

| Lanz kocht - Das Menü am 06. März 2009 | „Sonntagserinnerungen“

Vorspeise: *Frühlings-Minestrone mit geriebenem Scamorza von Cornelia Poletto*

Zutaten für vier Personen

Minestrone:

2 Zehen	Knoblauch, jung
4 Stangen	Spargel, grün
4 Stangen	Spargel, weiß
4	Minizucchini, mit Blüte
4 Stangen	Staudensellerie
100 g	Erbsen, gepalt
100 g	Saubohnen, gepalt
4	Bundmöhren, jung
4	Kartoffeln, jung
1 Bund	Lauchzwiebeln
8	Kirschtomaten
12	Tomatenviertel, abgezogen
50 ml	Weißwein
2 l	Geflügel- oder Gemüsebrühe
	Fleur de Sel
	Pfeffer aus der Mühle
	Olivenöl

Pesto:

1 Bund	Basilikum
2 EL	Pinienkerne, geröstet
30 g	Parmesan
125 ml	Olivenöl
100 g	Scamorza
	Meersalz, fein
	Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung

Minestrone:

Den weißen Spargel ganz schälen. Den grünen Spargel nur im unteren Drittel schälen und die holzigen Enden abbrechen. Die Blüten der Minizucchini abschneiden und den Stempel heraus brechen. Die Zucchini waschen und klein schneiden. Die Knoblauchzehen putzen und in Scheiben schneiden. Erbsen waschen. Staudensellerie, Bundmöhren, Kartoffeln und Lauchzwiebeln putzen, schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Circa zwei Esslöffel Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und zuerst die Kartoffeln mit den Möhren und dem Staudensellerie andünsten. Knoblauch, grünen und weißen Spargel, Zucchini, Erbsen, Lauchzwiebel, Kirschtomaten und die Tomatenviertel hinzufügen und ebenfalls kurz mitdünsten. Leicht salzen und pfeffern. Mit Weißwein ablöschen, kurz einkochen lassen und mit der Brühe aufgießen. Das Gemüse zugedeckt bei mittlerer Hitze circa 20 Minuten garen, danach nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Saubohnen erst gegen Ende der Garzeit hinzufügen, da sie sonst zu weich werden. Die Zucchini Blüten vierteln und als Garnitur in Olivenöl knusprig ausbacken.

Pesto:

Die Blätter von den Basilikumzweigen zupfen, waschen und trocken schleudern. Basilikumblätter, geröstete Pinienkerne und geriebenen Parmesan in einen Mixer geben und fein pürieren. Das Pesto in Gläser füllen und mit Olivenöl vermengen. Die Gläser bedeckt im Kühlschrank aufbewahren. Erst zum Servieren mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Minestrone mit etwas Pesto und dem geriebenen Scamorza servieren.

© by JBK/Idee: Poletto

**Zwischengang: *Rotbarbe mit Cappellini und Vongole*
von Mario Kotaska**

Zutaten für vier Personen

4	Rotbarbenfilets, von großen Tieren, à 80 g
150 g	Cappellini-Nudeln
4 Stangen	Staudensellerie
12	Kirschtomaten, am Zweig
500 g	Vongole
2	Schalotten
2 Knollen	Knoblauch, jung
100 g	Parmesan, am Stück
6 EL	Olivenöl
4	Limonen, unbehandelt
50 g	Pinienkerne, geröstet
1 Bund	Basilikum
1 Zweig	Thymian
1 Zweig	Rosmarin
100 ml	Hummerfond
50 ml	Weißwein
50 ml	Noilly Prat
5	Lorbeerblätter
	Mehl
	Salz
	Butter zum Braten



Zubereitung

Die Cappellini-Nudeln in Salzwasser mit den Lorbeerblättern bissfest kochen und abschütteln. Sellerie würfeln, Tomaten vierteln, Schalotten und Knoblauch fein würfeln und alles zusammen in zwei Esslöffel Olivenöl weich schmoren. Die Schale der Limonen abreiben. Mit den Nudeln, Pinienkernen, Limonenabrieb und geschnittenem Basilikum vermengen und mit Hummerfond warm stellen.

Für die Muscheln sechs Esslöffel Olivenöl erhitzen, Muscheln hinzugeben und mit Weißwein und Noilly Prat ablöschen. Bei geschlossenem Deckel circa fünf Minuten garen und anschließend ebenfalls mit den Nudeln vermengen. Die Rotbarben auf der Hautseite leicht mehlieren und in etwas Butter und einem Esslöffel Olivenöl auf der Hautseite drei bis vier Minuten zusammen mit den Thymian- und Rosmarin-Zweigen kross braten. Thymian und Rosmarin mit in die Pfanne geben. Den Fisch auf den Nudeln anrichten. Parmesan darüber reiben.

