

## | Lanz kocht - Das Menü am 29. Mai 2009 | „Pfungstküche“

### **Vorspeise: Lachs-Sashimi-Roll mit weißem Spargel von Steffen Henssler**

#### **Zutaten für vier Personen**

##### *Lachs-Sashimi-Roll:*

1 Kg	Lachsfilet, ohne Haut
8	Spargel, weiß
100 g	Tempurateig
1	Avocado
1	Gurke
1 Bund	Kerbel
	Öl zum Frittieren

##### *Estragon-Butter:*

1 Bund	Estragon
150 ml	Weißwein
3	Pfefferkörner
1	Lorbeerblatt
150 g	Butter
1 Dose	Ikura-Kaviar
	Salz
	Pfeffer



#### **Zubereitung**

##### *Lachs-Sashimi-Roll:*

Lachsfilet in sehr dünne Scheiben schneiden. Spargel schälen, in Tempurateig geben und in Öl frittieren. Gurke und Avocado in dünne Streifen schneiden. Die Lachsscheiben mit Gurke, Avocado, Spargel und Kerbel füllen, einrollen und in gleich große Stücke schneiden.

##### *Estragon-Butter:*

Weißwein mit Pfeffer und Lorbeerblatt in einen Topf geben und auf die Hälfte einkochen, passieren und die Butter nach und nach einmischen. Mit Salz und Pfeffer würzen, den Estragon hacken und in die Butter geben, aufschäumen, über den Lachs geben und mit Ikura-Kaviar dekorieren.

**Zwischengang: Lauwarmer Gemüsesalat mit Maibock und Pfifferlingen  
von Alfons Schuhbeck**

**Zutaten für vier Personen**

*Maibock:*

400 g	Rehrücken
1 EL	Öl
1 EL	Butter
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
	Kaffeesalz, orientalisches

*Gemüse:*

0,5 Bund	Spargel, grün
150 g	Babykarotten
1	Kohlrabi
100 ml	Gemüsebrühe
2 Scheiben	Ingwer
1 Zehe	Knoblauch
1	Zitrone, unbehandelt
2 – 3 EL	Olivenöl
200 g	Pfifferlinge, klein und fest
1 EL	Butter, braun
1 EL	Butter
1 EL	Petersilie, geschnitten
	Salz
	Chilisal
	Pfeffer aus der Mühle
	Chiliblättchen, mild

*Birnenpalten:*

2 EL	Butter
1	Birne, reif
1 TL	Puderzucker
0,5 Schote	Vanille
0,5 Stange	Zimt

**Zubereitung**

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

*Maibock:*

Ein Ofengitter in die mittlere Einschubleiste des Backofens schieben und ein Abtropfblech darunter stellen. Den Rehrücken in einer Pfanne mit Öl bei milder Hitze rundherum kurz anbraten. Auf das Ofengitter legen und in etwa 30 Minuten rosa durchziehen lassen. In einer Pfanne bei milder Hitze in zerlassener Butter wenden, salzen und pfeffern. Sehr gut schmeckt hier etwas orientalisches Kaffeesalz.

*Gemüse:*

Die Schale der Zitrone abreiben. Den Spargel im unteren Drittel schälen, holzige Enden entfernen, längs halbieren und schräg in ein bis zwei Zentimeter lange Stücke schneiden. Die Karotten schälen, längs vierteln und in ein bis zwei



Zentimeter lange Stifte schneiden. Den Kohlrabi schälen, halbieren und in dünne Spalten schneiden. Spargel, Karotten und Kohlrabi in Salzwasser blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken. Das Gemüse mit der Brühe in einer Pfanne erwärmen. Ingwer, halbierte Knoblauchzehe, Chiliblättchen und eine Messerspitze Zitronenabrieb mit dem Olivenöl zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Pilze bei mittlerer Hitze in der braunen Butter in etwa zwei bis drei Minuten anbraten. Dann mit Chilisalz, Petersilie und eine Messerspitze Zitronenabrieb würzen, die Butter einschmelzen lassen. Die Pfifferlinge mit dem anderen Gemüse mischen.

*Birnenspalten:*

Die Birne vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in schmale Spalten schneiden. In einer Pfanne den Puderzucker schmelzen lassen und die Birnenspalten darin anbraten. Vanilleschote und Zimtstange zugeben und die Butter einschmelzen lassen.

Den Maibock in Scheiben schneiden und mit dem Gemüsesalat und den Birnenspalten auf Tellern anrichten.

