

| Lafer!Lichter!Lecker! – Menü am 31. Januar 2015 |



Vorspeise: *Karotten-Walnuss-Salat mit gebackenen Stubenküken von Johann Lafer*

Zutaten für vier Portionen:

Für den Karotten-Walnuss-Salat:

1 Bund Karotten
30 g Walnusskerne
1 EL brauner Zucker
3 EL Weißweinessig
50 ml Gemüsefond
¼ Vanillestange
1 Zimtstange
2 EL Olivenöl
½ Bund Schnittlauch
Salz
Pfeffer aus der Mühle

Für die Stubenküken:

6 Scheiben Toastbrot
1 Bund glatte Petersilie
8 Stubenkükenbrüste, ohne Haut
2 Eier
200 g Butterschmalz
Mehl
Salz
Pfeffer aus der Mühle

Zum Anrichten:

50 g feine Salatblätter

Zubereitung:

Karotten waschen, schälen und in Scheiben schneiden. Walnusskerne grob hacken. Zucker in einer Pfanne schmelzen, Karotten zugeben, kurz anschwitzen. Mit Weißweinessig ablöschen, Gemüsefond angießen, Zimt und halbierte Vanilleschote zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die Karottenscheiben bissfest gegart sind. Karotten in eine Schüssel geben und das Olivenöl unterrühren. Schnittlauch fein schneiden und zuletzt unter den leicht abgekühlten Salat mischen.

Walnusskerne in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten.

Toastscheiben entrinden und zusammen mit den Blättern der Petersilie in einer Küchenmaschine fein mahlen. Die grünen Brösel in eine flache Auflaufform geben.



Stubenkükenbrüste waschen und trocken tupfen. Diese mit Salz und Pfeffer würzen, in Mehl wenden, durch das verquirlte Ei ziehen und in Bröseln panieren. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Das panierte Fleisch darin goldbraun und knusprig ausbacken und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Den Karottensalat auf Tellern anrichten, die Walnusskerne darüber streuen. Das Fleisch nach Belieben einmal halbieren und auf dem Salat anrichten. Mit einigen Salatblättern bestreuen.



1. Hauptgang: *Gebratener Skrei auf Rote Bete-Spitzkohl-Gemüse von Johann Lafer*

Zutaten für vier Portionen:

Für das Rote Bete-Spitzkohl-Gemüse:

4	Rote Bete Knollen
3	mittlere Kartoffeln, vorwiegend festkochend
1	Spitzkohl
1	Schalotte
½ Bund	glatte Petersilie
60 g	Butter
100 ml	Weißwein
400 ml	Gemüsefond
1	Lorbeerblatt
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
	Chili aus der Mühle

Für den Skrei:

4	Skreifilets, mit Haut, à 200 g
2 EL	Olivenöl
30 g	Butter
3 Stiele	Thymian
3 Stiele	Rosmarin
½	Knoblauchknolle, ungeschält
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Rote Bete waschen und mit Einweghandschuhen schälen. Drei der Knollen achteln und in einer Saftzentrifuge entsaften. Die übrige Knolle klein würfeln. Kartoffeln waschen, schälen und ebenfalls klein würfeln. Spitzkohl putzen, waschen und in Streifen schneiden. Schalotte schälen und klein würfeln. Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein hacken. Kartoffeln knapp mit leicht gesalzenem Wasser bedeckt aufkochen und fünf Minuten weichgaren.

Für den Sud 30 Gramm Butter in einem Topf zerlassen, Schalotten und Rote Bete Würfel darin anschwitzen. Mit dem 50 Milliliter Weißwein ablöschen, 200 Milliliter Brühe und Rote Bete Saft angießen. Mit Salz und Pfeffer würzen, Lorbeerblatt zugeben und zehn Minuten köcheln lassen. Anschließend Lorbeer entfernen, gehackte Petersilie zugeben und den Sud mit Salz, Pfeffer und etwas Chili abschmecken.

Spitzkohl in 30 Gramm Butter anbraten, mit 50 Milliliter Weißwein und 200 Milliliter Brühe ablöschen, mit Salz und Pfeffer würzen, Kartoffeln zugeben und unterschwenken.



