

| Lanz kocht - Das Menü am 01. Juni 2012 | „EM-Favoriten“

Vorspeise: *Gazpacho mit gefülltem Seeteufel von Alfons Schuhbeck*

Zutaten für vier Personen

Gazpacho:

1	Salatgurke, klein
2 Schoten	Paprika, rot
3 – 4	Tomaten
100 ml	Gemüsebrühe
1 Zehe	Knoblauch
1 Scheibe	Ingwer
5 Fäden	Safran
1 Scheibe	Toastbrot
1 EL	Rotweinessig
4 EL	Olivenöl, mild
0,5	Orange, unbehandelt
	Chilipulver, mild
	Vanillezucker
	Salz



Croutons:

2 Scheiben	Toastbrot
40 g	Butter

Seeteufel:

100 g	Seeteufelfilet, küchenfertig
4	Tomatenfilets, getrocknet, eingelegt
1 – 2 TL	Olivenöl zum Braten
	Salz
	Öl zum Klopfen

Anrichten:

Basilikumblättchen

Zubereitung

Gazpacho:

Die Salatgurke schälen und längs halbieren. Die Kerne mit einem Löffel entfernen. Die Paprikaschoten längs halbieren, entkernen und schälen. Die Tomaten entstrunken, über Kreuz einritzen, 20 Sekunden in kochendes Wasser tauchen, kalt abschrecken, enthäuten, vierteln und entkernen.

Die Tomatenkerne mit der Brühe in einen kleinen Topf geben, leicht erwärmen. Den Topf vom Herd nehmen. Den Knoblauch schälen, halbieren und mit dem Ingwer fünf Minuten in der Brühe ziehen lassen. Die Brühe durch ein Sieb in eine Schüssel streichen. Anschließend den Safran hinein geben.

Von allen Gemüsesorten so viel in kleine Würfel schneiden, dass sich jeweils ein bis zwei Esslöffel davon ergeben. Das restliche Gemüse grob zerkleinern, das Toastbrot entrinden und in Würfel schneiden. Gemüsestücke und Toastbrotwürfel mit 200 Milliliter kaltem Wasser, der Tomatenbrühe und dem Essig im Küchenmixer fein pürieren. Unter weiterem Mixen das Olivenöl hinzufügen und je nach Konsistenz noch etwas Wasser untermixen. Mit Salz, einer Prise Chilipulver und einer Prise Vanillezucker würzen. Nach Belieben noch ein wenig gehackten Knoblauch und etwa eine Messerspitze Orangenabrieb dazugeben.

Croutons:

Das Toastbrot entrinden und in kleine Würfel schneiden. In der Butter bei milder Hitze goldbraun anbraten, auf einem Sieb abgießen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.

Seeteufel:

Das Seeteufelfilet in dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben zwischen zwei Blättern geölter Klarsichtfolie noch etwas dünner klopfen.

Für die Fülle die getrockneten Tomaten möglichst klein schneiden.

Die Seeteufelscheiben minimal mit Salz bestreuen. In die Mitte der Seeteufelscheiben je einen halben bis einen Teelöffel Tomaten setzen, die Scheiben darüber zusammenlegen und die Ränder aneinander drücken. In einer Pfanne im Olivenöl von beiden Seiten anbraten und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Anrichten:

Die Gazpacho in Suppentassen oder Suppenschälchen verteilen. Den gefüllten Seeteufel hinein legen und mit Croûtons bestreuen.

Idee: Alfons Schuhbeck

Zwischengang: Kalmar gebacken mit confierten Tomaten von Johannes King

Zutaten für vier Personen

4 Kalmare, à 700 g

Gebackener Kalmar:

100 g Panko
1 Ei
Erdnussöl
Salz

Sautierter Kalmar:

50 g Butter
1 Zweig Thymian
0,5 Limone
Meersalz
Pfeffer aus der Mühle, weiß

Kräuterpüree:

80 g Brunnenkresse
50 g Rauke, scharf
50 g Spinatsalat

Tinte:

Kalmartinte
Sonnenblumenöl
Zitronensaft
Pfeffer
Salz

Kirschtomaten:

80 g Olivenöl
30 Kirschtomaten, klein, vollreif
350 g Tomatensaft
3 Zehen Knoblauch
2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian
1,5 EL Korianderkörner
1 EL Senfkörner
1 Lorbeerblatt
2 – 4 Schoten Chili, klein, frisch
2 EL Ingwer
Tabasco
Zitronenpfeffer (Sancho)
Pfeffer aus der Mühle, schwarz
Meersalz



Zubereitung

Die Kalmare und Tentakel voneinander trennen. Die Innereien und das Schwert aus den Tuben entfernen, diese gut waschen. Die Tentakel vom „Gebiss und Auge“ befreien und an den Saugnäpfen die knorpeligen Teilchen entfernen.

Gebackener Kalmar:

Die Tentakel leicht salzen. Zuerst in Eiweiß und dann in Panko panieren. In 180 Grad heißem Erdnussöl ausbacken.

