 g Butter
100 ml Sahne	1 Bund Schnittlauch	10 Zweige Estragon
6 Zweige glatte Petersilie	8 Zweige Thymian	1 TL Senfpulver
$\frac{1}{2}$ TL Currypulver	$\frac{1}{4}$ TL Cayennepfeffer	

Für den geschmorten Sellerie:

Den Ofen auf 220 Grad Umluft vorheizen.

Knollensellerie schälen und 6x 5mm dicke Scheiben abschneiden. Mit einem Servierring aus jeder Scheibe einen Kreis von 6cm Durchmesser ausstanzen. Butter in einer Pfanne erhitzen. Schalotte abziehen, fein würfeln und zusammen mit den Selleriescheiben in der zerlassenen Butter, bei mittlerer Hitze, anbraten.

Wenn die Schalotte glasig ist und der Sellerie ein wenig Farbe angenommen hat, das Ganze mit dem Wein ablöschen. Fond und den Saft einer Orange dazugeben. Ein wenig salzen, den Cayennepfeffer dazugeben und alles für ca. 15 Minuten schmoren. Dabei den Sellerie mehrmals wenden. Sollte die Flüssigkeit zu schnell verkochen, ruhig etwas Fond dazugießen.

Wenn der Sellerie durch ist, die Scheiben auf eine feuerfeste Unterlage legen, von einer Seite mit etwas Öl und Sirup einstreichen und dann mit einem Bunsenbrenner kurz abflämmen.

Für das Sellerie-Anis-Espuma:

Butter in einem mittleren Topf erhitzen. Schalotte abziehen, in kleine Würfel hacken und im Topf bei mittlerer Hitze anschwitzen. Sellerie schälen, in kleine Stücke schneiden und zu den Schalotten dazugeben.

Nach 2 Minuten das Ganze mit dem Anisée ablöschen, Sahne und 100 ml Fond dazu gießen. Sellerie in ca. 15 Minuten weichkochen lassen.

Sollte die Flüssigkeit zu sehr einreduzieren, etwas Fond nachgießen.

Wenn der Sellerie gar ist, den Inhalt des Topfes in einen Standmixer füllen, pürieren und kräftig mit den Gewürzen abschmecken.

Die Masse sollte nicht zu breiig, aber auch nicht zu flüssig sein.

Vor dem Abfüllen in ein Sahnesyphon die Masse einmal passieren, um grobe Stücke zu eliminieren. Zuschrauben und je nach Füllmenge mit eine bis zwei Gaskartuschen füllen. Gut schütteln.

Für den Staudensellerie-Salat:

Sellerie waschen, die Enden abschneiden und fein schneiden. Die dickeren Enden längs halbieren, vor dem Schneiden, um so eine Gleichmäßigkeit zu bekommen.

Chili längs halbieren und die Kerne entfernen. Die beiden Hälften in Streifen und dann in kleine Stücke schneiden.

Apfel waschen und $\frac{1}{4}$ mit Schale in kleine Würfel schneiden. Der Rest wird nicht benötigt. Sellerie, Chili und Apfel zusammen mit dem Öl und Zitronensaft abschmecken. Gegebenenfalls noch eine Prise Salz hinzufügen.

Für den gepickelten Sellerie:

In einem kleinen Topf den Zucker in 100 ml Wasser/Essig bei mittlerer Hitze auflösen.

Mit einem Sparschäler 6 dünne Schlangen, ca. 10 cm, vom geschälten Knollensellerie (s.o.) abschneiden und in den Topf geben. Bei kleiner Hitze die Stücke 30 Minuten ziehen lassen.

Für den Haselnuss-Cheddar-Chip:

Käse mit einer groben Reibe zerkleinern. Mit Hilfe eines Servierringes (ca.

6cm) zwei Taler auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech platzieren. Jeweils $\frac{1}{2}$ TL Haselnüsse auf den Käse verteilen und für 8-10 Minuten in den Ofen geben. Cracker ist fertig, wenn der Käse vollständig geschmolzen ist.

Für die Café-de-Paris-Sauce:

Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Sardellen in kleine Stücke schneiden. Sämtliche Kräuter abrausen, trockenwedeln und separat fein hacken. In einem kleinen Topf die Butter zusammen mit Schalotte, Knoblauch, Sardellen, Currypulver, Cayennepfeffer und Senfpulver bei mittlerer Stufe erhitzen.

Nach ca. 5 Minuten die Kapern (sollten diese zu groß sein, können sie auch grob gehackt werden), 2 EL gehackter Schnittlauch, 2 EL gehackter Estragon, 1 EL gehackte Petersilie und 1 EL gehackter Thymian unterrühren.

Nach weiteren 2 Minuten Sahne und Zitrone hinzugeben. Das Ganze leicht umrühren, aber nicht verrühren. Butter soll sich nicht komplett mit der Sahne verbinden. Ein leichtes Gerinnen aufgrund der Zitrone ist erwünscht.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Denis Küper am 15. März 2022

Spinat-Crespelle mit Tomaten und Bergkäse-Espuma

Für zwei Personen

Für die Spinat-Crespelle:

50 g Mehl	1 Ei	125 ml Milch
15 g Butter	Butter	Salz

Für die Füllung:

250 g Spinat	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
100 g Ricotta	10 g Parmesan	20 g Butter
Muskatnuss	Butter, Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die geschmolzenen Tomaten:

250 g Kirschtomaten	1 Knoblauchzehe	1 Zweig Thymian
1 Zweig Basilikum	1 EL Orangenmarmelade	4 EL Olivenöl
1 TL Brauner Zucker	Piment-d'Espelette	Salz

Für den Bergkäse-Espuma:

100 g Bergkäse	80 ml Milch	70 ml Sahne
Muskatnuss		

Für die Spinat-Crespelle:

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Aus Mehl, Milch, Ei und Butter einen Teig herstellen, salzen und kurz ruhen lassen.

In einer Pfanne etwas Butter zerlassen und aus dem Teig nacheinander hauchdünne Crêpes backen.

Für die Füllung:

Spinat blanchieren und fein hacken. In einem Topf etwas Olivenöl und Butter erhitzen. Knoblauch und Schalotte abziehen, hacken und darin andünsten. Spinat zugeben, kurz durchschwenken und mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen. Ricotta und 2 EL geriebenem Parmesan vermengen und zum Spinat geben.

Die Crêpes nun mit der Füllung bestreichen und aufrollen. Eine ofenfeste Form mit Butter ausfetten, die Röllchen hineingeben und mit 20 g Butterflöckchen belegen. 15-20 Minuten im Ofen backen.

Für die geschmolzenen Tomaten:

Die Tomaten häuten, entkernen und würfeln. Knoblauch abziehen und andrücken. Thymian abrausen und trockenwedeln. Olivenöl in einem Topf erwärmen und mit der Knoblauchzehe und Thymian ca. 10 Minuten mit aufgelegtem Deckel aromatisieren. Die Tomatenwürfel zufügen, die Hitze erhöhen und mit braunem Zucker karamellisieren. Mit Orangenmarmelade, Salz und Piment d'Espelette abschmecken. Zuletzt Basilikum unterrühren.

Für den Bergkäse-Espuma:

Milch und Sahne zusammen erwärmen. Bergkäse reiben und unter Rühren in der Milch-Sahne-Mischung schmelzen. Mit einer Prise Muskat würzen und mit dem Stabmixer mixen. In einen Sahnesyphon füllen, eine CO2 Kapsel aufdrehen, gut schütteln und kaltstellen. Erst kurz vor dem Anrichten Espuma auf den Teller sprühen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Kristin Stavermann am 19. Januar 2022

Tacos mit Soja-Pibil, Nopales-Salat, Guacamole , Zwiebeln

Für zwei Personen

Für die Tacos:

125 g Maismehl	125 ml lauwarmes Wasser	1 Prise Salz
----------------	-------------------------	--------------

Für die Soja-Pibil:

100 g Sojaschnitzel	2 Saftorangen	1 reife Banane
1 kleine Zwiebel	1 Knoblauchzehe	250 ml Gemüsefond
2-3 TL Achiotepaste	2 Lorbeerblätter	2 Gewürznelken
3 TL gerebelter Oregano	3 Pimentkörner	weißer Balsamicoessig
Salz	Pfeffer	

Für die Guacamole:

2 reife Avocados	1 Tomate	1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe	2 Limetten	1 Zweig Koriander
1 Prise Zucker	Olivenöl, nach Belieben	Salz
Pfeffer		

Für die gepickelten Zwiebeln:

1 rote Zwiebel	50 ml Apfelessig	1 Lorbeerblatt
1 TL Koriandersamen	$\frac{1}{2}$ TL Salz	1 TL Zucker

Für die Tacos:

Das Maismehl mit etwas Salz in eine Schüssel geben und eine kleine Mulde in der Mitte formen. Etwas Wasser dazugeben und mit den Händen vermengen. Nach und nach Wasser zugeben bis ein elastischer Teig entsteht. Wenn möglich 30 Minuten ruhen lassen. Dann zu kleinen Kugeln formen und mit einer Tortillapresse zu Tortillas pressen. Tortillas in einer beschichteten Pfanne ohne Öl von einer Seite ca. 15 Sekunden backen, wenden und von der anderen Seite ca. 30 Sekunden backen.

Dann wieder wenden und mit dem Zeigefinger kurz die Mitte andrücken, damit sich die Tortilla aufbläst. Fertige Tortillas mit einem Küchentuch warmhalten.