## **1. Hauptgang: Pochiertes Kalbsfilet mit Gemüse und Schnittlauchmayonnaise von Sarah Wiener**

### **Zutaten für vier Personen**

#### *Kalbsfilet:*

2 l	Kalbsfond, wahlweise Kalbsbrühe
2	Pfefferkörner
1	Lorbeerblatt
2	Wacholderbeeren
1 Zweig	Liebstöckel, klein
2	Kalbsfilets, à 500 g
2 EL	Butterschmalz
	Salz

#### *Gemüse:*

3	Karotten
2 Stangen	Staudensellerie
2	Petersilienwurzeln
1 Stange	Lauch, dünn
0,5 l	Kalbsfond

#### *Schnittlauchmayonnaise:*

2 Bund	Schnittlauch
3	Eier
1 TL	Dijonsenf
250 ml	Sonnenblumenöl
250 g	Saure Sahne
1 EL	Balsamico-Essig, weiß
0,5	Zitrone
	Salz
	Pfeffer



### **Zubereitung**

#### *Kalbsfilet:*

Den Kalbsfond mit Pfefferkörnern, Lorbeerblatt, Wacholderbeeren, Liebstöckelzweig und Salz in einem großen Topf aufkochen. Die Kalbsfilets abspülen und trocken tupfen. Mit Küchengarn zusammenbinden und im heißen Butterschmalz rundherum ganz hell anbraten. Die Filets mit Küchengarn so an einen Kochlöffel binden, dass sie in den Fond gehängt werden können, ohne dass sie den Topfboden berühren. Die Kalbsfilets etwa 15 Minuten in leise kochendem Fond pochieren. Die pochierten Filets aus dem Topf nehmen, in Alufolie einwickeln und noch zehn Minuten ruhen lassen.

#### *Gemüse:*

Das Gemüse waschen. Karotten putzen, vom Staudensellerie die Fäden abziehen, die Petersilienwurzeln schälen, vom Lauch die harten grünen Blätter entfernen. Das Gemüse schräg in Scheiben schneiden und in einem halben Liter Kalbsfond zehn Minuten bissfest kochen.

#### *Schnittlauchmayonnaise:*

Den Saft der Zitrone auspressen. Schnittlauch abbrausen, trocken tupfen und in feine Röllchen schneiden. Eigelbe in einer Schüssel mit dem Dijonsenf cremig rühren. Sonnenblumenöl in ganz dünnen Strahl einlaufen lassen, dabei ständig mit dem Schneebesen oder den Quirlen des Handrührgeräts weiterrühren. Ist etwa die Hälfte des Öls eingerührt, unter weiterem Rühren einen Esslöffel weißen Balsamico-Essig ganz langsam zugeben. Dann die zweite Hälfte des Öls in dünnem Strahl einrühren. Die Mayonnaise soll steif und cremig sein. Mit Salz, Pfeffer und tropfenweise mit Zitronensaft abschmecken. Die saure Sahne und die Schnittlauchröllchen einrühren. Bei der Zubereitung muss man eigentlich nur beachten, dass alle Zutaten die gleiche Temperatur (nämlich Zimmertemperatur) haben und das Öl langsam und in kleinen Portionen ins Eigelb gerührt wird.



Das Kalbsfilet in Scheiben schneiden. Mit dem gekochten Gemüse und der Schnittlauchmayonnaise servieren. Nach Belieben den Fond dazu servieren.

**Tipp:**

Dazu passen Salzkartoffeln. Wenn Sie die pochierten Filets im Fond über Nacht abkühlen lassen, können Sie das Fleisch am nächsten Tag auch kalt servieren. Schneiden Sie es dünn auf und geben Sie die Schnittlauchmayonnaise dazu.

© by JBK/Idee: Wiener

## **2. Hauptgang: Kalbshaxe in Gewürz- und Olivenöl mit Limonenpolenta und mediterraner Sauce von Johann Lafer**

### **Zutaten für vier Personen**

#### *Kalbshaxe:*

2 l	Olivenöl
3 Zweige	Rosmarin
2 Zweige	Thymian
5 Zehen	Knoblauch
1 Schote	Chili, rot
1	Lorbeerblatt
1 TL	Pfeffer-Mix, schwarz
1	Kalbshaxe, circa 1,4 Kg
	Salz
	Pfeffer



#### *Limonenpolenta:*

500 ml	Gemüsefond
50 g	Sahne
30 g	Polenta
2	Limonen, unbehandelt
100 g	Butterwürfel, kalt
	Chili aus der Gewürzmühle
	Salz
	Pfeffer

