

| Lanz kocht - Das Menü am 20. April 2012 | „1001 Nacht“

Vorspeise: *Mariniertes Sashimi vom Hamachi mit Couscous und Olivenölbutter*
von Steffen Henssler

Zutaten für vier Personen

Marinade:

0,25 Bund	Koriander
0,25 Bund	Petersilie
0,5 Bund	Schnittlauch
0,5	Zitrone
1 TL	Sojasoße
2 EL	Olivenöl
300 g	Hamachi
	Pfeffer
	Salz

Couscous:

1	Zucchini, klein, grün
1	Zwiebel, rot
1 Schote	Paprika, rot
1 Tasse	Couscous
1 Tasse	Wasser
2 EL	Olivenöl
3 EL	Sojasoße
1	Zitrone
3 EL	Traubenkernöl
0,5 Bund	Petersilie, glatt
	Pfeffer
	Salz

Olivenölbutter:

150 ml	Weißwein
2	Lorbeerblätter
10	Pfefferkörner, weiß
125 g	Butter
3 EL	Olivenöl
	Pfeffer
	Salz



Zubereitung

Marinade:

Den Koriander und die Petersilie hacken. Den Schnittlauch fein schneiden. Den Saft der Zitrone auspressen. Die Kräuter mit Zitronensaft, Sojasoße und Olivenöl vermengen. Den Hamachi in lange dünne Streifen schneiden, salzen und pfeffern und anschließend mit der fertigen Marinade marinieren.

Couscous:

Die Zucchini, die Zwiebel und die Paprika putzen und in Würfel schneiden. Den Couscous gar kochen (nach Packungs-Anleitung). Zucchini, Paprika und Zwiebel schneiden und anschließend in Olivenöl anbraten. Salzen und pfeffern. Den fertigen Couscous mit dem angebratenen Gemüse und Sojasoße, Zitronensaft, Traubenkernöl und gehackter Petersilie vermengen.

Olivenölbutter:

Den Weißwein mit den Lorbeerblättern und den weißen Pfefferkörnern auf die Hälfte reduzieren. Butter, Olivenöl, Salz und Pfeffer mit einem Stabmixer dazu mixen.

Anrichten!

Idee: Steffen Henssler

Zwischengang: *Selbstgemachtes Pita-Brot mit Kichererbsen-Dip und arabischer Soße von Chakall*

Zutaten für vier Personen

Pita-Brot:

1	Rote Bete
250 g	Mehl
1 TL	Zucker
2,5 g	Hefe
1 EL	Olivenöl
	Salz

Kichererbsen-Dip:

100 g	Champignons, frisch
1 Zehe	Knoblauch
1	Zitrone
1 Dose	Kichererbsen
2 EL	Olivenöl
1 TL	Kreuzkümmel
1	Granatapfel
	Salz

Arabische Soße:

1 Zehe	Knoblauch
170 g	Joghurt, griechisch
1 EL	Tahini (Sesampaste)
	Salz



Zubereitung

Den Backofen auf 220 Grad vorheizen.

Pita-Brot:

Die Rote Bete in kochendem Wasser weich kochen. Mehl, Zucker, Hefe, Olivenöl, Rote Bete und Salz zu einem glatten Teig vermengen und eine halbe Stunde ruhen lassen. Dann den Teig kneten, glattziehen und mit einer runden Ausstechform oder dem Messer zu runden, flachen Broten (circa zehn bis 15 Zentimeter Durchmesser) formen. Den Teig für zwei bis drei Minuten im vorgeheizten Backofen backen.

Kichererbsen-Dip:

Die Champignons säubern und vierteln. Die Knoblauchzehe schälen und pressen. Die Zitrone pressen. Alles zusammen mit den abgetropften Kichererbsen, dem Olivenöl, dem Kreuzkümmel und Salz in ein Gefäß geben und mit dem Pürierstab mixen. Den Dip abschmecken und mit Granatapfel-Spalten dekorieren.