1. Hauptgang: *Fränkischer Sauerbraten mit hausgemachten Baumwollne Klöße und Blaukraut von Alexander Herrmann*

Zutaten für vier Personen

Blaukraut:

1 Kopf	Blaukraut
2	Zwiebeln, rot
1	Apfel
0,5 l	Rotwein
200 ml	Apfelsaft
100 ml	Traubensaft
50 ml	Orangensaft
2 EL	Preiselbeeren
1 Schuss	Essig
50 g	Speck
1 EL	Gänsefett
1	Gewürzsäckchen
10	Pfefferkörner
5	Pimentkörner
2	Nelken
2	Lorbeerblätter
	Zimt



Baumwollne Klöße:

750 g	Kartoffeln
80 g	Mehl
80 g	Kartoffelstärke
2	Eier
1 EL	Quark
3 Scheiben	Toastbrot
2 EL	Butterschmalz
	Salz

Fränkischer Sauerbraten:

1,2 Kg	Rindfleisch, aus der Schulter
250 ml	Wasser
250 ml	Rotwein
250 ml	Essig
1 Zweig	Thymian
3	Lorbeerblätter
8	Pfefferkörner
3	Wacholderbeeren
3	Nelken
2	Zwiebeln, mittelgroß
50 g	Lauch
100 g	Karotte
100 g	Sellerie
100 g	Saucenlebkuchen
2 EL	Zucker
3 EL	Dörrobst, verschiedenes
2 EL	Crème fraîche
	Butterschmalz
	Pfeffer aus der Mühle
	Salz
	Zimt

Zubereitung

Blaukraut:

Das Gewürzsäckchen mit Pfefferkörnern, Pimentkörnern, Nelken, Lorbeerblättern und etwas Zimt füllen. Das Blaukraut in feine Streifen schneiden und über Nacht in einer Marinade aus roten Zwiebeln, klein geschnittenem Apfel, Rotwein, Apfelsaft, Traubensaft, Orangensaft, Preiselbeeren, Essig, Speck, Gänsefett und dem Gewürzsäckchen einlegen. Anschließend einmal aufkochen lassen und unter ständigem Rühren bei kleiner Hitze circa eine Stunde weich kochen lassen. Nach Bedarf mit etwas geriebener Kartoffel abbinden.

Baumwollne Klöße:

Die Kartoffeln schälen, halbieren und in einem Topf mit kaltem Salzwasser kochen. Währenddessen das Toastbrot von der Rinde befreien und in Würfel schneiden. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Brotwürfel darin goldbraun rösten. Auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Nun die Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse pressen und auf einem Blech ausdampfen lassen. Mehl und Kartoffelstärke darüber streuen und mit Eiern, Quark und Salz zu einem Teig vermengen. Anschließend Salzwasser zum Kochen bringen, einen kleinen Probeknödel formen und darin sieden lassen. Wenn der Kloß zusammenhält, die restliche Masse zu Klößen formen und mit den gerösteten Brotwürfeln füllen. Sollte der Kloß nicht zusammenhalten noch etwas Kartoffelstärke und ein Ei dazugeben. In kochendem Salzwasser einmal aufkochen lassen und anschließend 15 bis 20 Minuten sieden lassen.

Den Backofen auf 160 Grad vorheizen.

Fränkischer Sauerbraten:

Karotte, Lauch und Sellerie putzen und in grobe Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen, vierteln und mit den Lorbeerblättern, Pfefferkörnern, Wacholderbeeren, Nelken, Thymian, einem Teelöffel Salz und Wasser in einem Topf kurz aufkochen. Das Fleisch von Fett befreien und in eine Schüssel geben. Den Essig und 250 Milliliter Rotwein mit dem abgekühlten Sud vermengen und über das Fleisch gießen, bis es bedeckt ist. Circa drei bis vier Tage abgedeckt in den Kühlschrank stellen und beizen. Anschließend das Fleisch herausnehmen und trocken tupfen. In einem großen Bräter einen Esslöffel Butterschmalz erhitzen und das Fleisch von allen Seiten anbraten. Den Sud mit dem Gemüse über das Fleisch gießen. Den Braten abgedeckt im vorgeheizten Backofen circa drei Stunden schmoren bis das Fleisch weich ist. Danach das Fleisch herausnehmen und warm stellen. Den Sud mit einem Mixstab pürieren und anschließend durch ein feines Sieb passieren. Den Saucenlebkuchen in der Sauce einweichen und einmal aufkochen lassen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer leicht süßsauer abschmecken. Das Dörrobst mit 100 Milliliter Rotwein und etwas Zimt erwärmen. Das Fleisch in Scheiben schneiden, mit der Sauce übergießen. Dörrobst und etwas Crème fraîche darauf geben und mit Klößen und Blaukraut servieren.

