

| Lanz kocht - Das Menü am 29. Januar 2010 | „Omas Bestes“

Vorspeise: Münchner Graupensuppe mit gepökelter Kalbszunge von Alfons Schuhbeck

Zutaten für vier Personen

100 g	Perlgraupen
1,3 l	Geflügelbrühe
1	Zwiebel
1	Lorbeerblatt
1	Gewürznelke
0,5	Karotte
100 g	Zucchini
1	Frühlingszwiebel
150 g	Kalbszunge, gekocht, gepökelt
100 g	Bauchspeck, geräuchert
1 EL	Öl
1 TL	Korianderkörner
1	Zitrone, unbehandelt
1 Zehe	Knoblauch
1 Scheibe	Ingwer
1 EL	Petersilie
40 g	Butter, kalt
2 EL	Butter, braun
	Salz
	Chili, mild (gemahlen)
	Muskatnuss
	Kerbelblätter



Zubereitung

Die Graupen in kaltem Wasser bedeckt eine Stunde wässern lassen. Dann über einem Sieb abtropfen lassen. In einem Topf die Brühe aufkochen. Die Zwiebel schälen, mit dem Lorbeerblatt belegen und mit der Gewürznelke fest stecken. Die gespickte Zwiebel mit den Graupen in die Brühe geben und etwa 20 bis 30 Minuten kaum merklich köcheln lassen.

Inzwischen die Karotte schälen, die Zucchini und die Frühlingszwiebel putzen, waschen und alles in kleine Würfel schneiden. Den Bauchspeck in kleine Würfel schneiden. Die Kalbszunge in einen halben Zentimeter große Würfel schneiden und mit den Speckwürfeln im Öl kross braten und auf einem Sieb abtropfen lassen.

Die Korianderkörner in einer Pfanne bei milder Hitze rösten und in eine Mühle füllen. Die Schale der Zitrone abreiben. Die Gemüsewürfel mit der Kalbszunge am Ende der Garzeit in die Suppe rühren. Zitronenabrieb, halbierte Knoblauchzehe und Ingwer einlegen, einige Minuten darin ziehen lassen und wieder entfernen. Mit Salz, Chili, Muskatnuss und Koriander aus der Mühle würzen und den Speck mit der Petersilie hinein rühren, mit brauner Butter abschmecken.

Graupen auf einem Sieb abgießen (Sud auffangen), die Graupen in warmen Tellern anrichten. Die Butter in den Sud mixen und auf den Graupen verteilen, mit Kerbelblättern garnieren.

Zwischengang: Pustertaler Schlutzkrapfen von Markus Lanz

Zutaten für vier Personen

Teig:

150 g	Roggenmehl
100 g	Weizenmehl
1	Ei
50 – 60 ml	Wasser
1 EL	Öl
	Salz

Füllung:

50 g	Zwiebeln
150 g	Kartoffeln
1 EL	Butter
100 g	Quark
1 EL	Schnittlauchröllchen
	Muskatnuss
	Pfeffer aus der Mühle
	Chilisalz, mild
	Salz
50 g	Parmesan
	Butter, braun
	Schnittlauch



Zubereitung

Teig:

Beide Mehlsorten mit einer Prise Salz vermischen. Das Eigelb mit lauwarmem Wasser und dem Öl verquirlen und mit dem Mehl zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zugedeckt circa 30 Minuten ruhen lassen.

Füllung:

Die Kartoffeln in leicht gesalzenem Wasser kochen, ausdampfen, schälen und zerdrücken. Zwiebel schälen, fein schneiden und in der Butter dünsten. Die zerdrückten Kartoffeln mit Quark, Zwiebeln und den Schnittlauchröllchen vermengen. Mit frisch geriebener Muskatnuss, Chilisalz und Pfeffer abschmecken.

Den Teig mit der Nudelmaschine dünn ausrollen. Den Teig möglichst schnell verarbeiten, damit er nicht austrocknet. Mit einem runden, glatten Ausstecher Blätter von circa sieben Zentimeter Durchmesser ausstechen. Die Füllung mit einem Teelöffel in die Mitte geben. Den Rand mit Wasser anfeuchten und den Teig halbmondförmig zusammenfalten. Sofort mit den Fingern die Ränder andrücken. Die Schlutzkrapfen in Salzwasser kochen und mit einer Schaumkelle herausnehmen.

Die Schlutzkrapfen mit geriebenem Parmesan bestreuen und mit brauner Butter und fein geschnittenem Schnittlauch servieren.