Sautierter Kalmar:

Die andere Hälfte der Tuben und einige Tentakel mit Thymian in der Butter kurz und heiß sautieren. Mit einem Spritzer Limonensaft, Salz und Pfeffer würzen.

Kräuterpüree:

Kresse, Rauke und Spinatsalat blanchieren und sofort abschrecken. In einem kräftigen Küchenmixer fein pürieren und eventuell noch durch ein Sieb streichen.

Tinte:

Drei Teile Tinte mit einem Teil Sonnenblumenöl aufmixen. Mit etwas Salz, Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.

Kirschtomaten:

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Kirschtomaten dazugeben und kurz anbraten, so dass diese ganz leicht aufplatzen. Mit dem Olivenöl zusammen in eine Schüssel geben und zur Seite stellen. Jetzt den Tomatensaft aufkochen und die geschälten Knoblauchzehen, Rosmarin, Thymian, Korianderkörner, Senfkörner, Lorbeerblatt, Chili, Ingwer, Tabasco und jeweils eine Prise Zitronenpfeffer, Pfeffer und Salz dazugeben. Das Ganze etwa 20 Minuten leicht köcheln lassen und pikant abschmecken. Diese Marinade soll pikant, aber nicht zu scharf sein. Süße und Schärfe sollen gut ausgewogen sein. Alles durch ein feines Sieb passieren, dann die Kirschtomaten mit dem Olivenöl dazugeben und alles zusammen nochmals aufkochen. Mindestens zwei Tage durchziehen lassen.

Anrichten

Kräuterpüree und Tinte in langen Streifen auf den Teller geben. Die verschiedenen Kalmarzubereitungen darauf anrichten und mit der Bratbutter beträufeln und die confierten Tomaten dazwischen legen.

Tipp:

Diese pikanten Tomaten lassen sich sehr gut auf Vorrat herstellen und halten mindestens acht bis zehn Tage.

Idee: Johannes King

1. Hauptgang: *Fischauflauf – very british! von Horst Lichter*

Zutaten für vier Personen

Auflauf:

750 g	Kartoffeln, mehlig kochend
500 g	Blattspinat
4	Eier
2	Zwiebeln
30 g	Butter
250 g	Crème double
250 g	Cheddarkäse
1 – 1,5 EL	Senf, scharf
0,5	Zitrone, unbehandelt
500 g	Fischfilet, frisch (Rotbarsch oder Seelachs)
100 g	Fisch, geräuchert (Makrelenfilet oder Schillerlocken)
80 ml	Sahne
2 – 3 EL	Olivenöl
2 EL	Semmelbrösel
	Pfeffer aus der Mühle
	Muskatnuss
	Salz



Salat:

1	Kopfsalat
4 EL	Weißweinessig
1 – 2 TL	Honig
1 – 2 TL	Senf
1 Bund	Kräuter, gemischt
8 EL	Olivenöl
1	Frühlingszwiebel
	Pfeffer aus der Mühle
	Salz

Zubereitung

Den Backofen auf 220 bis 230 Grad vorheizen.

Auflauf:

Die Kartoffeln in Stücke schneiden und in Salzwasser gar kochen. Den Blattspinat in einem Topf kurz zusammenfallen lassen, auf einem Sieb gut abtropfen lassen und danach gut ausdrücken. Die hart gekochten Eier pellen und vierteln.

Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Die Butter in einem Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten, mit Crème double aufgießen und kurz zum Kochen bringen. Vom Herd nehmen. Den geriebenen Cheddarkäse und Senf einrühren und mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen.

Die Fischfilets abbrausen und in Streifen oder Stücke schneiden. Den geräucherten Fisch ebenfalls zerkleinern. Die ofenfesten Formen mit Butter ausfetten. Den Fisch mit Spinat und Eiern darin verteilen, mit Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer würzen. Dann die Soße darüber verteilen. Die Kartoffeln abgießen und mit Sahne und Olivenöl zu Püree zerstampfen. Mit Salz, Pfeffer und frisch geriebener Muskatnuss würzen. Das



Kartoffelpüree auf die übrigen Zutaten geben und glatt streichen. Mit Semmelbröseln bestreuen und für etwa 20 bis 25 Minuten in den Backofen geben.

Salat:

Den Kopfsalat putzen, abbrausen und trocken schleudern. Für die Vinaigrette den Essig mit Honig und Senf verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fein gehackte Kräuter waschen, trocken schütteln und fein hacken, untermischen. Unter Rühren das Öl einfließen lassen. Das Dressing über den Salat geben, vorsichtig mit der in Röllchen geschnittenen Frühlingszwiebel vermengen und separat zum Fischauflauf servieren.

