



# Kochabend Februar 2023

Löffelführung: Thomas

Kochabend: 17.02.2023

1. Süßkartoffel-Ingwer Suppe mit Garnelenspieß
2. Rösti-Burger mit Lachs
3. Rosmarin Sorbet
4. Karree vom Duroc Schwein
5. Strudelblätter mit Pfirsich und Schokomousse

# Süßkartoffel-Ingwer-Suppe mit Spieß und Roggenschrot-Brot

## Zutaten: (6 Portionen)

800 g Süßkartoffeln  
2 Zwiebeln  
50 g frischer Ingwer  
2 EL Speiseöl  
1 l Gemüsebrühe  
100 ml Orangensaft  
150 g Crème fraîche Classic  
2 TL gemahlener Kreuzkümmel  
2 geh. TL Kurkuma  
Salz  
frisch gemahlener Pfeffer  
Cayennepfeffer



## Gemüse vorbereiten:

Süßkartoffeln schälen, Zwiebeln abziehen, beides in Würfel schneiden. Ingwer schälen und in kleine Würfel schneiden.

## Süßkartoffel-Ingwer-Suppe kochen:

Speiseöl in einem großen Topf erhitzen, Süßkartoffeln, Zwiebeln und Ingwer darin andünsten. Gemüsebrühe hinzugießen und mit Deckel in etwa 15 Min. bei mittlerer Hitze gar kochen. Suppe pürieren, mit Orangensaft sowie Crème fraîche (2 EL zurückbehalten) verrühren und mit den Gewürzen abschmecken. Süßkartoffel-Ingwer-Suppe in Tellern anrichten und mit übriger Crème fraîche garnieren.

Die Süßkartoffel-Ingwer-Suppe mit gebratenen Garnelen und z. B. einem Kürbiskernbrot mit Roggenschrot servieren.

## Roggenschrot Brot

### Hefeteig:

250 g Roggenschrot  
375 ml warmes Wasser  
250 g Weizenmehl Type 405  
1 Pck. Dr. Oetker Trockenbackhefe  
1 gestr. TL Zucker  
1 TL Salz  
2 EL Speiseöl  
150 g Kürbiskerne



### Vorbereiten:

Schrot in einer Rührschüssel mit dem warmen Wasser vermischen und zugedeckt, am besten über Nacht, mind. aber 6 Std. quellen lassen.

### Hefeteig zubereiten:

Mehl mit der Hefe sorgfältig vermischen und zu dem gequollenen Schrot geben. Übrige Zutaten, außer die Kürbiskerne, hinzufügen und alles mit einem Mixer (Knethaken) kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Min. zu einem glatten Teig verarbeiten. Von den Kürbiskernen 1 EL beiseitestellen, übrige Kerne gegen Ende der Knetzeit kurz unterkneten. Teig zugedeckt an einem warmen Ort so lange gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat.

Backblech mit Backpapier belegen. Backofen vorheizen.

Ober-/Unterhitze etwa 200 °C

Heißluft etwa 180 °C

Den Teig leicht mit Mehl bestreuen und auf leicht bemehlter Arbeitsfläche kurz durchkneten. Aus dem Teig einen länglichen Brotlaib formen, auf das Backblech legen und nochmals so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat.

Die Oberfläche des Teiges mit Wasser bestreichen, mit Kürbiskernen bestreuen und backen.

Einschub: unteres Drittel

Backzeit: etwa 45 Min.

Das Brot auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

## Tomaten-Basilikum Butter

### Zutaten:

100 g getrocknete Tomaten in Öl  
1 Knoblauchzehe  
4 EL Basilikumblätter  
250 g weiche Butter  
2 EL Tomatenmark  
1 TL Zitronensaft  
½ TL Salz  
frisch gemahlener Pfeffer  
2 Pr. Zucker

### Vorbereiten:

Tomaten abtropfen lassen, 1 EL dabei auffangen und Tomaten fein schneiden. Knoblauchzehe abziehen und durch die Knoblauchpresse drücken. Basilikum waschen und in feine Streifen schneiden.

### Zubereiten:

Übrige Zutaten und 1 EL aufgefangenes Öl mit einem Mixer (Rührstäbe) zu einer glatten Masse verrühren. Zerkleinerte Zutaten zum Schluss unterrühren. Butter in kleine Gläser abfüllen und verschließen. Bis zum Verzehr im Kühlschrank lagern.

