

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



### **Vorspeise: Saté von der Seezunge auf Mango-Rettichsalat und Limetten-Vanille-Vinaigrette von Johann Lafer**

#### **Zutaten für vier Portionen:**

8	Seezungenfilets, ohne Haut
4 EL	Sojasauce
1 EL	Currypulver
2 EL	Erdnussöl
2 Bio	Limetten
2 TL	brauner Zucker
½	Vanilleschote
1	Mango
1	weißer Rettich
3 EL	Erdnussöl
1 TL	geröstetes Sesamöl
1 Bund	Schnittlauch
je 1 TL	hellen und dunklen Sesamsamen
	Pflanzenöl zum Ausbacken (etwa 300 ml)
8	Wan Tan-Blätter
3 Schalen	Shiso Kresse

#### **Zubereitung:**

Die Seezungenfilets abrausen, trockentupfen und in eine flache Schale legen. Die Sojasauce mit dem Currypulver mischen und über die Seezungenfilets gießen. Abgedeckt 15 Minuten ziehen lassen.

Eine Limette heiß waschen und trocknen. Die Schale dünn abreiben und den Saft beider Limetten auspressen. Limettensaft und -schale, Zucker und Vanillemark in einem Topf aufkochen, 1 bis 2 Minuten köcheln lassen. Topf beiseite stellen und kurz abkühlen lassen.

Die Mango schälen, Fruchtfleisch vom Kern schneiden und in Streifen schneiden. Den Rettich waschen, schälen und in dünne Streifen schneiden. Den Rettich mit dem Limettensirup, dem Erdnuss- und Sesamöl mischen. Die Mangostreifen zugeben und behutsam unterheben. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Schnittlauch und Sesam zum Salat geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Pflanzenöl in einem Topf erhitzen und die Wan Tan-Blätter darin einige Sekunden goldbraun und knusprig ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Seezungenfilets auf Holzspieße stecken und in einer Pfanne im heißen Öl knusprig braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Mango-Rettichsalat mit den Wan Tan-Blättern auf einer Platte verteilen, mit dem Dressing beträufeln. Die Seeteufel-Satés darauf legen und mit der Shiso Kresse bestreuen.



## **1. Hauptgang:           *Wolfsbarsch in der Salzkruste gegart mit Salbei-Kürbis-Risotto von Johann Lafer***

### **Zutaten für vier Portionen:**

1	Wolfsbarsch, ca. 1,2-1,5 kg, küchenfertig, nicht geschuppt
1	Bio Zitrone
4 Stiele	Rosmarin
4 Stiele	Thymian
2	Eiweiß
2 kg	grobes, ungereinigtes Meersalz
2 EL	Mehl
2	Schalotten
1	Knoblauchzehe
30 g	Butter
200 g	Risottoreis
50 ml	Weißwein
800 ml	heißer Gemüsefond
50 g	Parmesan
50 g	Butter
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
250 g	Hokkaidokürbis
2 EL	Olivenöl
1 Bund	Salbei
3 EL	geschlagene Sahne (etwa 50 ml)
80 g	Parmesan zum Hobeln

### **Zubereitung:**

Den Backofen auf 220 Grad vorheizen. Den Wolfsbarsch waschen, trockentupfen und im Bauchraum mit Zitronenscheiben, Thymian und Rosmarin füllen. Die Eiweiße in einer Schüssel anschlagen, das Salz und Mehl unterheben. Ein Backblech mit Alufolie auslegen, die Hälfte des Salzes darauf verteilen. Den Wolfsbarsch auf das Salz legen, mit dem Rest bedecken und rundum einpacken. Im Backofen etwa 30 Minuten garen.

Für das Risotto die Schalotten und den Knoblauch schälen und klein würfeln. Beides in einem Topf in 30 g Butter anschwitzen. Den Reis zugeben und ebenfalls kurz anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und verkochen lassen. Mit einer Kelle heißem Gemüsefond auffüllen und unterrühren. Unter gelegentlichem Rühren bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Nach und nach die Brühe angießen, sobald der Reis alles aufgesogen hat. Nach etwa 16-18 Minuten ist der Reis al dente gegart. Den Topf vom Herd nehmen. Frisch geriebenen Parmesan und die übrige Butter unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Kürbis waschen und entkernen. Das Fruchtfleisch mit dem Sparschäler in dünne Streifen schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Kürbistreifen darin anschwitzen. Den Salbei waschen und trocken tupfen. Die Blätter von den Stielen zupfen. Salbeiblätter zugeben und ebenfalls anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Wolfsbarsch aus dem Ofen nehmen, die Salzkruste aufstoßen, abheben und die Haut des Wolfsbarschs abziehen. Die Filets von den Gräten heben. Salbei-Kürbis-Risotto mit geschlagener Sahne verfeinern und in tiefen Tellern anrichten, Wolfsbarschfilets darauf legen. Mit fein gehobeltem Parmesan bestreuen.