Für die Soja-Pibil:

Gemüsefond erhitzen und Sojaschnitzel ca. 15 Minuten darin einweichen.

Abgießen und in einer Pfanne anbraten. Orangen waschen und auspressen und den Saft mit ca. 1 Teelöffel der Achiotepaste in einen Topf geben. Mit einem Stabmixer pürieren. Lorbeerblätter, Pimentkörner, Nelken, Oregano und etwas Essig dazu geben und den Sud aufkochen.

Zwiebel abziehen und in dünne Streifen schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Beides in den Sud geben. Sojaschnitzel hinzufügen und ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wenn es zu sauer sein sollte, etwas Banane zerdrücken und hinzugeben. Vor dem Servieren die Nelken, die Pimentkörner sowie die Lorbeerblätter herausnehmen.

Für den Nopales-Salat:

250 g eingel., gekochter Nopal Kaktus 150 g grüne Bohnen 2 reife Strauch-Tomaten 1 kleine Zwiebel 1 kleine Knoblauchzehe 100 g Fetakäse 1 frische Serano-Chili 1 Zweig Koriander 1 Prise Zucker 20 ml weißer Balsamicoessig 25 ml Olivenöl Salz, aus der Mühle Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle **Für die Guacamole:**

Kaktus abtropfen lassen, unter fließendem, kaltem Wasser abspülen bis kein Schaum mehr entsteht und dann in Streifen schneiden. Grüne Bohnen putzen, in mundgerechte Stücke schneiden und im kochenden Salzwasser ca. 10 Minuten garen. Tomaten waschen, den Strunk entfernen und entkernen, dann in Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Koriander abbrausen, trockenwedeln und grob hacken. Chilischote längs halbieren, entkernen und fein hacken. Alles zusammen in einer Schüssel vermengen und mit Olivenöl, Essig, Zucker,

Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss den Fetakäse mit den Händen zerbröseln und untermengen.

Avocados entkernen und in Stücke schneiden. In einer Schüssel mit einer Gabel zerdrücken bis eine grobe Masse entsteht. Tomate waschen und entkernen, fein würfeln und zur Avocadomasse geben. Limetten waschen und entsaften und zur Avocadomasse geben. Nach Belieben Olivenöl untermengen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln.

Koriander abbrausen, trockenwedeln und Blätter fein hacken. Alles unter die Avocadomasse heben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

Für die gepickelten Zwiebeln:

Zwiebel abziehen, in feine Streifen schneiden und zusammen mit dem Salz in eine Schüssel geben. Mit der Hand vermischen bzw. leicht kneten. Lorbeerblatt und die Koriandersamen in einer Pfanne ohne Öl kurz anrösten. Essig, 20 ml Wasser und Zucker in einer Schüssel vermischen, erhitzen und das Lorbeerblatt wie auch die Koriandersamen in den Sud geben. Kurz aufkochen und dann über die gesalzenen Zwiebeln geben. Abkühlen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alissa Scheunemann am 30. März 2022

Vorspeisen

Börek mit Käse-Füllung, Pistazien-Feta-Creme, Salat

Für zwei Personen

Für den Börek:

5 Blätter Yufkateig	1 Stange Lauch (250 g)	$\frac{1}{2}$ Zwiebel
100 g Weißkäse (beyaz peynir)	1 Ei	50 ml Milch
20 ml Olivenöl	Olivenöl	Butter, Salz

Für die Pistazien-Feta-Creme:

75 g Feta	25 g gehackte Pistazien	2 EL Pistazienmark
2 EL griech. Joghurt	1 Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ rote Chilischote
$\frac{1}{2}$ Zitrone	$\frac{1}{4}$ Bund Dill	$\frac{1}{4}$ Bund Petersilie
Sumach	3 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für den Granatapfel-Salat:

75 g Granatapfelkerne	250 g kleine Kirschtomaten	$\frac{1}{2}$ rote Zwiebel
$\frac{1}{2}$ grüne Chilischote	$\frac{1}{2}$ Bund Minze	$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie
50 g Walnüsse	1 EL Granatapfelsirup	1 TL Apfelessig
30 ml Olivenöl	1 TL Sumach	Salz

Für den Börek:

Für die Börek-Füllung Lauch putzen und mit dem Grün in dünne Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Beides in 2 EL heißem Öl 7-9 Minuten dünsten und leicht salzen. Den Käse mit einer Gabel zerdrücken und zum Lauch geben.

Das Ei aufschlagen und mit Milch und 20 ml Öl verrühren.

Eine Pfanne mit Butter und Olivenöl einfetten und ein Yufkablatt mittig hineinlegen, so dass die Ränder überstehen. Etwa 1-2 EL der Milch-Ei Mischung darauf verteilen.

Erneut 1-2 EL Milch-Ei-Mischung darauf verteilen. Ein zweites Yufkablatt vierteln. Das erste Viertel leicht knitterig in die Pfanne auf die letzte Milch Ei-Schicht legen, etwas von der Milch-Ei-Mischung darauf tröpfeln und die Hälfte der Lauch-Käse-Füllung darauf verteilen. Zweites Viertel Teigblatt in die Pfanne darauf geben, Milch-Ei-Mischung wieder darüber geben und die andere Hälfte der Füllung darauf verteilen. Das dritte Viertel-Teigblatt knitterig einschichten, mit etwas Milch-Ei-Mischung übergießen und das letzte Viertel-Teigblatt einschichten. Mit etwas Milch Ei-Mischung bepinseln und die überstehenden Ränder in die Pfanne falten. Mit dem Rest der Milch-Ei-Mischung vorsichtig bestreichen.

Bei schwacher bis mittlerer Hitze Börek in der Pfanne 6-7 Minuten anbraten bis die untere Seite goldbraun ausgebacken ist.

Einen flachen Teller mit etwas Olivenöl einstreichen. Börek mit Hilfe des Tellers stürzen, wieder zurück in die Pfanne gleiten lassen und von der anderen Seite ebenfalls 6-7 Minuten anbraten.

Zum Schluss auf einen Servierteller stürzen und in kleine Portionen zerteilen.

Für die Pistazien-Feta-Creme:

Dill und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Knoblauch abziehen und auspressen. Chili entkernen und hacken. Schale einer halben Zitrone abreiben und auspressen.

Feta mit Joghurt, Olivenöl, Kräutern, Pistazienmark, Knoblauch, Chili sowie Zitronensaft und -Abrieb in einen Becher geben und pürieren.

Die gehackten Pistazien untermischen und mit Sumach, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Granatapfel-Salat:

Tomaten von Stielen und Kerngehäuse befreien und würfeln. Zwiebel abziehen und in feine Streifen schneiden. Minze und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und die Blätter fein hacken. Walnüsse hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Chili entkernen und fein würfeln.

Alle vorbereiteten Zutaten mit den Granatapfelkernen in einer Schüssel zu einem Salat vermengen.

Aus Sumach, Granatapfelsirup, Olivenöl, Essig und Salz ein Dressing anrühren, über den Salat gießen und gut vermischen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Kristin Stavermann am 18. Januar 2022

Gorditas, Chorizo-Füllung, Pico de gallo, Salsa verde

Für zwei Personen

Für die Gorditas:

125 g blaues Maismehl 125 ml lauwarmes Wasser 1 Prise Salz
Pflanzenöl

Für die Chorizo-Füllung:

$\frac{1}{2}$ Chorizo 1 gekochter Mais-Kolben 250 g Frijoles
1 rote Zwiebel 1 Knoblauchzehe 2 TL Epazote
1 TL gerebelter Oregano 1 Prise Zucker Pflanzenöl

Für Pico de Gallo:

8 Cocktailtomaten 1 kleine Schalotte 1 Orange
2 cl Wodka 1 frische Jalapeno-Chili 1 Zweig Koriander
1 Prise Zucker Salz Pfeffer

Für die Salsa verde:

4 grüne Tomaten 1 kleine Zwiebel 2 grüne Chilischoten
3 Zweige Koriander Salz

Für die Crema:

1 Zitrone $\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch 150 g Crème-fraîche
1 Prise Zucker Salz Pfeffer

Für die Gorditas:

Das Maismehl mit etwas Salz in eine Schüssel geben und eine kleine Mulde in der Mitte formen. Etwas Wasser dazugeben und mit den Händen vermengen. Nach und nach Wasser zugeben bis ein elastischer Teig entsteht. Wenn möglich 30 Minuten ruhen lassen. Danach zu kleinen Kugeln formen und mit einer Tortillapresse zu Tortillas formen.

Für die Chorizo-Füllung:

Knoblauch und Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Chorizo würfeln.

Mais vom Kolben lösen. Zwiebeln, Knoblauch und Chorizo in einer Pfanne mit Öl anbraten und mit Zucker leicht karamellisieren lassen, dann zur Seite stellen. Frijoles abtropfen lassen, mit dem Pürierstab leicht mixen und den Knoblauch untermengen. In einer anderen Pfanne den Mais anbraten, die Frijoles und die Zwiebel-Chorizo-Mischung dazu geben und zusammen erhitzen. Mit Oregano und Epazote abschmecken.

Einen Esslöffel der Füllung auf eine Tortilla legen und eine weitere Tortilla oben auflegen. Die Ränder der Tortillas aneinanderdrücken und die sogenannte Gordita verschließen. In einer beschichteten Pfanne mit Öl goldgelb ausbacken und auf einem Teller mit Küchentrepp abtropfen lassen.

