



| Lafer!Lichter!Lecker! – Menü am 1. Februar 2014 |

Vorspeise: *Omelett mit Pilzen und Feldsalat von Horst Lichter*

Zutaten für vier Portionen

Für das Omelett:

200 g	gemischte Pilze (Champignons, Austernpilze, Shiitake)
2	Schalotten
1	Knoblauchzehe
30 g	Butter
4	Eier
50 ml	Sahne
20 g	Butter
	Muskatnuss
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
	Butter, zum Einfetten für die Ringe

Für den Salat:

150 g	Feldsalat
1 Bund	Radieschen
20 g	Walnusskerne
4 EL	Weißweinessig
2 EL	Walnussöl
2 EL	Rapsöl
1-2 TL	Honig

Zubereitung

Die Pilze putzen und grob würfeln. Schalotten und Knoblauch schälen und klein würfeln. 30 Gramm Butter in einer Pfanne erhitzen und Schalotten, Knoblauch und Pilze darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend die Pilzmischung in eine Schüssel geben.

Vier Portionsringe (beispielsweise Ringe für Spiegeleier) mit Butter ausfetten.

Die Eier mit der Sahne in einen Mixbecher geben und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. 20 Gramm Butter in einer beschichteten Pfanne schmelzen und die gefetteten Ringe hineinsetzen. Die Pilzmischung auf die vier Ringe verteilen und die Eimischung darauf verteilen. Bei mittlerer Hitze etwa fünf Minuten garen.

Für den Salat den Feldsalat putzen, waschen und trocken schleudern. Die Radieschen putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Die Walnusskerne kleinhacken und in einer Pfanne ohne Fett zwei Minuten rösten. Zusammen mit Weißweinessig, Salz, Pfeffer, Honig und den beiden Ölsorten verrühren. Nun den Feldsalat und die Radieschen mit dem Dressing marinieren.

Die Omeletts aus den Ringen lösen und mit dem Salat auf Tellern anrichten.



1. Hauptgang: *Kabeljau-Geschnetzeltes mit Paprikareis von Horst Lichter*

Zutaten für vier Portionen

Für den Kabeljau:

600 g	Kabeljaufilet, ohne Haut und Gräten
1	Zwiebel
2 EL	Olivenöl
2 Zweige	Thymian
1 Zweig	Rosmarin
3 cl	Wermut
100 ml	Fischfond
150 ml	Sahne
1 TL	Speisestärke
	Salz, Pfeffer aus der Gewürzmühle

Für den Reis:

150 g	Basmatireis
1	rote Paprika
1	gelbe Paprika
2 EL	Olivenöl
2 EL	Ajvar (Würzpaste aus Paprika)
	Zucker
	Kerbel, zum Garnieren

Zubereitung

Den Kabeljau waschen, trockentupfen und in grobe Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und in Spalten schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Kabeljau sowie die Zwiebeln darin kräftig anbraten. Die Thymianblättchen und Rosmarinnadeln abzupfen, zugeben und alles mit Salz und Pfeffer würzen.

Nun mit Wermut ablöschen, Fischfond und Sahne angießen und bei mittlerer Hitze zwei bis drei Minuten köcheln lassen. Die Speisestärke mit zwei Esslöffeln Wasser anrühren und die Sauce danach damit leicht binden. Nach Bedarf nochmals abschmecken.

Den Basmatireis mit 200 Milliliter Wasser und etwas Salz in einem Topf zum Kochen bringen und bei kleinster Hitze und geschlossenem Deckel etwa 15 bis 18 Minuten ausquellen lassen.

Die beiden Paprikaschoten waschen, putzen und klein würfeln. Die Paprikawürfel in einer Pfanne im heißen Öl anbraten und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Zusammen mit dem Ajvar unter den Reis mischen.

Den Reis mit dem Geschnetzelten anrichten und mit frischem Kerbel garnieren.



2. Hauptgang: Coq au Riesling mit knuspriger Pastinake von Johann Lafer

Zutaten für vier Portionen

Für das Coq au Riesling:

4	Maishähnchenkeulen
2 EL	Pflanzenöl
200 g	Schalotten
100 g	Shiitake-Pilze
4	Knoblauchzehen
2 Zweige	Thymian
1 Zweig	Rosmarin
200 ml	trockener Riesling
300 ml	Geflügelfond
25 g	Butter
100 g	Möhren
50 g	Zuckerschoten
50 g	Lauch
50 g	Butter
	Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
	wenig angerührte Speisestärke

Für die knusprige Pastinake:

1	Pastinake oder Petersilienwurzel
	Pflanzenfett, zum Ausbacken
	Salz
8 Zweige	Kerbel, zum Garnieren

Zubereitung

Die Hähnchenkeulen halbieren, mit Salz und Pfeffer würzen und in heißem Öl auf beiden Seiten anbraten. Die Schalotten schälen und in feine Streifen schneiden. Danach zu den Hähnchenkeulen geben und kurz mitbraten lassen. Den Knoblauch schälen, andrücken und zusammen mit den Thymian- und Rosmarinzweigen zugeben. Die Pilze putzen, klein schneiden und ebenfalls zugeben. Das Ganze mit Riesling ablöschen, mit dem Geflügelfond aufgießen und bei schwacher Hitze (circa 120 Grad bis 140 Grad) 20 Minuten zugedeckt köcheln lassen.