Arabische Soße:

Die Knoblauchzehe pressen und zusammen mit dem Joghurt und der Paste gut vermischen. Je nach Geschmack mit Salz abschmecken.

1. Hauptgang: Huhn „Za'tar“ mit Fadennudel-Reis, Joghurt und Berberitzen von Kolja Kleeberg

Zutaten für vier Personen

4	Hähnchenkeulen
4 EL	Za'tar-Gewürzmischung (Oregano, Thymian, Sumach, Sesam, Salz)
2 EL	Olivenöl
2	Zwiebeln
1	Lorbeerblatt
1 TL	Kurkuma
100 ml	Geflügelbrühe
200 g	Basmati-Reis
30 g	Fadennudeln
100 g	Berberitzen
2 EL	Butterschmalz
2 EL	Zucker, braun
0,5 Stange	Zimt
100 ml	Joghurt, natur
2 EL	Pistazien
	Pflanzenöl
	Olivenöl
	Safran
	Salz



Zubereitung

Die Hähnchenkeulen an den Gelenken teilen und die Knochen auslösen. In etwas Öl anbraten, Za'tar-Gewürzmischung mit Olivenöl zu einer Paste vermischen, die Hähnchenkeulen aus der Pfanne nehmen und nicht zu dick bestreichen.

Die Zwiebeln glasig schwitzen und das Hähnchenfleisch darauf legen. Lorbeer, Kurkuma und etwas Safran dazu geben und die Brühe angießen. Abgedeckt schmoren lassen. Den Reis unter fließendem Wasser waschen und gut abtropfen lassen. Die Fadennudeln in Olivenöl braun anrösten, überschüssiges Öl abgießen. Reis und Salz in den Topf geben, kurz mitrösten und 400 Milliliter heißes Wasser zugeben. Kurz aufkochen lassen, mit einem Deckel fest verschließen und circa 15 Minuten auf kleinster Flamme ziehen lassen.

Die Berberitzen kurz in heißem Butterschmalz wenden, braunen Zucker zufügen und bei mittlerer Hitze leicht karamellisieren lassen. Etwas Schmorfond angießen, Zimt zugeben, ein bis zwei Minuten köcheln lassen und unter den fertigen Reis mengen.

Joghurt und etwas Salz verrühren, mit gehackten Pistazien bestreuen und dazu servieren.

2. Hauptgang: *Studis Tajine mit Kräuter-Couscous von Andreas C. Studer*

Zutaten für vier Personen

Tajine:

800 g	Lammlachse
2	Zwiebeln
1 EL	Ingwer
1 Stange	Zimt
1 TL	Kreuzkümmel
1 g	Safranfäden
100 g	Kichererbsen
2 Zweige	Thymian
200 ml	Rinderbrühe
200 g	Dörripflaumen
1	Orange
1 EL	Akazienhonig
0,5 EL	Orangenblütenwasser
1 Bund	Petersilie
2 EL	Sesamsamen
	Muskat aus der Mühle
	Pfeffer
	Salz



Couscous:

150 g	Couscous
200 ml	Wasser
1	Zwiebel
0,25 TL	Kreuzkümmel
50 g	Pistazien, geschält
1 Bund	Frühlingszwiebeln
1 Bund	Rucola
0,5 Bund	Petersilie
0,5 Bund	Estragon
0,5 Bund	Dill
0,5 Bund	Pfefferminze
100 ml	Olivenöl
1	Zitrone, unbehandelt
	Olivenöl
	Salz

Zubereitung

Tajine:

Das Fleisch in drei Zentimeter Würfel schneiden. Mit der Hälfte der Gewürzen mischen und anbraten. Die Tajine im Ofen erhitzen. Die Zwiebel in Würfel schneiden, mit Olivenöl in der Tajine andünsten und die restlichen Gewürze dazu geben. Die Kichererbsen und Brühe dazugeben, 15 Minuten zugedeckt schmoren. Die Dörripflaumen entsteinen und dazu geben. Die Orange dünn abschälen und mit wenig Saft dazu geben, 15 Minuten weiter schmoren. Fleisch dazu geben und fünf Minuten schmoren. Dann mit Honig, Muskat, Orangenblütenwasser, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit fein gehackter Petersilie und geröstetem Sesam bestreuen, servieren.