Zwischengang: Süß-saure Nierchen nach Oma Seppi von Cornelia Poletto

Zutaten für vier Personen

Süß-saure Nierchen:

600 g	Kalbsnieren, küchenfertig
8	Schalotten, geschält
2 EL	Rapsöl
1 EL	Butter
4 EL	Rübenkraut
4 EL	Balsamicoessig
4 Zweige	Thymian
400 ml	Kalbsfond, dunkel
2 EL	Butterflocken, kalt
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle



Spätzle:

400 g	Spätzle
1 EL	Butter
	Meersalz

Zubereitung

Süß-saure Nierchen:

Die Kalbsnieren kurze Zeit wässern lassen, mit Küchenpapier trocken tupfen und in Streifen schneiden. Die Schalotten zuerst längs halbieren und in Streifen schneiden. Das Rapsöl in einer Kasserolle erhitzen und die Kalbsnieren darin von allen Seiten scharf anbraten, herausnehmen und die Butter und das Rübenkraut dazugeben. Leicht karamellisieren lassen und die Schalotten und Thymianzweige darin anschwitzen. Salzen, pfeffern und mit dem Balsamico ablöschen. Einkochen lassen und mit dem Kalbsfond angießen. Alles um die Hälfte einkochen lassen, die Kalbsnieren dazugeben und mit den Butterflocken leicht abbinden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Spätzle:

Spätzle in Salzwasser bissfest kochen, abgießen und mit der Butter vermengen. Mit Meersalz abschmecken und mit den Nierchen servieren.

1. Hauptgang: Egl im Bierteig mit Sauce tartare und Salzkartoffeln von Andreas C. Studer

Zutaten für vier Personen

Egli im Bierteig:

150 g	Mehl
150 ml	Bier
2	Eier
500 g	Eglifilets, ohne Haut
1	Zitrone
2 EL	Worcestershiresauce
2 EL	Mehl
2 l	Erdnussöl
	Pfeffer
	Salz

Salzkartoffeln:

800 g	Kartoffeln, fest kochend
0,5 Bund	Petersilie
1 EL	Butter
	Salz

Sauce tartare:

2	Eier
1 TL	Senf
1	Zitrone, unbehandelt
100 ml	Sonnenblumenöl
3	Essiggurken
1 EL	Kapern, eingelegt
1	Schalotte
0,5 Bund	Petersilie
	Salz
	Pfeffer



Zubereitung

Egli im Bierteig:

Eier trennen. Mehl und Salz mischen, Bier und Eigelbe dazu geben zu einem glatten Teig rühren. 25 Minuten quellen lassen. Eiweiß steif schlagen und vorsichtig unter den Teig heben. Den Saft der Zitrone auspressen. Eglifilets mit Zitronensaft, Worcestershiresauce, Salz und Pfeffer würzen. Trockentupfen, in Mehl wenden, durch den Bierteig ziehen und circa fünf Minuten im Erdnussöl frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Salzkartoffeln:

Petersilie fein hacken. Kartoffeln garen, in Butter schwenken und mit Petersilie servieren. Mit einer Prise Salz abschmecken.

Sauce tartare:

Etwas einen Teelöffel Saft aus der Zitrone auspressen. Ein Ei hart kochen. Ein rohes Eigelb mit Senf und Zitronensaft mischen. Sonnenblumenöl langsam einrühren bis eine Mayonnaise entsteht. Gurken, Schalotte, hart gekochtes Ei, Kapern und fein gehackte Petersilie unter die Mayonnaise heben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu den gebackenen Fischfilets mit Zitronenvierteln servieren.

2. Hauptgang: Schwäbische Maultaschen mit Morchelrahmsauce von Nelson Müller

Zutaten für vier Personen

Schwäbische Maultaschen:

800 g	Weizenmehl
8	Eier
5 Pck.	Tintenfischfarbe
50 ml	Wasser
	Olivenöl
	Salz
	Mehl zum Ausrollen

Füllung:

400 g	Spinat
1	Schalotte
1,5	Brötchen, altbacken
50 g	Sahne
400 g	Hackfleisch, Kalb
0,25 Bund	Petersilie
2	Eier
1,5 l	Fleischbrühe
1 EL	Schnittlauchröllchen
0,25 TL	Salz
	Pfeffer, weiß

Morchelrahmsauce:

0,5 Bund	Petersilie
10 Blätter	Basilikum
20 g	Morcheln, getrocknet
2	Schalotten
2 EL	Butter
4 cl	Weißwein
8 cl	Noilly Prat
200 ml	Kalbsfond
200 ml	Sahne
	Salz
	Pfeffer
	Muskatnuss
	Speisestärke



Zubereitung

Schwäbische Maultaschen:

400 Gramm Mehl, vier Eier, Wasser, etwas Olivenöl und Salz vermengen und zu einem Teig verkneten. Tintenfischfarbe, etwas Olivenöl, Salz, restliches Mehl und Eier ebenfalls zu einem Teig verkneten. Beide Teigsorten in feuchte Tücher einwickeln und im Kühlschrank circa 15 Minuten ruhen lassen. Den schwarzen und den weißen Nudelteig mit etwas Mehl bestäuben und mit der Pastamaschine circa drei Millimeter dick ausrollen. Den schwarzen Teig zu Tagliatelle verarbeiten und in Streifen auf die weiße Nudelbahn legen. Den „Zebrateig“ noch mal durch die Pastamaschine drehen, um ihm Festigkeit zu geben.

