

## Lafer!Lichter!Lecker! – Menü am 04. Februar 2017



### **Vorspeise: *Chefsalat mit Parmesanmousse, Orangen und Cashewkernen von Johann Lafer***

#### **Zutaten für vier Portionen:**

4 Blatt	weiße Gelatine
130 g	Parmesan
200 ml	Milch
	Salz
	Cayennepfeffer
250 ml	Sahne
1 mittelgroßer	Chicorée
1	Treviso oder Radicchio
50 g	Rucola
40 g	Cashewkerne
3	Orangen
6	Wachteleier
1	Schalotte
50 ml	Sahne
3 EL	Traubenkernöl
2 EL	Aceto Balsamico bianco
3 EL	Honig
	Butter zum Braten

Außerdem: Eiswasser

#### **Zubereitung:**

Die Gelatine 5 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Den Parmesan fein reiben. Die Milch in einem Topf erwärmen, 100 g Parmesan darin unter Rühren schmelzen lassen. Die Gelatine ausdrücken und in der Parmesanmilch auflösen. Mit Salz und Cayennepfeffer kräftig würzen. Die Parmesanmasse auf einem Eiswasser abkühlen lassen, bis sie zu gelieren beginnt. Inzwischen die Sahne steif schlagen. Die geschlagene Sahne unter die gelierende Parmesanmilch heben. Die Parmesanmousse abgedeckt im Kühlschrank 3 Stunden gut durchkühlen lassen.

Den Chicorée putzen und vierteln, den mittleren Strunk entfernen.

Treviso und Rucola putzen. Die Salatblätter waschen, trockenschleudern. Die Cashewkerne grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Die Orangen bis zum Fruchtfleisch schälen, die Filets mit einem scharfen Messer heraustrennen, den abtropfenden Saft auffangen.

Die Wachteleier aufschlagen, in eine kalte, mit Butter gefettete Pfanne geben und bei geringer Hitzezufuhr langsam stocken lassen. Mit einem Ausstecher zu kleinen Spiegeleiern ausstechen.

Für das Dressing eine Schalotte abziehen und halbieren. Zusammen mit Sahne, Traubenkernöl, Honig, Orangensaft, Balsamico und 30 g geriebenem Parmesan mixen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Salatblätter, Orangenfilets und Cashewkerne auf einer Platte anrichten. Mit dem Dressing beträufeln. Von der Parmesanmousse mit zwei Esslöffeln Nocken abstechen, dabei die Löffel in heißes Wasser tauchen. Die Nocken auf dem Salat verteilen und die Wachteleier in den Salat legen.



## **1. Hauptgang: Mille feuille von Tintenfisch, Spinat und asiatischem Tomatensugo von Johann Lafer**

### **Zutaten für vier Portionen:**

600 g	kleine Kartoffeln
	Salz
1	rote Zwiebel
1	Knoblauchzehe
30 g	Ingwer
1	Chilischote
1 EL	Sesamöl
2 TL	brauner Zucker
2 EL	Tomatenmark
50 ml	Weißwein
200 ml	Gemüsefond
250 g	Kirschtomaten
1 Bund	Koriander
400 g	Spinat
2	Schalotten
1	Knoblauchzehe
30 g	Butter
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
	Muskatnuss
8	Tintenfischtuben, küchenfertig
2 EL	Olivensöl
1	Limette

### **Zubereitung:**

Die Kartoffeln waschen, schälen und knapp mit Wasser bedeckt und einem Teelöffel Salz zum Kochen bringen. Etwa 20 Minuten weich kochen lassen.

Die Zwiebel, den Knoblauch und Ingwer schälen. Chili halbieren, entkernen. Alles zusammen klein würfeln bzw. fein hacken. Sesamöl in einem Topf erhitzen, Zwiebel, Knoblauch, Ingwer und Chili darin anschwitzen. Den braunen Zucker und das Tomatenmark zugeben und alles gut anrösten. Mit dem Weißwein ablöschen und den Gemüsefond angießen. Den Sud 2-3 Minuten köcheln lassen. Die Kirschtomaten waschen, halbieren und zur Sauce geben. Alles weitere 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Koriander abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Koriander unter die Sauce mischen.

Den Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen. Die Schalotten und den Knoblauch schälen und kleinwürfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen, den Spinat zugeben und unter Wenden zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Die Tintenfischtuben aufschneiden, die Außenseiten mit einem kleinen, scharfen Messer leicht einschneiden. Olivensöl in einer Pfanne erhitzen und die Tintenfische darin kurz scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Limettensaft beträufeln.

