

## | Lanz kocht - Das Menü am 03. Dezember 2010 | „Mein Lieblingsgericht“

**Vorspeise:** *Beef Tatar auf Graubrot mit Senfcrème  
von Johann Lafer*

### Zutaten für vier Personen

700 g	Rinderfilet, ohne Sehnen
1 TL	Zucker
0,5 TL	Paprikapulver, edelsüß
1 TL	Tomatenketchup
4	Sardellenfilets
2 EL	Kapern
8	Cornichons
0,5 Bund	Petersilie, glatt
3	Schalotten
1 EL	Dijon-Senf
2	Eier, sehr frisch, BIO
50 g	Butter
4 Scheiben	Bauernbrot, kräftig
2 Zweige	Thymian
2 Zweige	Rosmarin
2 Zehen	Knoblauch
150 g	Crème fraîche
1 EL	Senf mit Honig, mild
0,5	Zitrone
1 Bund	Schnittlauch
150 g	Feldsalat
20 ml	Weißweinessig
40 ml	Kürbiskernöl
1	Metallring
	Öl für den Ring
	Malabar-Pfeffer aus der Mühle, weiß
	Salz



### Zubereitung

Das Rinderfilet mit einem scharfen Messer in kleine Würfel schneiden. Das Fleisch in eine gekühlte Schüssel geben, mit Zucker, einem halben Teelöffel Salz, Paprikapulver und Tomatenketchup würzen. Mit einem Kochlöffel alles gut vermischen und abgedeckt im Kühlschrank zehn Minuten durchziehen lassen. Sardellenfilets, Kapern und Cornichons fein hacken. Petersilie abbrausen, trocken schütteln, Blätter fein hacken. Schalotten schälen, fein würfeln, einige Sekunden in kochendem Wasser blanchieren, durch ein Sieb gießen und abkühlen lassen. Das Rinderfilet mit einem großen, scharfen Küchenmesser fein hacken. Das fein gehackte Fleisch in die Schüssel zurück geben, mit Senf, zwei Eigelben, Schalotten, Kapern, Sardellen, Cornichons und Petersilie mischen. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Tipp:** Das Tatar können Sie auch noch mit Tabasco, Worcestersoße oder Cognac würzen.

Butter in einer Pfanne schmelzen, Brotscheiben darin von beiden Seiten, zusammen mit dem Kräuterzweigen und halbierten, ungeschälten Knoblauchzehen, goldbraun braten. Crème fraîche mit dem Senf verrühren, mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen.

Einen Metallring innen leicht einölen, mit dem Tatar befüllen, bis etwa einen halben Zentimeter unterhalb des Randes. Senfcrème darauf geben und glatt streichen. Den Ring abziehen. So fortfahren, bis vier gleich große Tatarküchlein entstanden sind. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und auf die Senfcrème streuen. Die gerösteten Brotscheiben auf Tellern verteilen, das Tatar darauf anrichten. Feldsalat mit Salz, Pfeffer, Weißweinessig und Kürbiskernöl marinieren und um das Tatar verteilen.

**Idee: Johann Lafer**

## **Zwischengang: Pasta e Fagoli mit Vongole von Cornelia Poletto**

### **Zutaten für vier Personen**

#### *Pasta:*

500 g Nudeln, kurze (z. B. Ditali)  
Salz

#### *Venusmuscheln:*

500 g Venusmuscheln, ersatzweise  
Miesmuscheln  
2 Zehen Knoblauch  
2 Schalotten  
2 EL Olivenöl  
100 ml Weißwein  
1 Peperoncini  
1 Zweig Thymian

#### *Bohnen:*

250 g Borlottibohnen  
2 Schalotten  
0,5 Zehe Knoblauch  
800 ml Geflügelfond  
2 EL Olivenöl  
1 Zweig Rosmarin  
1 Zweig Thymian  
2 Zehen Knoblauch, jung  
16 Salbeiblätter  
16 Rosmarinnadeln  
Pfeffer aus der Mühle  
Salz



### **Zubereitung**

#### *Pasta:*

Die Pasta in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen.

#### *Venusmuscheln:*

Die Venusmuscheln mit der Peperoncini in kaltes Wasser geben und durchwalken. Das Wasser immer wieder wechseln, bis der letzte Sand heraus gewaschen ist. Die Knoblauchzehen abziehen und fein schneiden. Die Schalotten schälen und grob würfeln. Einen Topf erhitzen, das Olivenöl, die abgetropften Muscheln, Schalotten, Knoblauch und Thymian hinein geben. Mit einem Holzlöffel durchrühren und mit dem Weißwein ablöschen. Mit einem Topfdeckel verschließen und zugedeckt circa fünf Minuten garen. Gelegentlich umrühren, bis sich alle Muscheln geöffnet haben. Die Muscheln durch ein Sieb abgießen (geschlossene Muscheln wegwerfen), den Sud auffangen und leicht einkochen lassen.