#### *Mediterrane Sauce:*

5	Schalotten
3 Zehen	Knoblauch
2 EL	Olivenöl
2 EL	Tomatenmark
300 ml	Kalbsfond
2 Zweige	Rosmarin
2 Zweige	Thymian
3	Strauchtomaten
200 g	Oliven, Kalamata
1 EL	Kapern
1 TL	Zucker
2 EL	Weißweinessig
2 EL	Blattpetersilie
	Chili
	Salz
	Pfeffer

### **Zubereitung**

#### *Kalbshaxe:*

Olivenöl mit Rosmarinzweigen, Thymianzweigen, Knoblauchzehen, Chilischote, Lorbeerblatt und dem Pfeffer-Mix in einen großen Topf geben und auf 85 Grad erhitzen. Kalbshaxe zugeben, zehn Minuten bei 85 Grad garen. Hitze des Öls auf 65 Grad reduzieren und die Haxe 24 Stunden darin garen. Anschließend die Haxe herausheben und in einer Pfanne von allen Seiten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, am Knochen entlang herum schneiden und das Fleisch in Scheiben schneiden.

#### *Limonenpolenta:*

Gemüsefond mit der Sahne aufkochen, Polenta unter Rühren hinein geben und einmal aufkochen lassen. Die Hitze reduzieren und die Polenta unter gelegentlichem Rühren in circa 30 Minuten ausquellen lassen. Limonen heiß abspülen,

die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Die fertige Polenta mit Limonenschale und –saft sowie Salz, Pfeffer und etwas Chili abschmecken. Zuletzt die kalten Butterwürfel unterrühren.

*Mediterrane Sauce:*

Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Olivenöl in einem Topf erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen. Tomatenmark zugeben, leicht anrösten lassen, Kalbsfond angießen. Rosmarin und Thymian zugeben und die Sauce zehn Minuten köcheln lassen. Die Tomaten erhitzen, heiß überbrühen, die Haut entfernen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch würfeln. Die Oliven grob hacken. Kapern fein hacken. Kräuter aus der Sauce nehmen und Oliven, Tomatenwürfel, etwas Chili und Kapern zugeben. Die Sauce mit Salz, Pfeffer, Zucker und Weißweinessig abschmecken und aufkochen lassen. Zum Schluss die fein geschnittene Blattpetersilie unterrühren.

**Dessert:** ***Vanillewaffeln mit cremigem Ananaseis und Minz-Erdbeeren***  
**von Andreas C. Studer**

**Zutaten für vier Personen**

*Vanillewaffeln:*

200 g	Mehl
5 g	Backpulver
60 g	Zucker
1 Schote	Vanille
1	Orange, unbehandelt
2	Eier
250 ml	Sahne
	Butterschmalz für das Waffeleisen
	Salz

*Ananaseis:*

100 ml	Wasser
80 g	Zucker
1	Ananas
1	Zitrone
200 ml	Sahne

*Minz-Erdbeeren:*

1 Schale	Erdbeeren, klein
2 EL	Puderzucker
1 Bund	Pfefferminze
	Puderzucker in Stäuber



**Zubereitung**

*Vanillewaffeln:*

Die Schale der Orange abreiben. Mehl, Backpulver, Salz, Zucker, ausgekratztes Mark der Vanilleschote und Orangenschale in einer Schüssel mischen. Eier und Sahne dazu rühren. Teig zugedeckt 15 Minuten quellen lassen. Waffeleisen heiß werden lassen, mit Butterschmalz bestreichen. Je einen Esslöffel Teig auf das Eisen geben, drei Minuten backen und auf einen Gitter leicht abkühlen.

*Ananaseis:*

Den Saft der Zitrone auspressen. Wasser und Zucker aufkochen, zwei Minuten einkochen. Ananas schälen, in Würfel schneiden, in das Zuckerwasser geben und circa fünf Minuten weich kochen. Zitronensaft begeben, fein pürieren. Durch ein Sieb streichen, auskühlen. Sahne begeben und in der Eismaschine gefrieren lassen.

*MinzeErdbeeren:*

Erdbeeren putzen und vierteln. Mit Puderzucker und fein geschnittener Minze mischen und zehn Minuten ziehen lassen.

Waffeln mit Puderzucker bestäuben und mit Eis und Erdbeeren anrichten.

**Tipp:**

Zu dem Dessert passt Vanillesahne. Geschlagene Sahne mit Vanillemark, Zucker und etwas Zitronenabrieb abschmecken.