Couscous:

Couscous mit heißem Wasser angießen, zehn Minuten ziehen lassen. Zwiebel in feine Scheiben schneiden und in Olivenöl hellbraun dünsten, Kümmel begeben, salzen. Pistazien grob hacken und dazu geben, anrösten. Kräuter mit Olivenöl fein pürieren. Zum Couscous geben, vorsichtig mit grob gehackter Rucola, Pistazien und Zwiebel vermengen. Mit Zitronenabrieb und Zitronensaft abrunden, salzen.

Idee: Andreas C. Studer

Dessert: *Orientalische Patisserie von Alfons Schuhbeck*

Zutaten für vier Personen

Baklava:

4 – 6 Blätter	Filoteig, à 30 x 30 cm
80 g	Butter, braun (warm)
30 g	Pistazien, gehackt
30 g	Mandeln, gehäutet, gehackt
30 g	Pinienkerne
1 EL	Rosenblütenwasser
0,5 TL	Chiliflocken, mild
1 Msp.	Vanille, gemahlen
0,5	Orange, unbehandelt
50 g	Zucker
25 ml	Wasser
	Kardamom aus der Mühle



Kardamom-Nougat-Hörnchen:

4 – 6 Blätter	Brikteig (wahlweise Filoteigblätter)
80 g	Butter, braun (warm)
40 g	Mandeln, gehackt
100 g	Vollmilchkuvertüre
250 g	Nussnougatmasse (Zimmertemperatur)
100 g	Butter, weich
0,5	Orange, unbehandelt
	Kardamom aus der Mühle

Safran-Milch-Pudding:

200 ml	Milch
0,5 Schote	Vanille
1 Scheibe	Ingwer
0,5 Stange	Zimt
2 Kapseln	Kardamom
0,5	Zitrone, unbehandelt
0,5	Orange, unbehandelt
25 g	Zucker
80 g	Pistazien, gemahlen
2,5 Blatt	Gelatine
1 – 2 TL	Rosenwasser
100 g	Sahne, geschlagen
1 – 2 EL	Mandelblättchen, geröstet
2 – 3 EL	Granatapfelkerne

Safrangelee:

1 Blatt	Gelatine
100 ml	Wasser
1 EL	Zucker
5	Safranfäden

Anrichten:

1 – 2 EL	Mandelblättchen, geröstet
2 – 3 EL	Granatapfelkerne

Rosenblüten-Feigen-Tee:

5	Feigen, getrocknet
1 EL	Apfeltee
1 EL	Mandelblättchen, geröstet
0,5 – 1 EL	Hibiskusblüten
1 EL	Rosenblüten, getrocknet, kräftig duftend
1,1 – 1,2 l	Wasser
1 EL	Zucker

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Baklava:

Etwa einen Teelöffel Schale der Orange abreiben. Die Filoteigblätter jeweils mit brauner Butter bestreichen, mit Kardamom aus der Mühle bestreuen. Das oberste Blatt trocken belassen. Mit einem Ausstecher kleine Teigscheiben von fünf Zentimetern ausstechen.

Die Miniförmchen mit brauner Butter einpinseln und mit den Teigscheiben auskleiden. Pistazien, Mandeln und Pinienkerne mit einem Esslöffel brauner Butter, Rosenblütenwasser, Chiliflocken, Vanille und Orangenabrieb vermischen. Gleichmäßig in den Teigförmchen verteilen.