2. Hauptgang: *Rehrücken in Rotweinsauce mit Spätzle und blättrigem Rosenkohl* **von Johann Lafer und Erika Nau**

Zutaten für vier Personen

Rehrücken:

600 g	Rehrücken, ausgelöst
1 Zweig	Thymian
1 Zweig	Rosmarin
	Öl
	Wacholderbeeren
	Lorbeerblätter
	Pfeffer aus der Mühle, schwarz
	Cayennepfeffer
	Salz

Rotweinsauce:

400 ml	Rotwein, z. B. Burgunder
2 EL	Balsamico
4 EL	Johannisbeergelee
4 EL	Preiselbeeren
2 EL	Saucenextrakt, Wild
4 TL	Stärke

Spätzle:

400 g	Mehl
6 – 8	Eier
1 TL	Salz
2 EL	Öl
2 EL	Butter
200 g	Emmentaler

Rosenkohl:

600 g	Rosenkohl
200 g	Sahne
	Salz
	Muskat
	Chili
	Zucker



Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Rehrücken:

Den ausgelösten Rehrücken mit zerstoßenen Wacholderbeeren und zerriebenen Lorbeerblättern in Alufolie einwickeln und kurz ziehen lassen. Rosmarin und Thymian sehr fein hacken. Rehrücken aus der Folie nehmen und in einer heißen Pfanne in etwas Öl rundherum anbraten. Mit Salz, schwarzem Pfeffer, Cayennepfeffer, Thymian und Rosmarin würzen und im vorgeheizten Backofen 30 Minuten durchziehen lassen. Rehrücken aus dem Backofen nehmen und einige Minuten ruhen lassen.

Rotweinsauce:

Rotwein, Balsamico, Johannisbeergelee und Saucenextrakt zusammen einkochen lassen. Die eingekochte Sauce vor dem Anrichten mit Stärke abbinden. Preiselbeeren dazugeben.

Spätzle:

Kochwasser aufsetzen. Salz, Mehl, Eier und Öl in eine Schüssel geben. Alles mit einem Holzlöffel kräftig durchschlagen, bis der Teig Blasen wirft. Kurze Zeit ruhen lassen. Ein glattes, handliches Brett nehmen und eine kleine Menge vom hergestellten Spätzle Teig draufgeben. Mit dem Spätzleschaber den Teig in das kochende Wasser schaben. Sobald die Spätzle nach oben kommen, diese mit der Schaumkelle herausnehmen und in eine vorbereitete Schüssel mit kaltem Wasser geben und in einem Sieb abschütten. Das Ganze wiederholen, bis der Teig verbraucht ist. Eine Pfanne aufsetzen, Butter warm werden lassen und die Spätzle darin erwärmen. Den geriebenen Käse unterheben. Sobald der Käse anfängt Fäden zu ziehen, sind die Spätzle servierbereit.

Rosenkohl:

Die Blätter vom Rosenkohl lösen, in Salzwasser mit etwas Muskat circa zwei Minuten blanchieren und danach kalt abschrecken, damit die Blätter schön grün bleiben. Sahne mit Salz, Muskat, Chili und einer Brise Zucker aufkochen und die Rosenkohlblätter darin schwenken.

Rehrücken in schräge Scheiben schneiden. Dazu den Rosenkohl, die Zwiebeln und die Spätzle anrichten. Zum Schluss die Sauce darüber geben.

Dessert: **Salzburger Nockerln mit grünem Tee und
Buttermilch-Limonenshooter von Steffen Henssler**

Zutaten für vier Personen

Salzburger Nockerln:

150 ml	Milch
1 Schote	Vanille
7	Eier
90 g	Zucker
10 g	Mehl
10 g	Stärke
2 EL	Grüner Tee-Pulver
	Puderzucker
	Salz

Buttermilch-Limonenshooter:

30 g	Zucker
160 ml	Buttermilch
1	Limone, unbehandelt



Zubereitung

Den Backofen auf 250 Grad vorheizen.

Salzburger Nockerln:

Milch und Vanilleschote aufkochen und in eine feuerfeste Form geben. Sieben Eiweiß mit etwas Salz aufschlagen und nach und nach 80 Gramm Zucker dazugeben. Vier Eigelbe mit restlichem Zucker, Mehl und Stärke vermengen. Vorsichtig unter das Eiweiß heben und mit dem Grünen Tee-Pulver bestäuben. Nockerln abheben und auf die Milch geben. Circa zwölf Minuten in den vorgeheizten Backofen schieben. Wenn sie fertig sind mit Puderzucker bestäuben.

Buttermilch-Limonenshooter:

Die Schale der Limone abreiben, den Saft auspressen. Buttermilch mit Limonenschale, Limonensaft und 30 Gramm Zucker verrühren, in Schnapsgläser füllen.