Für Pico de Gallo:

Schalotte abziehen und fein würfeln, die Tomaten waschen und vierteln.

Orange waschen, zerteilen, auspressen und den Saft auffangen. Chili waschen, längs halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien.

Dann fein hacken. Koriander abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und grob hacken. Schalotte, Tomate, Koriander und Chili miteinander vermengen und mit Orangensaft, Zucker, Vodka, Pfeffer und Salz abschmecken.

Für die Salsa verde:

Tomaten abtropfen lassen. Chilischoten waschen, längs halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Dann in grobe Stücke schneiden. Koriander abbrausen und trockenwedeln und mit Stielen grob hacken. Zwiebel abziehen und grob schneiden. Alles zusammen mit etwas Wasser in einen Standmixer geben und mixen bis eine sämige Sauce entstanden ist. Nach Bedarf noch etwas Wasser hinzugeben. Mit Salz abschmecken.

Für die Crema:

Zitrone waschen, halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Crème fraîche mit Salz, Pfeffer, etwas Zitronensaft und einer Prise Zucker vermengen. Schnittlauch abbrausen und trockenweldeln danach fein hacken und nach Belieben in die Crème geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alissa Scheunemann am 29. März 2022

Kalb-Klößchen mit Sardellen-Rouille, Thunfisch-Salat

Für zwei Personen

Für die Kalbsklößchen:

200 g Kalbshackfleisch	1 altbackenes Brötchen	1 kleine Schalotte
1 Ei	200 ml Milch	2 EL Crème-fraîche
Butterschmalz	1 TL Dijon-Senf	1/3 Bund Schnittlauch
2 EL Paniermehl	Salz	Pfeffer

Für die Sardellen-Zitronen-Rouille:

2 mehligk. Kartoffeln	1 Zitrone	2 Sardellenfilets
2 zimmerwarme Eier	1 EL Butter	500 ml Kalbsfond
100 ml Rapsöl	Salz	Pfeffer

Für den Thunfisch-Rote-Bete-Salat:

200 g frischer Thunfisch	1 frische Rübe Rote Bete	1 rote Zwiebel
1 Zitrone	1 EL Dijon-Senf	2 EL Ahornsirup
1/3 Bund Schnittlauch	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für den Rote-Bete-Chip:

1 frische Rote Bete	Öl	Salz
Für die frittierten Kapern:	10-15 Kapern	Mehl, Öl

Für die Kalbsklößchen: Das Brötchen klein schneiden und in Milch einweichen, anschließend gut ausdrücken. Schalotte abziehen und fein hacken. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und ebenfalls fein hacken.

Kalbshackfleisch mit ausgedrückten Brötchen, Schalotte, Schnittlauch, Ei, Crème fraîche, Senf und Paniermehl gründlich vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und kleine Klößchen aus der Masse formen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Kalbsklößchen darin ringsherum braten.

Für die Sardellen-Zitronen-Rouille: Kartoffeln schälen, klein schneiden und in Kalbsfond garen. Abgießen, dabei den Kalbsfond auffangen, und Kartoffeln ausdampfen lassen.

Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken und mit Eiern verrühren.

Sardellen fein hacken und zur Kartoffel-Ei-Masse geben. Langsam Rapsöl und Butter hinzugeben. Dann so viel des aufgefangenen Kalbsfonds einrühren, bis eine cremige Sauce entstanden ist. Zitrone unter heißem Wasser abspülen, die Schale abreiben, halbieren und den Saft auspressen. Rouille mit Salz, Pfeffer, Zitronenabrieb und ein wenig Zitronensaft abschmecken.

Für den Thunfisch-Rote-Bete-Salat: Zwiebel abziehen und fein hacken. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und in feine Röllchen schneiden. Rote Bete schälen und fein reiben. Zwiebel, Schnittlauch, Rote-Bete-Raspel, Senf, Ahornsirup, Olivenöl, Salz und Pfeffer gut miteinander vermengen.

Thunfisch in feine Würfel schneiden und mit den restlichen Zutaten vermischen. Salat abtropfen lassen und dabei den Sud auffangen. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Sud mit Zitronensaft abschmecken und vor dem Servieren über den Salat träufeln.

Für den Rote-Bete-Chip: Öl in einem Topf erhitzen. Rote Bete schälen und in dünne Scheiben schneiden. In heißem Fett ausfrittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und vor dem Servieren mit Salz würzen.

Für die frittierten Kapern: Öl in einem Topf erhitzen. Kapern mehlieren und in heißem Fett frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Daniel Schöller am 05. April 2022

Reh-Nüsschen mit Preiselbeerkompott, Walnuss-Stange

Für zwei Personen

Für das Rehnüsschen:

1 Rehnuss à ca. 300 g	1 Knoblauchzehe	25 g Butter
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	Orangepfeffer
Rapsöl	Salz	

Für die Thunfischsauce:

100 g Thunfisch	1 Sardellenfilet, in Öl	1 EL Kapern
3 cm Ingwer	1 Limette	1 Ei
1 EL Saure Sahne	1/2 TL Dijon-Senf	1 TL Holunderblütensirup
Waldhonig	1 EL Weißweinessig	1 Prise Piment d'Espelette
170 ml Sonnenblumenöl	Salz	Pfeffer

Für das Preiselbeerkompott:

100 g TK-Preiselbeeren	1 Orange	1 Zitrone
50 ml Johannisbeersaft	2 cl Portwein	Honig
½ Vanillestange	Tonkabohne	30 g weißer Rohrzucker
1 Prise Salz		

Für die Walnuss-Stangen:

50 g Walnüsse	1 EL Saure Sahne	200 g Dinkelmehl, Type 630
½ Würfel Frischhefe	½ TL Rübenkraut	½ TL Ras el-Hanout
2 EL Walnussöl	2 TL Rapsöl	1 TL Salz

Für die Garnitur:

100 g Brombeeren	1 Radieschen	1 Limette
6 Kapernäpfel	1 TL Kapern	20 g Walnüsse
½ TL Ahornsirup	Pflanzenöl	Salz

Für die Dekoration:

Salzflocken	Piment d'Espelette	essbare Blüten
-------------	--------------------	----------------

Für das Rehnüsschen:

Einen Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen für das Reh, einen weiteren Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen für die Walnuss-Stangen.

Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Knoblauchzehe abziehen. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und Rehnüsschen darin von allen Seiten scharf anbraten. Knoblauch, Rosmarin, Thymian und Butter dazugeben und das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend auf ein Backofengitter mit einer Fettaufschale setzen. Im Ofen garen, bis eine Kerntemperatur von 54 Grad erreicht ist. Dann ruhen lassen.

Kurz vor dem Anrichten das Filet in sehr dünne Scheiben schneiden.

Gedünsteten Knoblauch aus der Pfanne beiseitelegen.

Für die Thunfischsauce:

Ei, Weißweinessig und Senf in ein hohes Gefäß geben und mit einem Pürierstab aufmixen, währenddessen Sonnenblumenöl langsam hinzugeben und so lange mixen bis eine Mayonnaise entsteht. Etwa 2/3 der Mayonnaise anschließend mit Kapern, Sardellenfilet, Thunfisch, saurer Sahne und Knoblauch vom Rehnüsschen fein mixen. Limette waschen, abreiben, dann halbieren, auspressen und den Saft auffangen.

Ingwer schälen und fein raspeln. Sauce mit Salz, Pfeffer, Piment d'Espelette, Limettensaft und einem Teil des Abriebs würzen, dann mit Ingwer, Holunderblütensirup und Waldhonig abschmecken. Zweite Hälfte des Limettenabriebs zum Schluss über das Reh geben.

Für das Preiselbeerkompott:

Zucker in einem Topf bei mittlerer Hitze flüssig werden lassen und dann die Preiselbeeren dazu

geben. Orange und Zitrone waschen, Orange abreiben, halbieren, auspressen und Saft auffangen. Zitrone halbieren und auspressen, Saft auffangen. Orangenabrieb, kompletten Orangensaft, Abrieb der Tonkabohne, Salz, Vanillestange und Portwein zu den Preiselbeeren geben. Anschließend etwa einen TL Zitronensaft dazugeben. Alles miteinander verrühren und einkochen lassen. Sollte das Kompott zu dickflüssig sein, Johannisbeersaft nachgießen bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Nach Belieben mit Honig abschmecken.

Für die Walnuss-Stangen:

Walnüsse grob hacken. Mehl, gehackte Walnüsse, Hefe, Öl, Salz, Rübenkraut, Ras el Hanout und 125 ml lauwarmes Wasser zu einem Teig verarbeiten und etwa 3-5 Minuten gut kneten. Je nach Feuchtigkeit des Teiges, Mehl hinzugeben. Arbeitsplatte mit Mehl bestäuben und den Teig darin wälzen, sodass er von allen Seiten bemehlt ist. Kleine Stangen aus dem Teig formen und diese nochmals im Mehl wenden. Anschließend auf ein Backblech geben und bevor sie in den Ofen kommen mit Wasser bespritzen. Zusätzlich ein Schüsselchen mit Wasser zum Backen mit in den Ofen geben. Stangen im Ofen bei 200 Grad 20-25 Minuten knusprig backen.

Für die Garnitur:

Walnüsse in einer Pfanne ohne Öl rösten und mit Ahornsirup karamellisieren lassen. In einer anderen Pfanne Öl erhitzen und jeweils die Kapern und die Kapernäpfel darin frittieren. Anschließend auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Limette waschen und abreiben.