Füllung:

Den Spinat putzen und waschen. Die Schalotte fein würfeln und mit dem Spinat anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und grob hacken. Die Brötchen in erhitzter Sahne einweichen und anschließend mit dem Hackfleisch, Spinat, gehackter Petersilie, Schnittlauchröllchen und Eiern vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Masse in einen Spritzbeutel füllen und der Länge nach auf der Mitte des Nudelteiges dressieren. Den Teig umklappen und mit einem Holzlöffel die Maultaschen in gewünschter Größe portionieren. Die Fleischbrühe zum Kochen bringen, die Maultaschen darin im offenen Topf etwa zehn Minuten gar ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen.

Morchelrahmsauce:

Petersilie und Basilikumblätter fein hacken. Die Morcheln in warmem Wasser einweichen, danach abgießen (die Flüssigkeit aufbewahren!) und trocken tupfen. Die Schalotten und die Morcheln klein schneiden und in einem Esslöffel Butter anschwitzen. Sobald die Schalotten glasig sind, mit dem Noilly Prat und dem Weißwein ablöschen. Die Einweichflüssigkeit durch ein Sieb gießen, dazugeben und auf die Hälfte reduzieren lassen. Mit dem Fond und der Sahne auffüllen und die gehackte Petersilie und das Basilikum dazu geben, auf etwa die Hälfte reduzieren und pürieren. Mit etwas Speisestärke und einem Esslöffel Butter binden. Durch ein Sieb passieren und mit Salz, Pfeffer und wenig Muskatnuss abschmecken.

Dessert: **Milchrahmstrudel-Soufflé mit Vanillesabayon und eingelegten Dörraprikosen von Johann Lafer**

Zutaten für vier Personen

Eingelegte Dörraprikosen:

150 g	Dörraprikosen
2 cl	Aprikosenbrand
60 g	Zucker
100 ml	Weißwein
150 ml	Aprikosensaft
1 Stange	Zimt

Milchrahmstrudel-Soufflé:

80 g	Zucker
1	Zitrone
30 g	Rosinen
3 cl	Rum
50 g	Butter
50 g	Mehl
1 Schote	Vanille
200 ml	Milch
4	Eier, M
100 g	Sauerrahm
	Strudelteig
	Butter, flüssig (für die Förmchen)
	Zucker (für die Förmchen)
	Salz

Vanillesabayon:

1 Schote	Vanille
120 ml	Milch
4	Eier
80 g	Puderzucker
	Puderzucker zum Bestreuen



Zubereitung

Eingelegte Dörraprikosen:

Die Dörraprikosen mit dem Aprikosenbrand übergießen und zehn Minuten ziehen lassen. Zucker in einer Pfanne goldbraun karamellisieren, mit dem Weißwein und Aprikosensaft ablöschen und einmal aufkochen. Die Aprikosen und die Zimtstange zugeben und alles acht bis zehn Minuten leise köcheln lassen. Anschließend abkühlen lassen.

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Milchrahmstrudel-Soufflé:

Die Souffléförmchen sehr sorgfältig mit flüssiger Butter auspinseln. Zucker hinein geben und die Förmchen so lange wenden, bis sie vollständig mit Zucker ausgekleidet sind. Die Förmchen mit Strudelteig auslegen.

Die Zitrone heiß abspülen, die Schale fein abreiben. Rosinen in Rum einlegen. Butter in einem Topf schmelzen. Das Mehl unter Rühren dazu geben und zwei Minuten ohne Farbe anschwitzen. Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Milch mit Vanillemark und Zitronenschale einmal aufkochen. Die heiße Vanillemilch unter Rühren zur Mehlschwitze geben und bei mittlerer Hitze so lange abbrennen, bis sich ein weißer Belag am Boden bildet. Die dickflüssige Masse zum Weiterverarbeiten in eine Schüssel umfüllen. Die Eier trennen, das Eiweiß bis zur weiteren Verarbeitung kalt stellen. Zuerst Eigelb nach und nach unter die Mehlmasse rühren, anschließend den Sauerrahm und

die eingelegten Rosinen mit dem Rum. Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen. Dabei nach und nach den 80 Gramm Zucker einrieseln lassen. Den Eischnee mit einem Spatel unter die Masse heben.

Die vorbereiteten Förmchen bis knapp unter den Rand mit der Soufflémasse füllen, auf ein tiefes Backblech stellen und in die vorletzte Schiene des Backofens schieben. Mit kochendem Wasser befüllen, so dass die Förmchen etwa bis zur Hälfte im Wasser stehen. Die Soufflés im vorgeheizten Backofen auf der untersten Einschubleiste zwölf bis 15 Minuten garen.

Vanillesabayon:

Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Milch mit dem Vanillemark einmal aufkochen. Die Eier trennen und das Eigelb mit dem Puderzucker in eine große Schlagschüssel geben. Die heiße Vanillemilch langsam zugeben und unter ständigem Rühren mit dem Eigelb mischen. Die Masse über einem heißen Wasserbad dickschaumig aufschlagen. Vom Feuer nehmen und noch kurz weiterschlagen, damit der Schaum nicht gerinnt.

Die Aprikosen auf den Tellern verteilen und das Soufflé jeweils in die Mitte stürzen. Mit Puderzucker bestreuen und mit der Sabayon beträufeln.