Auf der untersten Einschubleiste im vorgeheizten Backofen in circa 20 Minuten goldbraun backen. Inzwischen Zucker mit Wasser unter Rühren langsam aufkochen, bis sich der Zucker gelöst hat. Abkühlen lassen und in eine kleine Dressierflasche (z.B. für Dessertsoßen) füllen.

Die fertig gebackene Baklava aus dem Ofen nehmen, den Zuckersirup gleichmäßig darauf träufeln und die Baklava abkühlen lassen.

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Kardamom-Nougat-Hörnchen:

Etwa eine Messerspitze Schale der Orange abreiben. Die Teigblätter jeweils mit brauner Butter bestreichen, mit Kardamom aus der Mühle bestreuen. Das oberste Blatt ebenfalls mit Butter einpinseln. Den Teig nach und nach mit runden Holzstöckchen von circa eineinhalb Zentimeter einmal einrollen, die Teig-Enden dabei nur circa einen halben Zentimeter übereinander legen, gut andrücken und abschneiden.

Samt den Holzstöckchen mit der Nahtseite nach unten auf mit Backpapier belegte Bleche legen und im vorgeheizten Backofen 15 bis 20 Minuten goldbraun backen. Die Stöckchen heraus ziehen und die Teigrollchen abkühlen lassen.

Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten und auskühlen lassen. Die Vollmilchkuvertüre klein hacken, in einer Metallschüssel auf dem heißen Wasserbad schmelzen lassen und vom Wasserbad nehmen. Den Nougat klein schneiden, Butter und Nougat mit einem Rührgerät schaumig aufschlagen und dabei nach und nach die handwarme Kuvertüre hinein laufen lassen. Den Orangenabrieb hinzufügen und noch etwas schlagen, bis eine schaumige, möglichst dressierfähige Masse entsteht. Zum Schluss die gerösteten, ausgekühlten Mandeln darunter ziehen. Ist sie zu weich, lässt man sie noch etwas abkühlen, ist sie zu fest, stellt man sie noch einmal kurz auf das warme Wasserbad.

Die Pralinenmasse in einen Dressierbeutel mit Lochtülle von circa einem Zentimeter einfüllen und die Röllchen damit füllen. Einige Minuten in den Kühlschrank stellen, bis die Fülle fest wird.

Safran-Milch-Pudding:

Jeweils einen Streifen Schale aus der Orange und der Zitrone heraus schneiden. Die Milch mit der aufgeschlitzten Vanilleschote, Vanillemark, Ingwer, Zimt, Kardamom, Zitronen- und Orangenschale und dem Zucker in einem Topf aufkochen lassen. Vom Herd nehmen und zehn Minuten ziehen lassen.

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Gewürzmilch durch ein Sieb gießen und mit den Pistazien mixen.

Die Gelatine gut ausdrücken, unter Rühren in der warmen Gewürzmilch auflösen und abkühlen lassen, bis die Masse zu gelieren beginnt. Das Rosenwasser hinein rühren. Die Schlagsahne unter die gelierende Creme heben. Die Masse in kleine Förmchen füllen und abkühlen lassen. Mit gerösteten Mandeln und Granatapfelkernen bestreuen.

Safrangelee:

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Wasser und Zucker aufkochen, vom Herd nehmen, Gelatine und Safran hinein rühren und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

Sobald die Creme fest ist, das abgekühlte, jedoch noch flüssige Gelee auf die Creme gießen und im Kühlschrank fest werden lassen.

Anrichten:

Die Creme nach Belieben mit gerösteten Mandeln und Granatapfelkernen bestreuen.

Rosenblüten-Feigen-Tee:

Die Feigen in kleine Stückchen schneiden, mit Apfelfee, Mandeln, Hibiskusblüten und Rosenblüten in einen Teefilter geben und in eine Teekanne hängen. Mit kochendem Wasser auffüllen und fünf bis zehn Minuten ziehen lassen. Den Teefilter entfernen. Nach Belieben mit Zucker oder Agavendicksaft süßen.

Idee: Alfons Schuhbeck