Radieschen waschen und in dünne Scheiben schneiden. Brombeeren verlesen.

Für die Dekoration:

Gericht mit Salzflöckchen und Piment d'Espelette bestreuen und mit essbaren Blüten garnieren. Die Thunfischsauce auf einen Teller streichen und einen Teil zurückhalten. Das Rehnüsschen darauflegen und mit der restlichen Soße beträufeln. Mit Kapern, Kapernäpfeln, Radieschen und Blüten nach Belieben garnieren. Zum Schluss ein wenig Limettenabrieb, Salzflöckchen und Piment d'Espelette darüber geben und servieren.

Christa Lührmann am 22. März 2022

Thailändischer Vorspeisen-Teller

Für zwei Personen

Für den Fleischsalat:

150 g Schweinerücken	80 g frischer Spinat	2 Frühlingszwiebeln
2 cm Galgant	1 rote Zwiebel	2 Knoblauchzehen
2 Limetten	50 ml Gemüfefond	4 EL Fischsauce
2 EL Jasmin	2 Stangen Zitronengras	15 Minzblätter
6 Kaffir-Limettenblätter	2 Zweige Koriander	10 Thai-Basilikumblätter
1 TL brauner Zucker	Chiliflocken, nach Belieben	Pflanzenöl

Für die Fischfrikadelle:

250 g Kabeljaufilet, ohne Haut	50 g frische Schlangenbohnen	1 Knoblauchzehe
2 cm Ingwer	1 rote Chilischote	1 Limette
1 Ei	4 Kaffir-Limettenblätter	1 EL Fischsauce
1 TL Speisestärke	1 EL Zucker	Salz, Öl

Für das Gurkenrelish:

1 kleine Gurke	1 Schalotte	1 rote Chilischote
60 ml Weißweinessig	60 g braunen Zucker	Salz

Für die Sommerrolle:

2 runde Reispapiere	1 Möhre	1 Gurke
1 Mango	2 Frühlingszwiebeln	2 Eier
3 EL Milch	1 TL Miso-Paste	1 TL Sriracha
1 TL Sojasauce	1 Zweig Thai-Basilikum	Pflanzenöl

Für den Fleischsalat:

Den Galgant schälen und klein würfeln. Jasmin waschen und zusammen mit Galgant in einer Pfanne mit Öl anrösten. Beides darf Farbe annehmen, sollte aber nicht schwarz werden. Den gerösteten Reis in einem Mörser etwas zerkleinern und beiseitestellen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Schweinerücken waschen, trocken tupfen und in kleine Stücke schneiden. Fleisch mit Knoblauch in einem kleinen Topf mit Öl scharf anbraten. Nach Belieben Gemüfefond angießen damit das Fleisch nicht trocken wird. Die Zwiebel abziehen, die Frühlingszwiebeln waschen und beides fein hacken. Das untere Drittel vom Zitronengras fein schneiden. Minzblätter, Kaffir-Limettenblätter, Thai-Basilikum und Koriander waschen, trockenwedeln und Blätter fein hacken. Alle Kräuter, bis auf den Koriander, und die Zwiebeln in einer Schüssel vermengen.

Kurz vorm Servieren das noch lauwarme Fleisch und einen Teelöffel von dem Reiscrunch dazugeben und miteinander verrühren. Den Koriander nach Belieben dazu geben. Limetten waschen, halbieren und auspressen. Fischsauce und Limettensaft in einer Schale vermengen und den Zucker einrühren, bis er sich aufgelöst hat. Je nach gewünschtem Schärfegrad Chiliflocken dazugeben. Auf einem Teller Spinat als Salatbett drapieren, den Salat darauf anrichten.

Für die Fischfrikadelle:

Ingwer schälen und klein schneiden. Knoblauch abziehen und Chilischote waschen, längs halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und beides kleinschneiden. Alles zusammen in einem Mörser zu einer leichten Paste zerreiben. Kabeljaufilet waschen, trockentupfen und fein hacken. Bohnen und Kaffir-Limettenblätter waschen und hacken. Limette waschen und abreiben. Alle Zutaten mit der Paste, Zucker, Speisestärke, Fischsauce und Limettenabrieb in einer Schüssel miteinander vermengen, sodass eine leicht klebrige Masse entsteht. Mit Salz würzen und für einige Minuten kaltstellen. Erkalte Masse zu kleinen Frikadellen formen und in heißem Öl für ca. 4 Minuten goldbraun frittieren. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das Gurkenrelish:

Weißweinessig, Zucker und eine Prise Salz in einem Topf erhitzen und reduzieren lassen bis eine

sirupartige Konsistenz erreicht ist. Gurke waschen, vierteln, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Schalotte abziehen, halbieren und in dünne Scheibe schneiden. Chilischote waschen, längs halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien, dann in dünne Ringe schneiden. Sud vom Herd nehmen, etwas abkühlen lassen und Gurke sowie Schalotte dazugeben. Je nach gewünschtem Schärfegrad Chilischote unterrühren.

Für die Sommerrolle:

Miso-Paste in der Milch auflösen und danach zusammen mit Eiern in einer Schüssel verquirlen. Sojasauce und Sriracha hinzufügen. Eine beschichtete Pfanne erhitzen und zwei Omelettes mit etwas Öl darin bei mittlerer Hitze ausbacken. Gurken und Möhre waschen. Mit einem Sparschäler die Möhre schälen. Von der Gurke und Möhre, jeweils 3 Tranchen abhobeln. Frühlingszwiebel waschen, Enden entfernen und in dünne, lange Streifen á 6 cm schneiden. Thai-Basilikum abrausen, trockenwedeln und die Blätter grob hacken. Mango waschen, schälen und mit dem Messer 2-3 dünne Scheiben abschneiden. Reispapier für 10 Sekunden in warmes Wasser legen. Zum Füllen der Sommerrolle das Reispapier aus dem Wasser nehmen, auf ein Brett legen, das Omelette zu einem Rechteck schneiden und mittig auf dem Papier platzieren. Nun im unteren Drittel Gemüse, Mango und Thai-Basilikum legen. Die Seiten einklappen und dann die Rolle fest einrollen.

Um den Vorspeisencharakter zu unterstreichen, alle Gerichte auf einem großen Teller gemeinsam anrichten und servieren.

Denis Küper am 22. Februar 2022

Wild

Hirschkalb-Rücken mit Topinambur-Püree, Mandel-Crunch

Für zwei Personen

Für das Schnitzel:

300 g Hirschkalbsrücken	100 g Kalbsbrät	150 g braune Champignons
50 g Butterschmalz	75 g Butter	1 Zweig Thymian
1 Zimtstange	Wacholderbeeren	gemahlene Zimt
Nelke	Piment	Anis, Salz, Pfeffer

Für das Püree:

6-8 Knollen Topinambur	40 g Butter	250-350 ml Mandelmilch
Salz	Pfeffer	

Für den Mandel-Crunch:

2 EL Mandelblättchen	1 EL Panko
----------------------	------------

Für die Sauce:

200 g Hirschkalbsrücken-Reste	1 Möhre	$\frac{1}{4}$ Sellerieknolle
$\frac{1}{2}$ Lauch	2 braune Champignons	1 Zwiebel
1-2 getrock. Steinpilze	1 Zweig Thymian	Butterschmalz
1 EL kalte Butter	1 TL Tomatenmark	50 ml Rotwein
25 ml roter Portwein	250 ml dunkler Wildfond	1 TL Misopaste
1 EL Sojasauce	dunkler Balsamessig	1 Lorbeerblatt
1-2 TL brauner Zucker	1 TL Wacholder	1 TL Nelke
1 TL Piment	1 Msp. Zimt	Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

250 g TK-Preiselbeeren	125 g Gelierzucker	1 TL Preiselbeer-Konfitüre
------------------------	--------------------	----------------------------

Für das Schnitzel:

Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden und zu 0,5 cm dicken Schnitzeln klopfen. Diese leicht mit Salz und Pfeffer würzen und auf einer Seite mit Brät bestreichen.

Pilze in dünne Scheiben schneiden und schuppenförmig auf das Brät legen. Etwas andrücken, damit die Pilze am Schnitzel haften.

Schnitzel mit der Pilz-Brät-Seite in eine beschichtete Pfanne mit Butterschmalz legen und langsam bei mittlerer Hitze goldbraun braten.

Wenden und auf der anderen Seite braten.

Thymian abrausen und trockenwedeln. Butter, Zimtstange, Gewürze und Thymian dazugeben und aufschäumen lassen. Schnitzel mit der Gewürzbutter übergießen und im Ofen bei ca. 60 Grad Umluft warmhalten.

Für das Püree:

Topinambur schälen und in der Butter anrösten. Mit Mandelmilch aufgießen, dabei etwas zurückhalten, und weichkochen. Wenn der Topinambur weich ist, fein pürieren und salzen und pfeffern. Ggf. noch etwas Mandelmilch hinzufügen. Anschließend durch ein feines Sieb streichen und warmhalten.

Für den Mandel-Crunch:

Mandeln und Panko im Bratfett goldbraun anrösten.

Für die Sauce:

Fleischabschnitte salzen in 1 EL Butterschmalz dunkelbraun anrösten.

