

## | Lafer!Lichter!Lecker! – Menü am 21. Februar 2015 |



**Vorspeise:** *Süß-sauer mariniertes Heilbuttcarpaccio, Gewürztomaten und Currygrissini von Johann Lafer*

### Zutaten für vier Portionen

#### *Für die Gewürztomaten:*

100 ml	Tomaten-Balsamico-Essig
50 g	brauner Zucker
je ½ TL	Koriandersamen, Senfsamen, Szechuanpfeffer, Kardamomkapseln
½	Chilischote
1	Sternanis
12	Kirschtomaten

#### *Für die Currygrissini:*

100 g	Mehl
50 g	Butter
2 EL	kalt Wasser
1 TL	Limettensaft
1 TL	Currypulver
	Salz
	Mehl, zum Bearbeiten

#### *Für das Heilbuttcarpaccio:*

400 g	Heilbuttfilet, mit Haut
1	Limette
1 cm	Ingwerwurzel
1	Schalotte
½	Knoblauchzehe
2 EL	Ahornsirup
½ Bund	Koriandergrün
100 g	feine Blattsalatmischung
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle

### Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Das Heilbuttfilet 30 Minuten im Gefrierschrank anfrieren.

Gewürze in einer Pfanne anrösten, Zucker zugeben, schmelzen und mit dem Essig ablöschen. Zwei bis drei Minuten einkochen lassen. Die Kirschtomaten abbrausen, Haut kreuzweise einritzen und in den heißen Sud geben. Gut durchziehen lassen.

Aus Mehl, Butter, Wasser, Currypulver und Limettensaft, mit einer Prise Salz einen glatten, geschmeidigen Teig herstellen. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig einen halben



Zentimeter dick ausrollen. Mit einem Pizzarad in lange, dünne Streifen schneiden und auf ein Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen etwa zehn bis zwölf Minuten backen. Anschließend abkühlen lassen.

Schale der Limette mit einem Zestenreißer abschälen, den Saft auspressen. Ingwer, Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln, den Ingwer fein reiben. Limettensaft, Limettenschale, Ingwer, Schalotten, Knoblauch und Ahornsirup in einer Schüssel mischen. Mit etwas Salz würzen.

Heilbuttfilet in dünnen Scheiben von der Haut schneiden und auf einer Platte auslegen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Marinade über dem Fisch verteilen. Koriander abbrausen, trocken schütteln und grob zupfen. Koriander auf dem Fisch verteilen. Salatblätter und die Kirschtomaten auf dem Fisch anrichten. Die Currygrissini darauf verteilen und servieren.



## **1. Hauptgang: Muschelpasta von Johann Lafer**

### **Zutaten für vier Portionen**

#### *Für die Muscheln:*

2 kg	gemischte Muscheln (Herz-, Mies-, Venusmuscheln, o. ä.)
2	Schalotten
2	Knoblauchzehen
2 EL	Olivenöl
1 EL	Tomatenmark
200 ml	Weißwein

#### *Für die Pasta:*

2	Schalotten
1	Knoblauchzehe
20 g	Butter
250 g	Spaghettini
1	Chilischote
750 ml	heißer Geflügelfond
500 g	Strauchtomaten
½ Bund	Petersilie
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
	Chili aus der Mühle

### **Zubereitung**

Muscheln gründlich in kaltem Wasser waschen, die Bärte entfernen, beschädigte und geöffnete Muscheln entfernen. Schalotten und Knoblauch schälen und grob würfeln. Olivenöl in einem großen Bräter erhitzen, Schalotten, Knoblauch und die Muscheln darin anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen, Tomatenmark zugeben und die Muscheln bei geschlossenem Deckel etwa zehn Minuten garen. Dabei immer wieder den Topf rütteln, damit sich die Muscheln gut öffnen können. Anschließend Muscheln in einem Sieb abseihen, den Sud dabei auffangen. Noch geschlossene Muscheln aussortieren.