#### *Bohnen:*

Die Bohnen über Nacht in Wasser mit zwei zerdrückten Knoblauchzehen, Rosmarin und Thymianzweigen einweichen lassen. Am nächsten Tag die Bohnen durch ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Schalotten und Knoblauch würfeln und in einem Topf in Olivenöl glasig anschwitzen, die Bohnen und Kräuterzweige dazugeben, durchschwenken und mit dem Geflügelfond und Olivenöl aufgießen. Die Bohnen aufkochen lassen, die Hitze reduzieren und „al dente“ köcheln lassen. Vier große Esslöffel Bohnen herausnehmen und

die restlichen weich garen. Die Kräuterzweige herausnehmen, die weich gegarten Bohnen fein pürieren und durch ein feines Spitzsieb passieren. Die Salbeiblätter und Rosmarinnadeln in Olivenöl frittieren.

In der Zwischenzeit das Bohnenpüree in einer Pfanne erhitzen, die Venusmuscheln mit etwas Muschelfond dazugeben. Die Pasta durch ein Sieb abgießen und direkt in das Bohnen- Muschelpüree geben. Sollte das Püree zu dick sein, nochmals Muschelfond und Olivenöl angießen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf vier vorgewärmten Tellern anrichten. Mit den frittierten Kräutern ausgarnieren.

**Idee: Cornelia Poletto**

**1. Hauptgang:     *Dreierlei von der Blutwurst auf Linsensalat  
von Nelson Müller***

**Zutaten für vier Personen**

*Muffins:*

50 g	Butter
50 g	Blutwurst
1	Ei
20 g	Mehl
1	Apfel
	Salz
	Pfeffer

*Strudel:*

50 g	Blutwurst
20 g	Butter
	Strudelteig

*Gebratene Blutwurst:*

50 g	Blutwurst
	Mehl
	Öl

*Linsensalat:*

100 g	Beluga-Linsen
100 g	Linsen, rot
500 ml	Gemüsefond
50 g	Möhre
50 g	Sellerie
50 g	Lauch
4 EL	Tomatensoße
4 EL	Jus
	Balsamico
	Ketchup
	Schnittlauch
	Koriandersaat
	Salz
	Pfeffer

*Kartoffelespuma:*

400 g	Kartoffeln
80 g	Speck
1	Zwiebel
1	Apfel, klein
1 Stange	Lauch nur das weiße
50 g	Butter
1 l	Kalbsfond
200 g	Sahne
10 g	Agar Agar
1	Espumaflasche



Salz  
Pfeffer  
Muskatnuss

*Deko:*

1 Kartoffel, groß

## **Zubereitung**

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

*Muffins:*

Die Butter schmelzen lassen. Das Ei und die klein gehackte Blutwurst mit der Butter verrühren. Danach das Mehl unterheben. Den Apfel in kleine Würfel schneiden und zur Masse geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. In Muffin-Förmchen füllen und im vorgeheizten Backofen zehn Minuten backen.

*Strudel:*

Die Blutwurst in vier gleichmäßige Streifen schneiden. Den Strudelteig in circa fünf mal acht Zentimeter große Rechtecke schneiden. Mit Butter bepinseln, die Blutwurststreifen auflegen und aufrollen. Im vorgeheizten Backofen zehn Minuten backen.

*Gebratene Blutwurst:*

Die Blutwurst in vier Scheiben schneiden, mehlieren und in einer Pfanne mit Öl braten.

*Linsensalat:*

Den Gemüsefond zum Kochen bringen, die Beluga-Linsen zugeben, 20 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen. Danach die roten Linsen zufügen und weitere zehn Minuten köcheln lassen. Die Linsen lauwarm abkühlen lassen, in ein Sieb schütten und darauf abtropfen lassen. In der Zwischenzeit Möhre, Sellerie und Lauch in feine Würfel schneiden. In Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Linsen, Gemüse, Tomatensoße, Jus und etwas Ketchup mischen und mit Salz, Pfeffer, Balsamico und Koriandersaat abschmecken. Zum Schluss Schnittlauchröllchen unterheben.

*Kartoffelespuma:*

Kartoffeln, Speck, Zwiebeln, Apfel und das Weiße der Lauchstange klein schneiden. In Butter hell anschwitzen und den Kalbsfond angießen. Die Suppe circa 15 Minuten köcheln lassen, danach die Sahne zugeben, pürieren und durch ein Sieb streichen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken und erkalten lassen. Agar Agar in einen Liter Suppe geben, aufkochen und in die Espumafflasche füllen.

Den Backofen auf 90 Grad vorheizen.

*Deko:*

Die Kartoffel schälen und in feinste Streifen schneiden. Auf eine Silikonmatte legen und mit einer zweiten Matte beschweren. Im vorgeheizten Backofen für eine Stunde trocknen.