Die Haut des Skreifilets zweimal dünn einschneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Filets darin auf der Hautseite knusprig und goldbraun anbraten. Butter, Kräuter und Knoblauch zugeben, die Filets wenden und auf der Fleischseite bei geringer Hitze garziehen lassen. Dabei die Filets Ein bis zwei Mal mit der Kräuterbutter übergießen.

Die Roten Bete und den Spitzkohl in tiefen Tellern verteilen. Je ein Skreifilet darauf legen, mit der restlichen Knoblauchbutter aus der Pfanne beträufeln.



2. Hauptgang: Königsberger Klopse mit Butterkartöffeln von Horst Lichter

Zutaten für vier Portionen:

Für die Butterkartöffeln:

500 g kleine Kartoffeln, vorwiegend festkochend
30 g Butter
2 EL gehackte Petersilie

Für die Königsberger Klopse:

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 altbackenes Brötchen
100 ml Milch
500 g gemischtes Hackfleisch
1 TL Senf
1 Ei
1/2 TL Paprikapulver edelsüß
Salz
Cayennepfeffer

Für die Sauce:

1 Zwiebel
20 g Butter
1 EL Mehl
500 ml Fleischbrühe
150 ml Sahne
1 kleines Glas Kapern
4 Stiele Dill
Salz
Cayennepfeffer

Zubereitung:

Zunächst die Kartoffeln waschen, schälen und knapp mit Wasser bedeckt weich garen. Anschließend abgießen und kurz ausdampfen lassen. 30 Gramm Butter und gehackte Petersilie unterschwenken.

Für die Hackbällchen die Zwiebel und Knoblauch schälen und klein hacken. Brötchen grob würfeln und in der Milch einweichen. Hackfleisch mit Zwiebel, Knoblauch, eingeweichtem Brötchen, Ei, Senf, Paprikapulver in eine Schüssel geben, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und vermengen. Aus der Masse acht Bällchen formen und auf einen Teller geben.

Für die Sauce die Zwiebel schälen und klein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebelwürfel darin anschwitzen. Mehl zugeben und unterrühren. Ohne Farbe anschwitzen. Nach und nach die Brühe angießen und unter ständigem Rühren aufkochen lassen. Sahne zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Hackbällchen in die Sauce geben und unter leichtem



Köcheln 10 bis 15 Minuten garen. Kapern grob hacken und mit dem Sud in die Sauce geben. Dill hacken und zuletzt unter die Sauce mischen.

Zum Anrichten die Hackbällchen mit der Sauce und den Kartoffeln auf Tellern verteilen.



Dessert: Nusschmarrn mit Beerenkompott von Horst Lichter

Zutaten für vier Portionen:

Für den Beerenkompott:

50 g	Zucker
250 ml	Rotwein
1 EL	Vanillezucker
1 TL	Speisestärke
300 g	Beerenmischung (tiefgekühlt und aufgetaut)

Für den Nusschmarrn:

50 g	Nussmischung
4	Eier
30 g + 30 g	Zucker
150 ml	Milch
120 g	Mehl
2 EL	Butter
1 EL	Puderzucker

Zum Anrichten:

Puderzucker

Zubereitung:

Für den Beerenkompott Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen. Mit Rotwein ablöschen, Vanillezucker zugeben und aufkochen lassen. Speisestärke mit zwei Esslöffeln Wasser verrühren und den Sud damit abbinden. Einmal aufkochen lassen und die Beeren zugeben. Beeren vorsichtig unterrühren. Beerenkompott beiseite stellen und abkühlen lassen.

Danach die Nüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Eier trennen und die Eigelbe mit 30 Gramm Zucker schaumig schlagen. Milch, Mehl und die gerösteten Nüsse unterrühren. Eiklar mit dem restlichen Zucker steif schlagen und unter die restliche Masse heben.

Einen Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen und die Masse hineingeben. Masse bei mittlerer Hitze stocken lassen. Mit einem Pfannenwender halbieren, wenden und auf der zweiten Seite ebenfalls stocken lassen und goldbraun braten. Schmarrn mit einem zweiten

Pfannenwender zerreißen, Butter und Puderzucker zugeben und unter Rühren karamellisieren.

Zum Anrichten den Schmarrn mit Puderzucker bestäuben. Das Kompott dazu servieren.