Schalotten und Knoblauch schälen und klein würfeln. Butter in einem ovalen Bräter schmelzen, Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen. Spaghettini und Chilischote zugeben und darin wenden. Mit Geflügelfond auffüllen ablöschen, so dass die Nudeln gerade bedeckt sind. Unter gelegentlichem Rühren garen, bis die Brühe von den Spaghettini aufgesogen wurde. Nun nach und nach Brühe angießen und einkochen lassen, bis die Nudeln al dente gegart sind. Muschelsud zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten waschen, Blütenansatz entfernen und die Haut kreuzweise einritzen. Tomaten in reichlich kochendem Wasser einige Sekunden blanchieren, herausheben, in Eiswasser abschrecken und häuten. Tomaten vierteln, entkernen und die Filets in Würfel schneiden. Muscheln, Tomatenwürfel und gehackte Petersilie zu den Spaghettini geben. Alles mit Salz, Pfeffer und Chili würzen. Eine bis zwei Minuten köcheln lassen und servieren.



## **2. Hauptgang: Schweinefilet mit Cashewkruste auf Wirsing-Kartoffelgemüse von Horst Lichter**

### **Zutaten für vier Portionen**

#### *Für die Schweinefilets:*

4	Schweinefilet-Medaillons
1 EL	Olivenöl
1 Scheibe	Toast
2 EL	Cashewkerne
30 g	zimmerwarme Butter
200 ml	Kalbsfond
150 ml	Sahne
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle

#### *Für das Wirsing-Kartoffelgemüse:*

1	Wirsingkopf (ca. 700 g)
400 g	Kartoffeln, vorwiegend festkochend
20 g	Butter
200 ml	Gemüsebrühe
1/2 TL	gemahlener Kümmel
1/2 Bund	Petersilie
	Muskatnuss
	Salz

### **Zubereitung**

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Die Schweinefilets mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Filets darin von beiden Seiten anbraten. Für die Kruste Toast grob würfeln und in einer Küchenmaschine fein mahlen. Cashewkerne grob hacken. Toast, Cashews und Butter in einer Schüssel verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und auf die Schweinefilets streichen. Filets in eine Auflaufform geben und im vorgeheizten Backofen zehn Minuten garen, anschließend fünf Minuten ruhen lassen. Den Bratensatz in der Pfanne mit dem Kalbsfond und der Sahne aufkochen. Die Sauce sämig einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Danach den Wirsing putzen, waschen und in Streifen schneiden. Kartoffeln waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Butter in einem großen Topf schmelzen, Wirsing und Kartoffeln darin anschwitzen. Gemüsebrühe angießen, mit Salz, Kümmel und Muskatnuss würzen. Hitze reduzieren und das Gemüse einige Minuten weichgaren. Anschließend die Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein hacken. Petersilie unter das Gemüse rühren. Wirsing-Kartoffel-Gemüse auf Teller verteilen, Sauce und die Schweinefilets dazu legen.



**Dessert:      *Schwarzwaldbecher von Horst Lichter***

**Zutaten für vier Portionen**

*Für den Schwarzwaldbecher:*

1 Glas	Sauerkirschen
150 g	Gelierzucker, 2:1
½	Zitrone
8	Schokocookies
4 cl	Espresso
2 cl	brauner Rum
150 g	Schlagsahne
1 EL	Puderzucker
3 EL	Schokostreusel

*Zum Anrichten:*

Minze

**Zubereitung**

Die Sauerkirschen in einem Sieb abtropfen lassen, den Saft dabei auffangen. 300 Milliliter Saft abmessen (eventuell mit extra Kirschsafte oder Rotwein auffüllen). Danach die halbe Zitrone auspressen. Den Kirschsafte mit dem Gelierzucker und Zitronensaft in einem Topf verrühren und aufkochen. Unter Rühren drei Minuten kochen lassen, Kirschen untermischen und in eine Schüssel füllen. Abkühlen lassen.

Danach die Schokocookies grob zerbrechen und in Dessertgläser verteilen. Espresso mit dem Rum verrühren und die Cookies damit tränken. Beiseite stellen und durchziehen lassen.

Die Sahne mit dem Puderzucker steif schlagen. Schokoraspel unter die Sahne mischen.

Die Kirschen auf den getränkten Cookies verteilen und die Sahne darauf geben. Mit frischen Minzeblättern garnieren.