Zwiebel abziehen und kleinwürfeln. Möhren, Sellerie und Lauch schälen und in kleine Würfel schneiden. Je 1 EL Möhren-, Sellerie-, Zwiebel- und Lauchwürfel und die Gewürze hinzugeben, kurz mitbraten und das Tomatenmark hinzufügen. Mit braunem Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Thymian abrausen, trockenwedeln und hinzugeben. Anschließend mit Portwein und Rotwein ablöschen, Pilze zufügen und um ein Drittel reduzieren lassen. Mit Fond aufgießen

und um die Hälfte einreduzieren lassen. Dann durch ein feines Sieb passieren.

Mit Miso, Sojasauce, Salz, Pfeffer und braunem Zucker abschmecken.

Zuletzt den Balsamessig sowie die Butter hinzufügen. Sollte die Sauce noch nicht die gewünschte Konsistenz erreicht haben, mit in Wasser gelöster Speisestärke binden.

Ggf. etwas Speisestärke, zum Abbinden.

Für die Garnitur:

Preiselbeeren mit Zucker einkochen. Ggf. Konfitüre zugeben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Kristin Stavermann am 14. März 2022

Reh-Rücken Baden-Baden

Für zwei Personen

Für den Rehrücken:

400 g Rehrücken, ohne Knochen	Butter	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	Orangenpfeffer	3 EL Sonnenblumenöl
Salzflocken	Salz	

Für die Wildrahmsauce:

150 g Abschnitte vom Reh	50 g Knollensellerie	$\frac{1}{2}$ Petersilienwurzel
$\frac{1}{2}$ Karotte	1 Lauchzwiebel	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	1 große rote milde Chilischote	10 g Ingwer
1 Orange, (Abrieb,Saft)	30 g kalte Butter	1-2 EL Crème-fraîche
50 ml Sahne	125 ml kräftiger Rotwein	2 EL Portwein
1 TL Tomatenmark	$\frac{1}{2}$ TL dunkler Aceto Balsamico	750 ml dunkler Wildfond
50 ml Holundersaft	2 EL Holunderbeerengelee	10 g dunkle Chili-Schokolade
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	1 Lorbeerblatt
Tonkabohne	1 Sternanis	2 Wacholderbeeren
Piment-d'Espelette	$\frac{1}{4}$ TL Ras el-Hanout	3 weiße Pfefferkörner
3 schwarze Pfefferkörner	1 TL Speisestärke	3 EL Sonnenblumenöl
Salz		

Für die Spätzle:

200 g Spätzle-Mehl, Type 405	3 Eier	40 g Butter
50 ml Mineralwasser	Muskatnuss	Salz
Eiswasser		

Für die Pilze:

4 Kräuterseitlinge	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	1 kleine Schalotte
Piment d'Epelette	2-3 Zweige glatte Petersilie	2 EL Distelöl
Salz	Pfeffer	

Für das Preiselbeerkompott:

100 g TK-Preiselbeeren	1 Orange, (Abrieb,Saft)	1 Zitrone, Saft
2 cl Portwein	Honig	50 ml Johannisbeersaft
$\frac{1}{2}$ Vanillestange	Tonkabohne	30 g weißer Rohrzucker
1 Prise Salz		

Für die Birne:

2 kleine Birnen	1 Orange, Abrieb	1 Zitrone, (Saft,Abrieb)
100 ml Weißwein	2 cl weißer Portwein	1 Sternanis
1 kleine Zimtstange	1 Nelke	1,5 EL weißer Rohrzucker
1 Prise Salz		

Für die Garnitur:

10 kl. essbare Blüten	1-2 Zweige glatte Petersilie	
-----------------------	------------------------------	--

Für den Rehrücken:

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Rehrücken von Sehnen und Silberhaut befreien. Rehrücken mit Salz und Orangenpfeffer würzen und in einer heißen Pfanne mit etwas Öl von beiden Seiten je 1 Minute gut farbig anbraten, dann für ca. 6-8 Minuten auf ein Ofengitter in den vorgeheizten Backofen geben. Sobald das Fleisch eine Kerntemperatur von 54 Grad erreicht hat, herausnehmen und in Folie gewickelt ruhen lassen.

Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Vor dem Servieren den Rehrücken in einer heißen Pfanne mit einer Flocke Butter, Rosmarin und Thymian nachbraten. Mit Salzflöcken würzen.

Für die Wildrahmsauce:

Schalotte und Knoblauch abziehen und würfeln. Knollensellerie, Petersilienwurzel, Karotte und Lauchzwiebel putzen, waschen, trockentupfen und in kleine Würfel schneiden. Chilischote der Länge nach halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und würfeln.

Lorbeer, Sternanis, Wacholderbeeren, Piment d'Espelette, Ras el Hanout, weiße und schwarze Pfefferkörner in einer größeren Pfanne ohne Fett anrösten. Öl hinzugeben. Dann Tomatenmark, Schalotte, Knoblauch, Sellerie, Petersilienwurzel, Karotte, Lauchzwiebel und Chili zusammen mit den Abschnitten vom Rehrücken mit in die Pfanne geben und anschwitzen. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und ebenfalls mit in die Pfanne geben. Mit Portwein ablöschen und einkochen lassen. Mit Rotwein, Holundersaft und dem Wildfond auffüllen.

Ingwer schälen und reiben. Orange unter heißem Wasser abspülen, etwa $\frac{1}{4}$ der Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen. Ingwer, Orangenabrieb und saft, Salz und Piment d'Espelette zur Sauce geben.

Sauce um ein Drittel reduzieren. Alles durch ein Sieb streichen. Mit Holunderbeerengelee, Aceto Balsamico, dunkler Chili-Schokolade, einer Prise Tonkabohne und Salz abschmecken. Evtl. Speisestärke mit wenig Wasser verrühren und die Sauce abbinden. Crème fraîche, Sahne und kalte Butter einrühren.

Für die Spätzle:

Spätzle-Mehl, Eier, Mineralwasser, etwas Salz und eine gute Prise frisch geriebene Muskatnuss zu einem glatten Teig verrühren. Dann den Teig so lange mit einem Kochlöffel schlagen, bis er Blasen wirft. Den Teig 10 Minuten ruhen lassen, bevor er nochmals geschlagen wird. Er sollte sich ziehen lassen, ohne zu reißen.

Ein Spätzlebrett zunächst einmal kurz in heißes Wasser tauchen und das überschüssige Wasser abstreichen. Nun das Spätzlebrett schräg über einen Topf mit ca. 4 Liter leicht siedendes Salzwasser halten und mit einem Teigschaber oder einer langen Palette, mit einer Bewegung von oben nach unten, lange Teigportionen abstechen und in das siedende Wasser schaben. Für Ungeübte eignet sich eine Spätzlepresse.

Spätzle ca. 2 bis 3 Minuten ziehen lassen. Die oben schwimmenden Spätzle mit einem Schaumlöffel abschöpfen, in Eiswasser abschrecken und gut abtropfen lassen. Vorgang wiederholen, bis der Teig verbraucht ist.

Butter in einer Pfanne zum Schmelzen bringen und die Spätzle darin vor dem Servieren heiß schwenken. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken.

Für die Pilze:

Kräuterseitlinge putzen, längs in 3-4 Streifen schneiden und in heißem Distelöl braten. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Kurz in der Pfanne schwenken. Mit Salz, Pfeffer und Piment d'Espelette abschmecken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, hacken und mit den Pilzen schwenken.

Für das Preiselbeerkompott:

Zucker in einem Topf bei mittlerer Hitze flüssig werden lassen, dann die Preiselbeeren dazugeben und karamellisieren. Orange und Zitrone waschen. Orange abreiben, halbieren, auspressen und Saft auffangen.

Zitrone halbieren und auspressen. Vanilleschote der Länge nach halbieren. Tonkabohne reiben. Orangenabrieb, Orangensaft, 1 TL Zitronensaft, Vanilleschote, 1 Prise Tonkabohne, Salz und Portwein zu den Preiselbeeren geben. Alles verrühren und einkochen lassen. Sollte das Kompott zu dicklich sein, Johannisbeersaft nachgießen bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Mit Honig abschmecken.

Für die Birne:

Orange unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Zitrone unter heißem Wasser abspülen, trockentupfen, die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen. In eine Schale mit kaltem Wasser geben. Birnen so schälen, dass der Stiel an der Birne bleibt, dann sofort in kaltes Zitronenwasser legen. Dann das obere Drittel der Birne abschneiden, beiseitelegen und den unteren Teil mit einem runden Ausstecher aushöhlen.

Rohrzucker in einem Topf leicht karamellisieren. Birnenschalen und ausgestochenen Teile der Birne mit dem Weißwein und Portwein ablöschen. Sternanis, Zimtstange, Nelke und Salz hinzugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Alles durch ein Sieb passieren, dann die Gewürze in den Sud zurücklegen. Zitronen- und Orangenschale dazugeben und die Birnen im Sud in etwa 5 Minuten bissfest kochen.

Herausnehmen, abtropfen lassen, mit dem Preiselbeerkompott füllen, den passenden Deckel aufsetzen und warm stellen.

Für die Garnitur:

Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Petersilie und Blüten als Garnitur verwenden.