## Kräuter-Butter

### Zutaten:

125 g weiche Butter  
2 EL gehackte Kräuter z. B. Petersilie,  
Schnittlauch, Dill  
Salz  
frisch gemahlener Pfeffer

### Zubereiten:

Butter in eine Rührschüssel geben. Mit einem Mixer (Rührstäbe) kurz aufschlagen. Kräuter kurz unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kräuterbutter bis zum Verzehr in den Kühlschrank geben.

# Rösti Burger mit Gurkennudeln und gebratenem Lachs

## ZUTATEN

6 Personen

- 2 große Kartoffeln, fest kochend, ca. 300g)
- 2EL Butterschmalz
- Kalahari Salz fein
- weißer Malabar-Bio-Pfeffer
- Wasabi Crème fraîche:
  - 200g Crème fraîche
  - Saft von 1 Limone
  - 1EL Wasabi
  - Kalahari Salz fein
  - 0,5TL asiatischer Zitronenpfeffer
- Gebratener Lachs:
  - 500g Lachsfilet, ohne Haut und Gräten
  - Kalahari Salz fein
  - Tellicherry Pfeffer
  - 2EL Olivenöl
- Marinierte Gurkennudeln:
  - 1 Salatgurke
  - einige Salatblätter
  - Shizo Kresse für die Garnitur



## ZUBEREITUNG

1. Die Kartoffeln schälen und mit Hilfe einer Gemüse-Spaghetti-Maschine zu langen Spaghetti drehen.
2. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und aus den Kartoffelspaghetti nacheinander 8 kleine Rösti mit etwa 8 - 10cm Durchmesser braten. Dafür die Kartoffelfäden in die Pfanne geben, mit einem Löffel leicht andrücken. Wenn die Kartoffeln auf der unteren Seite goldbraun und kross sind, umdrehen und auf der zweiten Seite ebenfalls goldbraun und knusprig braten. Zum Schluss die Rösti mit Kalahari Salz und weißem Malabar-Bio-Pfeffer würzen und warm halten.
3. Crème fraîche mit Limonensaft, Wasabi, Kalahari Salz und asiatischem Zitronenpfeffer abschmecken und aufschlagen.

4. Lachs waschen, trockentupfen und in 8 ca. 1cm breite Scheiben schneiden. Diese mit Kalahari Salz sowie Tellicherry Pfeffer würzen und in dem heißen Olivenöl auf jeder Seite etwa 1 Minute braten.
5. Gurke schälen, mit Hilfe einer Gemüse-Spaghetti-Maschine zu langen Spaghetti drehen und diese mit der Wasabi Crème fraîche vermischen.
6. Rösti mit Salat, je 2 Scheiben Lachs und Gurkennudeln zu Burger schichten und mit etwas Kresse garnieren.

## Rosmarin Sorbet

6 EL Zitronensaft

2 Tassen Weißwein. Trocken

5 Tassen Wasser

2 Tassen Zucker

2 Zweige Rosmarin, gewaschen

Nach dem obenstehenden Rezept einen Sirup aus Rosmarin, Zucker und Wasser zubereiten. Ich nehme 2 Zweige und koche sie im Sirup kurz mit und lasse sie bis zum Erkalten im Sirup.

2 ½ Tassen Sirup mit Wein und Zitronensaft zusammengießen. Die Mischung in eine Eismaschine oder in das Gefrierfach des Kühlschranks geben.

Wenn das Gefrierfach benutzt wird, das halbgefrorene Sorbet umrühren, damit sich die Eiskristalle auflösen. Dann wieder einfrieren. Diesen Vorgang öfter wiederholen, damit das Sorbet eine glattere Konsistenz bekommt.

Sorbet portionieren und nach Belieben garnieren.

## Karree vom Duroc Schwein

Schweinerücken wird im Backofen gegart und dadurch besonders zart. Dazu gibt es eine herzhafte Altbiersoße, Rosmarin-Nektarinen und Risotto-Bällchen.