Zum Anrichten etwas Tomatensugo auf den Tellern verteilen, den Spinat darauf geben und ein Stück Tintenfisch darauf schichten. Nochmals mit Tomatensugo, Spinat und den restlichen Tintenfischen aufschichten. Die Kartoffeln daneben legen und mit dem restlichen Sugo beträufeln.



## **2. Hauptgang: *Hähnchenchili mit getrockneten Aprikosen und Basmatireis von Horst Lichter***

### **Zutaten für vier Portionen:**

200 g	Basmatireis
	Salz
4	Hähnchenkeulen
2 EL	Rapsöl
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1	rote Paprikaschote
2 EL	Tomatenmark
200 ml	Geflügelbrühe
100 ml	Sahne
1 kleine Dose	Maiskörner, abgetropft
10	getrocknete Aprikosen
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
	Cayennepfeffer
3 EL	Erdnusskerne
1 Bund	glatte Petersilie

### **Zubereitung:**

Den Reis mit 200 ml Wasser und etwas Salz in einen Topf geben. Aufkochen lassen, anschließend die Hitze reduzieren und den Reis zugedeckt etwa 15-18 Minuten leise köcheln lassen.

Die Haut der Hähnchenkeulen abziehen und das Fleisch vom Knochen schneiden. Das Fleisch klein würfeln oder durch die grobe Scheiben des Fleischwolfs lassen.

Rapsöl in einem Topf erhitzen und das Fleisch darin kräftig anbraten. Inzwischen die Zwiebel und den Knoblauch schälen und würfeln. Die Paprikaschote waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Aprikosen in Streifen schneiden.

Zwiebeln, Knoblauch und Paprika mit zum Fleisch geben und anbraten. Tomatenmark zufügen, unter Rühren anrösten lassen. Mit der Geflügelbrühe und der Sahne aufgießen. Maiskörner und Aprikosen zufügen. Alles mit Salz, Pfeffer und Cayenne würzen. Bei geschlossenem Deckel 10-15 Minuten köcheln lassen.

Die Erdnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Die Petersilie waschen, trockentupfen, Stiele entfernen und die Blätter hacken.

Das Hähnchenchili in tiefen Schalen anrichten und mit der Petersilie und den Erdnüssen bestreuen.

Den Reis dazu servieren.



**Dessert: Marmorküchlein mit Nougatmascarpone von Horst Lichter**

**Zutaten für vier Portionen:**

100 g	Nougat
etwa 30 g	flüssige Butter zum Einfetten
80 g	Zucker
1 EL	Vanillezucker
1 Prise	Salz
100 g	Butter
4	Eier
200 g	Mehl
1 TL	Backpulver
2 EL	Kakao
150 g	Mascarpone
12	Himbeeren
12	Minzblättchen
	Puderzucker zum Bestreuen

Außerdem: 1 Silikonmatte 12er Mini Guglhupf

**Zubereitung:**

Den Nougat in das Gefrierfach legen. Die Silikonmulden mit der flüssigen Butter einfetten und auf das Backofenrost stellen. Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Zucker, Vanillezucker, Salz und Butter in einer Schüssel schaumig rühren. Die Eier einzeln zugeben und jeweils eine halbe Minute unterrühren. Das Mehl mit dem Backpulver mischen und über die Ei-Zucker-Mischung sieben. Alles gut verrühren.

Die Hälfte des Teigs in die Silikonmulden füllen, dafür die Masse in einen Spritzbeutel mit kleiner Lochtülle füllen. Den restlichen Teig mit dem Kakaopulver verrühren. Den dunklen Teig ebenso in den Spritzbeutel füllen und auf den hellen Teig geben. Mit einem Löffelstiel beide Teige marmorieren.

Im vorgeheizten Backofen 15-18 Minuten backen. Stäbchenprobe machen. Anschließend die Küchlein kurz in der Form abkühlen lassen, dann aus den Mulden drücken und auf einem Gitter abkühlen lassen.

Die Mascarpone mit den Schneebesen des Handrührers schaumig aufschlagen. Den Nougat in die Mascarpone raspeln und unterheben. Die Creme in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen und auf die abgekühlten Küchlein dressieren. Mit einer Himbeere, einem Minzblatt dekorieren und zuletzt mit Puderzucker bestäuben. Die Küchlein auf einer Platte anrichten.