Christa Lührmann am 25. April 2022

Vakuum-gegartter Spargel, Orangen-Butter, Dammwild-Filet

Für zwei Personen

Für den Spargel:

6 St. weißer dünner Spargel	6 St. grüner dünner Spargel	1 Orange, Abrieb, Scheiben
1 Zitrone, Abrieb	80 g Butter	20 g Zucker
Orangepfeffer	Meersalz	

Für das Nudelblatt:

2 Eier	125 g Hartweizengrieß	75 g Mehl
1 EL Butter	4 Salbeiblätter	1 gestr. TL Salz

Für das Dammwildfilet:

1 Damwild-Filet	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	Orangepfeffer
2 EL Sonnenblumenöl	Salzflocken	Salz

Für Bärlauch, Spinat:

400 g junger Blattspinat	100 g junger Bärlauch	1 Schalotte
½ frischer Knoblauch	30 g Butter	1 Prise Piment d'Espelette
Muskatnuss	1 Prise Zucker	Salz, Pfeffer

Für die Parmesansauce:

2 kleine Schalotten	1 Zitrone, Saft	1 Orange, Saft
75 g Parmesan	75 g kalte Butter	50 ml Sahne
75 ml Weißwein	150 ml Geflügelfond	1 Lorbeerblatt
Piment d'Espelette	1 TL Speisestärke	2 EL Sonnenblumenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Pesto:

100 g grüner Spargel	30 g Basilikum	5 Blätter Bärlauch
1 Zitrone, Abrieb & Saft	30 g Parmesan	25 g Walnüsse
Holunderblütensirup	Piment d'Espelette	
75 g Sonnenblumenöl	Salz	Pfeffer, Eiswasser

Für die Garnitur:

2 Erdbeeren	10 kl. essbare Blüten
-------------	-----------------------

Für den Spargel: Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Wasser im Sous-vide-Becken auf 88 Grad vorheizen.

Weißer Spargel schälen und das holzige Ende entfernen. Grünen Spargel im unteren Drittel schälen. Weißen und grünen Spargel auf die gleiche Länge schneiden, dann getrennt voneinander in einen Vakuum-Beutel geben.

Orange und Zitrone unter heißem Wasser abspülen. Schale von der Orange komplett abreiben, dann Orange in Scheiben schneiden. Von der Zitrone nur ein etwa ¼ TL Schale abreiben. Orangenabrieb, Zitronenabrieb, Butter, Zucker, Salz und Orangepfeffer vermengen und gleichmäßig zu weißen und grünen Spargel in den Beutel geben.

Außerdem Orangenscheiben auf die Beutel verteilen. Mit Hilfe eines Vakuumiergeräts die Luft aus dem Beutel ziehen und verschließen.

Weißer Spargel 25 Minuten bei 88 Grad im Sous-vide-Becken garen, grünen Spargel für 22 Minuten darin garen. Spargel direkt aus dem Beutel auf dem Teller anrichten.

Für das Nudelblatt: Eier, Hartweizengrieß, Mehl und Salz in einer Küchenmaschine zu einem glatten Teig 5 Minuten verkneten. Ggf. mit der Hand nacharbeiten. Teig in eine Frischhaltefolie wickeln und ca. 20 Minuten ruhen lassen. Danach den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen und 2 gleich große Kreise ausstechen. In reichlich gesalzenem Wasser 4 Minuten

garkochen und in einem Durchschlag abtropfen lassen.

Salbei abrausen und trockenwedeln. In einer Pfanne Butter mit Salbeiblätter aufschäumen und die Nudelblätter darin schwenken. Dann warmhalten.

Für das Damwildfilet: Rosmarin und Thymian abrausen und trockenwedeln. Damwildfilet von der Silberhaut und Sehnen befreien und mit Salz und Orangenpfeffer würzen. Knoblauch abziehen. Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und das Filet von allen Seiten scharf anbraten. Knoblauch, Rosmarin, Thymian und Butter dazugeben. Anschließend auf ein Backofengitter mit einer Auffangschale setzen. Fleisch im vorgeheizten Ofen weitergaren bis es eine Kerntemperatur von 52 Grad erreicht hat, dann ruhen lassen. Vor dem Servieren kurz in der Pfanne mit der Butter und Kräutern nachbraten. Mit Salzflocken würzen.

Für den Bärlauch und Spinat: Spinat und Bärlauch von den Stielen zupfen und gründlich waschen.

Schalotte und Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden. In einer heißen Pfanne in Butter andünsten, dann Spinat und Bärlauch dazugeben. Mit einem Deckel verschließen und 1 Minute dünsten.

Überschüssige Flüssigkeit abgießen. Alles mit Muskat, Piment d'Espelette, Zucker, Salz und Pfeffer würzen.

Für die geschäumte Parmesansauce: Parmesan reiben. Schalotten abziehen und in feine Würfel schneiden.

Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und Schalotten darin anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen, dann Fond und Lorbeerblatt hinzugeben. Alles um die Hälfte einreduzieren lassen. Anschließend Lorbeerblatt herausnehmen. Sahne aufgießen, Parmesan zugeben und kurz aufkochen lassen. Sauce pürieren. Nach und nach die kalte Butter hinzugeben. Orange und Zitrone halbieren und den Saft auspressen.

Sauce mit Orangen- und Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Piment d'Espelette abschmecken.

Sauce durch ein feines Sieb geben. Speisestärke mit wenige Wasser verrühren, dazugeben und kurz erhitzen. Kurz vor dem Anrichten mit dem Mixer zum Schaum aufschlagen. Hierbei den Mixer im 45 Grad Winkel, halb in der Sauce und einen Löffel am Mixer halten so entsteht ein guter Schaum.

Für das Spargel-Basilikum-Pesto: Walnüsse anrösten.

Das untere Drittel der Spargelstangen schälen, die holzigen Enden abschneiden. Spargel in Stücke schneiden und 5 Minuten in kochendem Salzwasser garen. Abgießen und in Eiswasser abschrecken. Basilikum und Bärlauch abrausen und trockenwedeln.

Spargel, Basilikum, Bärlauch, Walnusskerne und Sonnenblumenöl in einem Standmixer zu einer cremigen, nicht zu feinen Masse verarbeiten.

Parmesan fein reiben, untermischen und das fertige Pesto mit Salz, Pfeffer, Piment d'Espelette und Holunderblütensirup abschmecken.

Für die Garnitur: Erdbeeren putzen. Erdbeeren und essbare Blüten für die Garnitur verwenden. Zuerst den Bärlauch und Spinat auf den Teller geben, das Nudelblatt darauflegen und mit den Spargelstangen grün-weiß versetzt belegen.

Parmesanschaum und Granatapfelkerne am Rand verteilen. Das Filet aufschneiden und auf den Spargel setzen. Mit Spargel-Pesto garnieren.

Mit Orangenabrieb bestreuen, mit Bärlauch und Blüten verzieren.

Christa Lührmann am 26. April 2022

Wachteln orientalisch mit Safran-Couscous und Karotten

Für zwei Personen

Für die Wachteln:

4 Wachtelbrüste	4 Wachtelkeulen	1 Orange
5 Schalotten	1 rote Chili	25 g Rosinen
30 g blanch. Mandelkerne	Butter	250 ml Geflügelfond
2 EL dunkler Balsamicoessig	2 TL Honig	2 Sternanis
1 Zimtstange	1 Lorbeerblatt	Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für den Couscous:

125 g Couscous	1 kleine Zwiebel	1 Knoblauchzehe
50 g Butter	150 ml Gemüsefond	0,1 g Safranfäden
2 TL Koriandersamen	Salz	Pfeffer

Für die Karotten:

125 g kleine Bundmöhren	2 TL Zucker	50 g Butter
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

1 Granatapfel

Für die Wachteln:

Die Orange waschen und Schale abreiben, sodass ein Teelöffel Abrieb entsteht. Saft auspressen. Chili waschen, halbieren und nur eine Hälfte in Ringe schneiden. Schalotte abziehen und fein würfeln. Wachtel abwaschen und trockentupfen. In einer hohen Pfanne Butter und Öl erhitzen, die Wachtelteile darin rundum goldbraun anbraten.

Herausnehmen und beiseitelegen. Mandeln in der gleichen Pfanne goldbraun rösten und beid-eitelegen. Schalotten und Korinthen ebenso in der Pfanne anbraten und mit Balsamico, Oran-gensaft und Honig ablöschen. Orangenschale, Chili, Sternanis, Zimt, Lorbeerblatt, Geflügelfond und Wachtelkeulen dazugeben. Zugedeckt 10 Minuten köcheln lassen. Wachtelbrüste und die Mandeln zugeben und bei mittlerer Hitze weitere 10 Minuten garen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Couscous:

Safran in einer kleinen Schüssel in 2 EL lauwarmem Wasser einweichen.

Koriandersamen im Mörser zerstoßen. Zwiebeln und Knoblauch abziehen, fein würfeln und in einem Topf in etwas Butter glasig dünsten.

Gemüsefond hinzufügen und aufkochen. Couscous und Safran (inklusive Wasser) einrühren und zugedeckt bei schwacher Hitze 10 Minuten quellen lassen. Koriander abbrausen, trockenwedeln und die Blätter abzupfen. Mit der restlichen Butter zusammen unter den Couscous rühren.