Die Hühnerkeulen herausnehmen und die Sauce durch ein feines Sieb passieren. Die Sauce auf ein Drittel reduzieren lassen. Mit etwas Speisestärke binden und 25 Gramm Butter mit einem Stabmixer unter die Sauce mixen.

Sämtliches Gemüse waschen, putzen und in feine Streifen schneiden. Dann das Gemüse kurz in Salzwasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. 50 Gramm Butter in einem Topf schmelzen. Die Gemüsestreifen darin anschwanken und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Pastinake schälen und den Strunk entfernen. Danach mithilfe einer feinen Reibe die Pastinake der Länge nach in hauchdünne Scheiben schneiden. Im erhitzten Pflanzenfett bei circa 140 Grad bis 160 Grad langsam knusprig backen. Zum Schluss herausnehmen, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit Salz würzen.

Das Gemüse auf Teller anrichten, die Hähnchenteile darauf verteilen, mit der aufgeschäumten Sauce beträufeln und mit den Pastinaken-Chips vollenden.



Dessert: Süße Kartoffelklößchen mit Macadamianuss-Schmelze und Kumquats-Ragout von Johann Lafer

Zutaten für vier Portionen

Für die süßen Kartoffelklößchen:

500 g	große mehlig kochende Kartoffeln
100 g	grobes Meersalz
45 g	Speisestärke
10 g	Puderzucker
1	Eigelb (Größe M)
1 Ltr.	Wasser
200 g	Zucker

Für die Macadamianuss-Schmelze:

100 g	Macadamianüsse
30 g	Zucker
20 ml	Pernod
75 g	Butter
25 g	Semmelbrösel

Für die Kumquats:

200 g	Kumquats
50 g	Zucker
200 ml	Weißwein
1 EL	angerührte Speisestärke
½ TL	Zimtpulver
½	Vanilleschote (Vanille de Tahiti)

Zum Anrichten:

	wenig Puderzucker
50 g	geschlagene Sahne
2 EL	Eierlikör

Zubereitung

Die Kartoffeln waschen und gründlich trockentupfen. Das Meersalz auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech streuen und die Kartoffeln darauf legen. Im Backofen nun bei 200 Grad Ober-/Unterhitze für circa eine Stunde garen. Die fertig gegarten Kartoffeln quer halbieren und mit der Schnittseite durch die Kartoffelpresse drücken. Somit bleibt die Schale in der Presse.

Nun den Kartoffelschnee mit Stärke, Puderzucker und dem Eigelb vermengen und mit wenig Salz würzen. Danach aus der Kartoffelmasse circa zwölf kleine gleichgroße Kugeln formen. Das Wasser mit dem Zucker zum Kochen bringen und die Klößchen darin für circa drei bis vier Minuten kochen lassen, danach weitere vier bis fünf Minuten mit reduzierter Hitze ziehen lassen.

Die Nüsse ohne Fett im Backofen bei 180 Grad vier bis fünf Minuten auf Sicht rösten. Danach leicht auskühlen lassen und fein zermahlen. Die Butter in der Pfanne schmelzen und die Brösel sowie den Zucker und die Nüsse zugeben. Anschließend die Knödel darin wälzen.



Die Kumquats in kochendem Wasser ein bis zwei Minuten blanchieren und danach in eiskaltem Wasser herunter kühlen. So lösen sich die Bitterstoffe aus der Schale. Anschließend die Früchte vierteln, dabei mögliche Kerne aussparen.

Den Zucker in einem Topf hell karamellisieren und mit Weißwein ablöschen. Die Kumquats zugeben, darin aufkochen und für zwei bis drei Minuten ziehen lassen. Danach mit wenig angerührter Stärke binden. Die halbe Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark auskratzen. Die Kumquats mit Zimt und Vanillemark verfeinern.

Das Kumquatsragout mittig auf die Teller platzieren und jeweils drei kleine Knödel darauf setzen. Die Sahne zusammen mit dem Eierlikör vermengen und über die Knödel geben. Mit Reichlich Schmelze und etwas Puderzucker vollenden.