### Zutaten: (6-8 Portionen)

Für das Backblech:

2 - 3 EL Speiseöl

### Schweinskarree:

1,8 - 1,9 kg Schweinskarree vom

Duroc Schwein

Salz

frisch gemahlener Pfeffer

4 - 5 EL Speiseöl

### Bier Soße:

250 g Zwiebeln

2 EL Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl

2 Zweige Rosmarin

2 Lorbeerblätter

400 ml Altbier

etwa 800 ml Rinderfond Fleischbrühe

1 - 2 EL Speisestärke

4 EL Wasser

Salz

frisch gemahlener Pfeffer

1 EL Zitronensaft

½ EL Karamellsirup



### Schweinskarree vorbereiten:

Fleisch zwischen den Rippenknochen bis zum Filetstück beidseitig ein- und ausschneiden. Die Fleischabschnitte für die Soße beiseitestellen.

Rippenknochen mit einem Messer freischaben. Dann das Fett entfernen. Das Schweinskarree sollte etwa 30 Min. vor dem Zubereiten bei Zimmertemperatur gelegen haben. Backofen mit Backblech vorheizen. Kurz vorher das Öl auf dem Blech heiß werden lassen.

Ober-/Unterhitze etwa 160 °C

Heißluft etwa 140 °C

### Schweinskarree braten:

Schweinskarree mit Salz und Pfeffer von allen Seiten kräftig würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen.

Karree mit der Fleischseite nach unten bei starker Hitze etwa 3 Min. braten, wenden und 2 Min. weiter braten. Karree auf das Backblech legen und in den Backofen schieben.

Einschub: unteres Drittel

Garzeit: 45 - 50 Min.



**Bier Soße kochen:**

Zwiebeln abziehen und in grobe Würfel schneiden. Speiseöl in einem Topf oder einer Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen und die Fleischabschnitte darin goldbraun anschwitzen. Zwiebeln, Rosmarin und Lorbeerblätter zugeben. Mit Altbier ablöschen und auf etwa die Hälfte reduzieren. Dann mit Rinderfond auffüllen, aufkochen und etwa 45 Min. köcheln. Dann den Saucenansatz durch ein Sieb geben, dabei alles gut durchdrücken. Nochmals aufkochen. Gustin mit Wasser verrühren und mit angerührtem Gustin die Soße binden. Die Bier Soße mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Karamellsirup abschmecken.

Schweinskarree aus dem Ofen nehmen. Kurz ruhen lassen. Dann in Koteletts schneiden, mit der Bier Soße servieren und mit Rosmarin garnieren.

## Lauwarme Rosmarin-Nektarinen

**Zutaten: (6-8 Portionen)**

4 Nektarinen (etwa 800 g, reife gelbfleischige)  
2 Zweige Rosmarin  
100 g Schalotten  
15 g Ingwer  
100 g brauner Zucker  
400 ml Weißwein  
1 Pck. Bourbon Vanillezucker  
1 Msp. gemahlener Piment  
Meersalz

**Vorbereiten:**

Nektarinen waschen, halbieren, entsteinen und vierteln. Rosmarin waschen und grob hacken. Schalotten abziehen und in grobe Streifen schneiden. Ingwer schälen.

**Zubereiten:**

Brauner Zucker in einem Topf bei mittlerer Hitze karamellisieren. Schalotten hinzugeben. Dann mit Weißwein ablöschen. Vanille-Zucker, Piment und Ingwerstück hinzugeben und aufkochen. Dann die Hitze reduzieren.

Nektarinenviertel im Sud 2-4 Min. gar ziehen lassen, dabei aufpassen, dass diese nicht zerfallen.

Nektarinen aus dem Sud nehmen und beiseitestellen.

Sud um 1/3 einkochen lassen. Dann Rosmarin und Nektarinen zugeben und mit Meersalz abschmecken.

# Risotto Bällchen

## Zutaten: (6-8 Portionen)

500 ml Gemüsebrühe  
50 g Schalotten  
2 EL Speiseöl  
200 g Risottoreis , z. B. Arborio  
150 ml Weißwein  
70 g Pecorino (ital. Schafskäse)  
20 g Butter  
1 Eigelb (Größe M)  
1 EL Schnittlauchröllchen  
Salz  
Feine Speisestärke  
1 Eiweiß (Größe M)  
6 - 8 EL Semmelbrösel (Paniermehl)  
etwa 6 EL Speiseöl

## Vorbereiten:

Brühe erhitzen. Schalotten abziehen und würfeln. Öl in einem Topf erhitzen. Die Schalotten Würfel darin andünsten. Risottoreis hinzufügen und glasig dünsten. Mit Weißwein ablöschen und von der heißen Brühe etwas hinzugießen. Zum Kochen bringen und den Reis unter gelegentlichem Umrühren bei schwacher Hitze 18-22 Min. mit Deckel quellen lassen, dabei nach und nach die Brühe hinzufügen und gelegentlich umrühren. Inzwischen den Pecorino reiben.