Für die Karotten:

Karotten mit Grün waschen und Grün bis auf 4 cm abschneiden. Karotten schälen. Ca. die Häl-f-te der Butter, Zucker sowie 1 Prise Salz mit 100 ml Wasser in einer hohen Pfanne aufkochen. Möhren dazugeben und zugedeckt 5-8 Minuten bei milder Hitze kochen lassen. Anschließend den Rest der Butter in der Pfanne zerlassen und die Möhren kurz vor dem Servieren darin schwen-ken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

Granatapfel halbieren und durch Klopfen die Kerne heraus schlagen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alissa Scheunemann am 31. März 2022

Wildschwein-Schnitzel mit Pulpo, Spargel, Hollandaise

Für zwei Personen

Für die Wildschweinschnitzel:

200 g Wildschweinrücken	1 Limette	1 Ei
25 ml Sahne	100 g Butterschmalz	3 EL Walnussöl
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	25 g gehobelte Haselnüsse
25 g Haselnussgrieß	50 g doppelgriffiges Mehl	50 g Paniermehl
Piment d'Espelette	Ras el-Hanout	Orangenv Pfeffer
Salzflocken	Salz	

Für den Pulpo:

2 mittelgr. Arme vorg. Pulpo	1 Knoblauchzehe	1 Limette
20 g Butter	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
Olivenöl	Salz	weißer Pfeffer

Für den Spargel:

8 Stangen grüner Spargel	1 Orange, Saft & Abrieb	30 g Butter
1 Prise Zucker	Orangenv Pfeffer	Salz, Eiswasser

Für die Safran-Orangen-Hollandaise:

1 Orange, Saft & Abrieb	1 Zitrone, Saft	1 Schalotte
2 Eier	170 g Butter	100 ml Geflügelfond
100 ml Weißwein	1 Zweig Estragon	1 Lorbeerblatt
0,3 g gemahlener Safran	3 weiße Pfefferkörner	Piment d'Espelette
Salz	Pfeffer	

Für das Mango-Orangen-Chutney:

1 Orange, Abrieb & Zeste	1 Limette, Saft & Abrieb	1 Mango
1 Schalotte	10 g Ingwer	½ rote milde Chilischote
25 ml Aceto Balsamico bianco	6 Minze Blätter	20 g Zucker
15 ml Olivenöl	Salz	weißer Pfeffer

Für die Garnitur:

1 Orange	1 TL weißer Sesam	1 TL schwarzer Sesam
1-2 Zweige Minze	10 kleine essbare Blüten	

Für die Wildschweinschnitzel: Den Wildschweinrücken in vier Scheiben schneiden und zwischen Backpapier oder Klarsichtfolie zu dünnen Schnitzeln (3-5 mm) klopfen, dann mit etwas Wasser benetzen, damit es besser soufflieren kann.

Fleisch mit Salz, Piment d'Espelette, Ras el-Hanout und Orangenv Pfeffer würzen.

Rosmarin und Thymian abrausen und trockenwedeln. Doppelgriffiges Mehl sieben. Sahne halb steif schlagen und mit dem Ei in einer flachen Form mit einer Gabel verquirlen. Gehobelte Haselnüsse, Haselnussgrieß und Paniermehl vermengen. Eine Panierstraße aus Mehl, Sahne-Ei-Mischung und Haselnuss-Paniermehl aufstellen. Fleisch zuerst im Mehl wenden und das überschüssige Mehl mit den Händen vorsichtig abklopfen. Dann durch die Sahne-Ei-Mischung ziehen und schließlich in der Haselnuss-Paniermehl-Mischung wenden. Dabei die Panade nicht andrücken. Fleisch auf Küchenpapier legen. Butterschmalz in einer tieferen, beschichteten Pfanne auf ca. 170 Grad erhitzen, dann die Schnitzel im heißen Butterschmalz schwimmend ausbacken. Damit die Panierung locker und wellig aufgeht, die Pfanne vorsichtig schwenken oder das Fleisch mit dem heißen Fett begießen. Sobald die Unterseite goldgelb ist, das Schnitzel wenden und die andere Seite fertig backen.

Walnussöl zufügen und die Schnitzel damit übergießen. Rosmarin und Thymian abrausen, trockenwedeln und ebenfalls zum Aromatisieren in die Pfanne geben. Die goldbraunen Schnitzel

auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Salzflöcken und Limettenscheiben anrichten.

Für den Pulpo: Rosmarin und Thymian abrausen und trockenwedeln. Knoblauch andrücken. Limette halbieren und den Saft auspressen. Pulpo mit etwas Olivenöl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Nach ca. 5 Minuten die Hitze reduzieren und mit Rosmarin, Thymian, Knoblauch und Butter ca. 3 Minuten nachbraten. Zum Schluss mit Limettensaft beträufeln.

Für den Spargel: Spargel waschen, das untere Drittel schälen und das holzige Ende abschneiden. In einem Topf mit reichlich gesalzenem Wasser bissfest blanchieren. Herausnehmen, kurz im Eiswasser kalt abschrecken, abtropfen lassen und dann in einer Pfanne mit Butter schwenken. Orange unter heißem Wasser abspülen, die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen. Spargel mit Salz, Orangepfeffer, Zucker, Orangensaft und -abrieb würzen.

Für die Safran-Orangen-Hollandaise: Schalotte abziehen, klein schneiden und zusammen mit Fond, Weißwein, Lorbeerblatt und Pfefferkörnern aufkochen. Alles um die Hälfte reduzieren, dann abkühlen lassen. Orangen unter heißem Wasser abspülen. Schale der Orange abreiben, dann auspressen. Orangensaft, Orangenabrieb und Safran in einem kleinen Topf ebenfalls reduzieren.

Weißwein-Reduktion und Orangen-Reduktion zusammengießen. Die gesamte Menge beider Reduktionen sollte ca. 50 ml sein.

Eier trennen und dabei die Eigelbe auffangen. Vermischte, lauwarne Reduktion durch ein Sieb in eine Schüssel gießen und die Eigelbe dazugeben. Mit dem Schneebesen über einem Wasserbad zu einem dick-cremigen Schaum aufschlagen, dann vom Herd nehmen.

Butter bei mittlerer Hitze schmelzen, bis die Molke zu Boden sinkt und die Butter klar wird. Durch ein feines Sieb in einen Messbecher gießen, dabei die Molke zurückhalten. Nun die geklärte Butter langsam bis zur gewünschten Konsistenz nach und nach zum aufgeschlagenen Schaum hinzufügen. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Sauce mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Piment d'Espelette abschmecken.

Estragon abrausen, trockenwedeln, fein hacken und unter die Hollandaise rühren.

Für das Mango-Orangen-Chutney: Orange unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben.

Anschließend so schälen, dass die gesamte weiße Haut entfernt wird.

Das Fruchtfleisch klein würfeln. Schalotte abziehen, Ingwer schälen, beides fein würfeln. Die halbe Chilischote halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein würfeln. Olivenöl erhitzen, Ingwer, Schalotte und Chili darin andünsten. Zucker dazugeben und karamellisieren. Alles mit Aceto Balsamico ablöschen und weiterköcheln. Orangenwürfel zugeben und einkochen lassen, bis die Flüssigkeit fast verkocht ist.

Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein schneiden und die Hälfte des Fruchtfleisches in kleine Würfel schneiden. Unter die heiße Orange rühren. Die andere Hälfte der Mango für die Dekoration in Spalten schneiden. Minze abrausen, trockenwedeln, fein hacken und unter das Chutney rühren. Limette unter heißem Wasser abspülen, die Schale abreiben, dann halbieren und Saft auspressen. Alles mit Orangenabrieb, Limettenabrieb, Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur: Beide Sesamsorten in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Orange schälen, filetieren, kleine Elemente aus den Filets trennen und diese auf dem Teller verteilen. Minze abrausen, trockenwedeln und als Garnitur verwenden, ebenso die essbaren Blüten.

Christa Lührmann am 27. April 2022

Wurst-Schinken

Calamari mit Chorizo, Calamari-Tentakel, Chorizo-Salsa

Für zwei Personen

Für die gefüllten Calamari:

8 kleine Baby-Calamari	2 weiche, rohe Chorizo-Bratwurst	1 Zweige glatte Petersilie
2 EL Paniermehl	Mehl, Öl	Salz, Pfeffer

Für die Salsa:

200 g Chorizo als Aufschnitt	1-2 grüne Paprikaschoten	3 Frühlingszwiebeln
1 rote Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 gelbe Chilischote
1 EL mildes Paprikamark	1 EL Ahornsirup	Salz, Pfeffer

Für den Crumble:

1 weiche, rohe Chorizo-Bratwurst

Für die Smashed Potatoes:

300 g kleine Drillinge	Olivenöl	Salz, Pfeffer
------------------------	----------	---------------

Für die Manchego-Creme:

100 g Manchegokäse	200 g griech. Joghurt	1 EL weißes Mandelmus
1 EL flüssiger Honig		

Für die Garnitur:

1 Limette, Saft	4-5 Zw. glatte Petersilie
-----------------	---------------------------

Für die gefüllten Calamari:

Den Backofen auf 200 Grad Grillfunktion vorheizen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Chorizo-Brät aus dem Darm drücken und mit Petersilie und Paniermehl mischen.

Calamari putzen und die Tuben von den Armen trennen. Mit Chorizo-Paniermehl-Masse füllen und in einer heißen Grillpfanne ringsherum braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Abgetrennte Calamari-Arme in Mehl wenden und in heißem Fett ausbacken.

Für die Salsa:

Chorizo fein schneiden. Paprika und Chilischote abbrausen, trockentupfen, von Scheidewänden und Kernen befreien und klein schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und ebenfalls klein schneiden.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Chorizo, Paprika, Chili, Frühlingszwiebeln, Paprikamark und Ahornsirup vermengen und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Crumble:

Brät aus Chorizo-Bratwurst drücken und in einer Pfanne knusprig anbraten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Smashed Potatoes:

Drillinge in Salzwasser weichkochen. Abgießen und auf ein Backblech geben. Dann mit einer Gabel eindrücken, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Öl beträufeln. Im vorgeheizten Ofen für 6 Minuten backen.