## **2. Hauptgang: Chili-Fleischpflanzerl mit lauwarmem Kartoffel-Ingwer-Salat von Alfons Schuhbeck**

### **Zutaten für vier Personen**

#### *Eingelegter Ingwer:*

200 g	Ingwer
100 ml	Reisessig
130 g	Zucker
	Salz

#### *Pflanzerl:*

80 g	Toastbrot
100 ml	Milch
0,5	Zwiebel
1 EL	Öl
250 g	Kalbshackfleisch
250 g	Schweinehackfleisch
2	Eier
1 TL	Chiliflocken, mild
2 TL	Senf, scharf
0,5	Zitrone, unbehandelt
0,5	Orange, unbehandelt
1 TL	Majoran, getrocknet
1 EL	Petersilie, glatt
100 g	Weißbrotbrösel
	Öl zum Anbraten
	Pfeffer aus der Mühle
	Muskatnuss
	Salz

#### *Kartoffelsalat:*

1 kg	Kartoffeln, vorwiegend fest kochend
0,5 EL	Kümmel, ganz
1	Zwiebel, klein
400 ml	Geflügelbrühe
3 EL	Rotweinessig
1 EL	Senf, scharf
1 Prise	Chili, mild, gemahlen
1 Prise	Zucker
3 EL	Butter, gebräunt
1	Gurke
100 g	Ingwer, eingelegt, abgetropft



### **Zubereitung**

#### *Kartoffelsalat:*

Die Kartoffeln waschen und in Salzwasser mit dem Kümmel weich kochen. Das Wasser abgießen, die Kartoffeln möglichst heiß schälen, in dünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben.

Die Gurke in Scheiben hobeln. Den eingelegten Ingwer klein schneiden. Die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden, in einer Pfanne in etwas Wasser bei milder Hitze glasig anschwitzen, bis die Flüssigkeit verdampft

ist. Die Brühe erhitzen, mit Essig und Senf, verrühren, mit Salz, Chili und Zucker würzen und eine handvoll Kartoffeln hinein mixen. Nach und nach unter die Kartoffelscheiben mischen, bis die Flüssigkeit vollständig gebunden wird. Anschließend die gebräunte Butter mit Gurken und Ingwer hinein rühren.

*Eingelegter Ingwer:*

Den Ingwer schälen und auf dem Gemüsehobel in feine Scheiben schneiden. Die Scheiben mit 380 Milliliter Wasser, dem Reisessig, dem Zucker und eineinhalb Teelöffel Salz in einem Topf aufkochen, vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Zwei Esslöffel eingelegten Ingwer und ein bis zwei Esslöffel Ingwersud vermischen.

*Pflanzerl:*

Jeweils etwas Schale der Zitrone und der Orange abreiben. Die Petersilie grob hacken. Das Brot in Würfel schneiden und mit der Milch mischen. Die Zwiebel schälen, in Würfel schneiden und in einer Pfanne bei milder Hitze im Öl glasig anschwitzen. Die Eier mit Salz, Pfeffer, Muskat, Chiliflocken, Senf, Zitronen- und Orangenabrieb verquirlen.

Beide Hackfleischsorten mit dem eingeweichten Brot, den verquirlten Eiern, Majoran, Zwiebelwürfeln und Petersilie mischen.

Mit feuchten Händen kleine Fleischpflanzerl daraus formen, in Weißbrotbrösel wenden und in einer Pfanne bei mittlerer Hitze im Öl von beiden Seiten goldbraun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

*Anrichten:*

Den Kartoffelsalat auf lauwarmen Tellern anrichten und die Pflanzerl darauf legen.

**Idee: Alfons Schuhbeck**



**Dessert:** *Frankenwälder Kirscheis, Nougatstrudel und Mandel-Milch  
von Alexander Herrmann*

**Zutaten für vier Personen**

150 g	Kirschen, TK
3 cl	Kirschschnaps
100 ml	Sahne
2 EL	Puderzucker
0,1 l	Nougatwürfel
1 Päckchen	Strudelteig
1 EL	Butter, flüssig
100 g	Mandelblättchen
0,2 l	Milch
2 cl	Mandellikör
100 g	Schokoladenkekse



**Zubereitung**

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Die tiefgefrorenen Kirschen mit dem Kirschschnaps, Sahne und Puderzucker auffüllen und rasch zu einer cremigen Eiscreme mixen. Den Strudelteig ausbreiten, in Quadrate schneiden, mit flüssiger Butter bestreichen, die Nougatwürfel in die Mitte setzen und zu kleinen Säckchen zusammenformen. Im vorgeheizten Backofen circa acht bis neun Minuten knusprig braun backen.

Die Mandelblättchen in einer kleinen Pfanne hellbraun rösten, mit der Milch auffüllen, einmal aufkochen lassen, den Mandellikör hinzugeben und 15 Minuten ziehen lassen. Anschließend durch ein Sieb gießen und die Milch kurz vor dem Servieren schaumig, luftig aufmixen. Die Schokoladenkekse in einem Mixer zu kleinen Schokoladenbröseln zermahlen. Zum Anrichten auf den Schokoladenbröseln eine Nocke von dem Kirscheis setzen, die Nougatstrudel ansetzen und mit der schaumigen Mandelmilch beträufeln.

**Idee: Alexander Herrmann**