Butter, Eigelb, Käse und Schnittlauch unterrühren. Risotto mit Salz abschmecken. Risotto warm mit Frischhaltefolie abdecken und am besten über Nacht erkalten lassen.

## Zubereiten:

Aus dem Risotto etwa 16 gleich große Kugeln formen, evtl. die Hände dabei mit Gustin bestäuben. Die Kugeln etwas flach drücken, mit verschlagenem Eiweiß bestreichen und in Semmelbröseln wälzen.

Öl portionsweise in einer Pfanne erhitzen. Die Risotto Bällchen darin bei mittlerer Hitze von jeder Seite 2-3 Min. goldbraun braten. Dann auf Küchenpapier abtropfen lassen und servieren.

# Strudelblätter

## mit Pfirsich und weißer Schokomousse

Für 4–6 Personen | Schmelzend und knusprig

**1** Für die Schokomousse die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die weiße Schokolade fein hacken. 220 g Sahne steif schlagen. Milch und restliche Sahne erhitzen.

**2** Die Eigelbe mit dem Zucker in eine Metallschüssel geben. Die Milchmischung mit einem Schneebesen langsam unter die Eigelbe rühren und die Masse über dem heißen Wasserbad cremig schlagen.

**3** Die Gelatine ausdrücken und mit dem Likör unter die Eiercreme rühren. Die Schokolade unter Rühren darin schmelzen lassen. Die Creme über dem kalten Wasserbad handwarm schlagen und die geschlagene Sahne unterheben. Die Mousse in eine Schüssel füllen und etwa 1 Stunde kalt stellen.

**4** Für den Pfirsich die Basilikumblätter waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Die Pfirsiche in kochendem Wasser kurz blanchieren, kalt abschrecken, häuten, vierteln und entsteinen.

**5** Den Backofen auf 180 °C (Umluft) vorheizen. Die Butter in einem Topf zerlassen und den Rohrzucker, das Vanillemark und die Basilikumblätter dazugeben.

### Zutaten:

#### Für die Schokomousse:

2 Blatt weiße Gelatine  
250 g weiße Schokolade  
280 g Sahne  
60 ml Milch  
2 Eigelb (Gr. M)  
1 EL Zucker  
2 EL Pfirsichlikör

#### Für den Pfirsich:

10 Blätter Basilikum  
2–3 reife Pfirsiche  
2 EL Butter  
2 EL Rohrzucker  
Mark von 1 Vanilleschote

#### Für die Strudelblätter:

1 Packung Strudelteig  
(ca. 160 g; aus dem Kühlregal)  
40 g zerlassene Butter  
2 EL Puderzucker

**6** Die Pfirsichstücke dicht nebeneinander in eine ofenfeste Form geben und mit der aromatisierten Butter übergießen. Im Backofen auf der 2. Schiene von unten 15 bis 20 Minuten backen, bis die Pfirsiche weich sind. Aus dem Ofen nehmen und beiseitestellen. Den Backofen nicht ausschalten.

**7** Inzwischen den Strudelteig in 6 cm große Stücke schneiden oder in beliebiger Form ausstechen und mit der zerlassenen Butter bestreichen. Den Puderzucker auf die Teigstücke sieben.

**8** Die Teigblätter auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und im heißen Backofen auf der 2. Schiene von unten 10 bis 12 Minuten backen, bis der Zucker karamellisiert ist. Die Knusperblätter abkühlen lassen.

**9** Je 2 Nocken Mousse und 2 bis 3 Pfirsichstücke mit den Knusperblättern übereinanderschichten. Mit dem Pfirsichfond aus der Form übergießen. Nach Belieben mit Basilikumblättern und weißen Schokoröllchen garniert servieren.