## **2. Hauptgang: Lamm-Cevapcici auf Kürbis-Bohnen-Gemüse von Horst Lichter**

### **Zutaten für vier Portionen:**

400 g	Lammhack
400 g	Rinderhack
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
1 Bund	Petersilie
2-3 EL	Rapsöl
400 g	grüne Bohnen
1	Hokkaidokürbis
1	rote Zwiebel
2 EL	Olivenöl
100 ml	Gemüsebrühe
4 Stiele	Bohnenkraut
100 g	Sauerrahm
3 EL	Ajvar scharf
1-2 TL	Honig

### **Zubereitung:**

Das Lammhack mit dem Rinderhack in eine Schüssel geben. Die Petersilie abbrausen, trocknen und die Stiele entfernen. Die Blätter fein hacken. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein reiben. Alles zum Fleisch geben und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Die Masse kräftig kneten, anschließend daraus etwa 2x5 cm lange Rollen formen. Eine Grillpfanne vorheizen. Die Cevapcici darin in dem Rapsöl knusprig braun braten.

Die Bohnen waschen, putzen, in 3 cm lange Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser 4-5 Minuten kochen. Abgießen und kalt abspülen. Den Hokkaidokürbis waschen, halbieren, entkernen und würfeln. Die Zwiebel schälen und in dünne Spalten schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, den Kürbis und die Zwiebeln darin 3 bis 4 Minuten anbraten. Die Bohnen zugeben und weitere 3 Minuten braten lassen. Die Gemüsebrühe auffüllen, alles mit Salz und Pfeffer würzen und bei mittlerer Hitze bissfest garen. Das Bohnenkraut waschen, trockentupfen und grob zupfen. Zum Kürbisgemüse geben.

Den Sauerrahm mit dem Ajvar und dem Honig verrühren. Zum Anrichten die Cevapcici und das Gemüse auf einer großen Platte verteilen. Den Ajvar-Dip darüber träufeln.



**Dessert: Kaiserschmarrn mit Beerenröster von Horst Lichter**

**Zutaten für vier Portionen:**

4	Eier
160 g	Mehl
160 ml	Milch
1 Prise	Salz
2 EL	Zucker
½	Vanilleschote
1 Prise	Salz
50 g	Butter
150 ml	Kirschsafft
2 EL	Speisestärke
500 g	Tiefkühl-Beerenmischung, leicht angetaut
2 EL	Zucker
50 g	Zucker
	Puderzucker zum Bestäuben

**Zubereitung:**

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Eier trennen, die Eigelbe mit dem Mehl, der Milch, Salz, Zucker und Vanillemark in einer Schüssel glatt rühren. Die Eiweiße mit einer Prise Salz steif schlagen und unter den Teig heben.

Eine Pfanne erhitzen, diese mit der Hälfte der Butter ausstreichen.

Die Schmarrnmasse in die Pfanne gießen und durch Schwenken darin verteilen. 1 bis 2 Minuten auf dem Herd backen, anschließend in den vorgeheizten Backofen stellen. Den Kaiserschmarrn ca. 20 Minuten backen.

Drei Esslöffel Kirschsafft mit der Speisestärke verrühren. Restlichen Kirschsafft mit dem Zucker verrühren und aufkochen. Die angerührte Speisestärke in den kochenden Kirschsafft rühren. Beeren zugeben und kurz darin erwärmen. Beiseite stellen und abkühlen lassen.

Den Kaiserschmarrn aus dem Ofen nehmen, wenn die Oberfläche goldbraun und gestockt ist. Kaiserschmarrn mit zwei Pfannenwendern in Stücke teilen. Zucker und restliche Butter zugeben und unter Wenden auf dem Herd karamellisieren.

Den Kaiserschmarrn mit dem Beerenröster anrichten und mit Puderzucker bestäuben.

Tipp: Eine Kugel Vanilleeis dazu servieren.