Idee: Horst Lichter

2. Hauptgang: Grillteller von Alexander Herrmann

Zutaten für vier Personen

400 g	Roastbeef, fertig pariert
0,5 TL	Pfeffer, geschrotet
8	Riesengarnelen, nur Schwänze
1 TL	Curry, kräftig
2 Zehen	Knoblauch
2	Hähnchenbrüste, ohne Haut und Knochen
400 g	Schweinefilet, fertig pariert
2 Schoten	Paprika, rot
4 Zweige	Rosmarin, dick
60 ml	Olivenöl
0,5 Bund	Thymian
3	Tomaten
1 TL	Cayennepfeffer
1	Zitrone
1 Zweig	Basilikum
200 g	Joghurt
1	Limone, unbehandelt
0,5	Kopfsalat
	Olivenöl
	Fleur de Sel



Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Das Roastbeef würzen und von allen Seiten angrillen. In Klarsichtfolie wickeln und 45 Minuten im vorgeheizten Backofen rosa garen. Anschließend aus der Folie wickeln, erneut kurz angrillen, in Tranchen schneiden und mit Fleur de Sel und geschrotetem Pfeffer bestreuen.

Die Garnelen putzen. Mit Curry, Salz und einer Knoblauchzehe marinieren. Die Hähnchenbrüste halbieren, eine Tasche hinein schneiden und mit den Garnelen spicken. Das Fleisch würzen, auf dem Grill garen gegebenenfalls noch im vorgeheizten Backofen fertig garen.

Die Schweinefilets in Medaillons scheiden. Die Paprika schälen und in Stücke schneiden. Beides abwechselnd auf die Rosmarinzeige stecken, würzen und auf dem Grill garen. Das Olivenöl mit Thymian und einer Knoblauchzehe kurz erwärmen und auf das Fleisch träufeln.

Die Tomaten in Würfel schneiden und mit Cayennepfeffer, Salz, Zitronensaft, gehacktem Basilikum und Olivenöl marinieren.

Den Joghurt mit Salz, Limonensaft und Abrieb schaumig aufmixen und über den geputzten Kopfsalat träufeln.

Idee: Alexander Herrmann

Dessert: *Eckball von Nelson Müller*

Zutaten für vier Personen

Mousse au Chocolat:

2	Eier
0,5 Schote	Vanille
240 g	Kuvertüre, weiß
1,5 – 2 Blatt	Gelatine
2 cl	Orangenlikör
350 g	Sahne

Sablé:

130 g	Butter
100 g	Puderzucker
50 g	Eigelb
240 g	Mehl
12 g	Kakao

Maltodextrin:

1 Schote	Vanille
270 ml	Öl
50 g	Zucker
105 g	Maltosec

Hippengebäck:

2	Eier
60 g	Zucker
60 g	Butter, zerlassen
60 g	Mehl
0,5	Zitrone, unbehandelt
0,5	Orange, unbehandelt
	Vanille
	Salz

Eis:

400 ml	Milch
600 ml	Sahne
230 g	Zucker
260 g	Eigelb
200 – 300 g	Kuvertüre, dunkel

Dekoration:

Honey Cress
Lemon Cress
Atsina Cress



Zubereitung

Mousse au Chocolat:

Ein Ei mit einem Eigelb und dem Mark der Vanilleschote steif schlagen und kalt stellen. Im Wasserbad die Kuvertüre zergehen lassen. Die Gelatine einweichen, in Orangenlikör auflösen und zu der Eimasse geben,

dann das Ganze passieren. Jetzt die Eimasse zu der Kuvertürenmilch geben und in kaltem Wasserbad kalt schlagen. Wenn die Masse abgekühlt ist, nach und nach die steif geschlagene Sahne unterheben. In eine Form oder den vorgesehenen Teller geben, abdecken und bis zum Anrichten kalt stellen.

Den Backofen auf 165 Grad vorheizen.

Sablé:

Butter, Puderzucker, Eigelb, Mehl und Kakao gut miteinander vermischen und anschließend auf einem Blech ausrollen. Dieses im vorgeheizten Backofen circa acht bis zehn Minuten backen. Die Masse anschließend auskühlen lassen und bröseln.

Maltodextrin:

Die Vanilleschote auskratzen und mit dem Öl und dem Zucker vermischen. Anschließend das Maltosec hinzu geben.

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Hippengebäck:

Für die Hippenflagge Eier, Zucker, Butter, Mehl, Abrieb der Zitrone und Orange und jeweils etwas Vanille und Salz miteinander verrühren und für zehn Minuten kalt stellen. Den Teig auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech dünn in gewünschter Form auftragen. Im vorgeheizten Backofen backen, bis die Hippen goldgelb sind.

Eis:

Die Milch und die Sahne in einen Topf geben und aufkochen. Den Zucker so lange mit der Milch und Sahne verrühren, bis er sich aufgelöst hat. Jetzt das Eigelb unterrühren und anschließend die gesamte Masse in die Eismaschine geben. Die Kuvertüre auflösen und kurz bevor die Eismasse fertig gefroren ist, die flüssige Kuvertüre in die Masse hineinlaufen lassen.

Dekoration:

Das weiße Mousse in tiefe Teller füllen, darauf die Sablé-Brösel geben. Die verschiedenen Kresse-Sorten dicht auf das Schokoladenbeet „pflanzen“. Jetzt mithilfe eines Lineals eine Maltodextrin-„Eckmarkierung“ auf den Teller streuen. Die Hippenflagge einsetzen und eine Nocke Eis als Eckball dazugeben.

Idee: Nelson Müller