Für die Manchego-Creme:

Käse reiben. Käse, Joghurt, Mandelmus und Honig zu einer glatten Masse mixen.

Für die Garnitur:

Limette unter heißem Wasser abspülen, die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Mit Limettenabrieb und saft vermengen und zum Schluss über das Gericht träufeln.

Daniel Schöller am 28. April 2022

Flönz im Blätterteig mit Apfel-Risotto, Pancetta-Crunch

Für zwei Personen

Für den Risotto:

150 g Risotto	1 Apfel	1 kleine Zwiebel
25 g Parmesan	25 g Butter	200 ml Apfelmost
500 ml Gemüsefond	Muskatnuss	Olivenöl, Salz

Für die Flönz im Blätterteig:

120 g Flönz	2 Blätterteig-Platten	1 Apfel
1 kleine Zwiebel	1 Ei	2 EL Sauerrahm
Butter	2 EL körniger, scharfer Senf	2 Zweige Majoran
Salz	Pfeffer	

Für den Pancetta-Crunch: 40 g Pancetta, am Stück

Für die beschwipsten Äpfel:

1 Apfel	100 ml Apfelmost	2 EL brauner Zucker
---------	------------------	---------------------

Für den Risotto: Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Gemüsefond in einem Topf erhitzen. Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. In einem zweiten Topf Öl erhitzen und die Zwiebeln darin dünsten bis sie glasig sind. Reis hinzufügen und mit andünsten lassen. Mit Apfelmost ablöschen und stetig rühren. Sobald der Risotto den Most aufgesogen hat, in mehreren Portionen heißen Gemüsefond dazu geben. Apfel waschen, schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Nach ca. 15 Minuten Garzeit, den Apfel zum Risotto geben mit mitköcheln lassen. Sobald der Risotto gar ist und eine Cremigkeit entwickelt hat, Parmesan und Butter unterrühren und den Topf vom Herd nehmen. Mit geriebener Muskatnuss und Salz abschmecken.

Für die Flönz im Blätterteig: Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Mit Butter in einer Pfanne anbraten. Apfel waschen, halbieren, entkernen und in mittelgroße Stücke schneiden. Zu den Zwiebeln geben. Flönz pellen und ebenfalls in die Pfanne geben. Majoran abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen, hacken und zur Flönz geben. Sauerrahm und Senf miteinander verrühren und abschmecken, bis er eine leichte Schärfe hat. Eine Seite des Blätterteiges längs mit einer Schicht Sauerrahm-Senf bestreichen und die Flönz-Apfelmasse darauf verteilen. Darauf achten, dass an den Rändern genügend Platz ist. Eine zweite Schicht Blätterteig auf die Masse legen und die Ränder mit einer Gabel eindrücken, sodass alle Ränder miteinander abschließen und die Masse ganzheitlich abgedeckt ist. Ei aufschlagen und verquirlen. Teig mit dem Ei bestreichen und dann für 10-12 Minuten in den Ofen geben. Danach in ca. 4 cm breite Streifen schneiden.

Für den Pancetta-Crunch: Pancetta in kleine Würfel schneiden und in einem Topf knusprig werden lassen. Knusprigen Pancetta aus dem Topf nehmen und den Topf mit dem ausgelassenen Fett für die beschwipsten Äpfel aufgestellt lassen.

Für die beschwipsten Äpfel:

Zucker im gleichen Topf wie den Pancetta mit dem restlichen Fett zum Schmelzen bringen. Apfel waschen, halbieren, entkernen und eine Hälfte in Spalten schneiden. Zum Karamellisieren in die Zucker-/Fettmasse geben. Mit Most ablöschen und ca. 6 Minuten bei mittlerer Hitze einkochen lassen.

Den Risotto in einem tiefen Teller geben, 2 Streifen Flönz im Blätterteig darauf drapieren. Mit beschwipsten Äpfeln und Pancetta garnieren und servieren.

Denis Küper am 24. Februar 2022

Rübli-Torte mit Möhren-Reduktion, Frischkäse-Eis

Für zwei Personen

Für den Kuchen:

120 g Möhren	120 g gemahlene Mandeln	2 Eier
1 Orange	30 g Mehl	$\frac{1}{2}$ TL Backpulver
1 EL Rum	110 g Rohrohrzucker	1 Prise Zimt
1 Prise Salz		

Für die Möhrenreduktion:

350 ml Möhrensaft	50 ml Sanddornmark	1 Streifen Orangenschale
20 g Marzipan	$\frac{1}{2}$ Limette	1 Sternanis
1 Vanilleschote	20 g Zucker	

Für das Eis:

132,5 g Vollmilch	75 g Vollfettfrischkäse	75 g Crème fraîche
80 g Sahne	20 g Milchpulver	72,5 g Dextrose
2 g Pektin	1 Vanilleschote	25 g extrafeiner Zucker
12,5 g Invertzucker		

Für den Speck-Krokant:

3-4 Scheiben dünner Speck	1 EL Ahornsirup
---------------------------	-----------------

Für die Garnitur:

1 Karotte	200 ml Sahne	$\frac{1}{2}$ Vanilleschote
Zimt		

Für den Kuchen: Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Kleine Muffinformen fetten. Möhren schälen und feinreiben. Eier trennen.

Eiweiß mit 1 EL von der Zuckermenge und dem Salz steif schlagen.

Eigelb mit dem restlichen Zucker hell-schaumig aufschlagen. Möhren schälen und reiben. Orangenabrieb und die Möhren hinzufügen und unterrühren. Die gemahlene Mandeln und das mit dem Backpulver und dem Zimt vermischte, gesiebte Mehl zur Eimasse geben und unterrühren. Rum hineingeben. Zum Schluss den Eischnee sorgfältig unter den Teig heben. Teig in die Formen füllen und ca. 12-15 Minuten backen.

Für die Möhrenreduktion: Limette auspressen. Zucker karamellisieren und mit dem Möhrensaft ablöschen. Die übrigen Zutaten hinzufügen und um zwei Drittel einreduzieren lassen. Durch ein feines Sieb gießen.

Für das Eis: Mark der Vanilleschote auskratzen. Alle Zutaten mit dem Pürierstab gut mixen. Masse in der Eismaschine bis zur gewünschten Konsistenz fest frieren lassen.

Für den Speck-Krokant: Speck auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und mit Ahornsirup bestreichen. 10-15 Minuten im Ofen backen. Anschließend wenden, wiederum mit Sirup bestreichen und nochmals 10-15 Minuten backen, bis der Speck goldbraun karamellisiert ist.

Für die Garnitur: Karotte schälen und mit dem Sparschäler feine Scheiben runterschneiden. Als Garnitur diese eng aufrollen. Vanillemark auskratzen und mit der Sahne aufschlagen. Nach dem Anrichten mit Zimt bestäuben.

Den Möhrenkuchen auf einen Teller setzen und mit der Sahne und Zimt garnieren. Karottenröllchen dazusetzen. Die Möhrenreduktion in ein kleines Glas geben. Das Eis in eine kalte Schale füllen, Speck hineinstecken und servieren.

Kristin Stavermann am 15. März 2022

Index

- Aubergine, 17, 43
- Avocado, 8, 30, 53
- Blätterteig, 47
- Bohnen, 16, 32, 63
- Bolognese, 20
- Bratwurst, 78
- Butter, 38
- Chorizo, 78
- Couscous, 73
- Curry, 38, 47, 50
- Eier, 42, 44
- Erbsen, 46
- Fenchel, 22
- Filet, 24, 25
- Fisch, 40
- Forellen-Filet, 6
- Grünkohl, 44
- Gurke, 10, 30, 34, 43, 63
- Hähnchen, 17
- Hirsch-Rücken, 66
- Huhn, 16, 17
- Käse, 43, 44, 46, 47, 49, 52, 56
- Kürbis, 49
- Kabeljau, 63
- Kabeljau-Filet, 10
- Kalb, 22
- Kartoffeln, 60
- Kaviar, 8
- Knoblauch, 38
- Kräuter, 38
- Kraut, 61
- Kuchen, 42
- Lauch, 66
- Möhren, 6, 24, 25, 28, 47, 63, 66, 68, 73, 80
- Medaillon, 24
- Mett, 78, 80
- Miesmuscheln, 32
- Nocken, 2
- Nudeln, 20
- Obst, 56, 58, 61, 63
- Paella, 16
- Pak-Choi, 12
- Pancetta, 79
- Paprika, 17, 43, 78
- Pfannkuchen, 42, 52
- Pfeffer, 38
- Pilze, 49, 66, 68
- Polenta, 22, 49
- Rüben, 61
- Rücken, 28
- Radicchio, 22, 49
- Radieschen, 40, 61
- Ravioli, 46
- Reh-Rücken, 68
- Reis, 16, 32, 79
- Rettich, 8, 10
- Riesen-Garnelen, 30, 32, 34
- Rinder-Hack, 20
- Rote-Bete, 10, 40, 49, 60
- Roulade, 25
- Rucola, 47
- Saibling-Filet, 12
- Sauerkraut, 6
- Schoten, 17, 58, 78
- Sellerie, 24, 50, 66, 68
- Senf, 38
- Spargel, 12, 40, 71, 74
- Speck, 80
- Spinat, 6, 45, 52, 63, 71
- Teig-Taschen, 45, 46
- Topinambur, 66
- Vegan, 45, 53
- Wachteln, 73

Wild, 61, 66, 68, 71
Wildschwein, 74
Wirsing, 25