

Menü November 2023 Löffelführung Nico

- 1. Salat von Blattspinat mit sautierten Birnen**
- 2. Ravioli mit Gänsefüllung und Rosenkohlblättern in Nussbutter (Vorbereitung zu Hause)**
- 3. Mandelsüppchen mit geröstetem Rosenkohl**
- 4. Gänsebrust mit Beeren in Schwarztee, Gewürzmaroni und Wirsing (Vorbereitung zu Hause)**
- 5. Topfensoufle mit Apfel-Birnen-Zwetschgenröster**

Salat von Blattspinat und sautierten Birnen - 8 Personen im Menü

- 250 Gr. Blattspinat oder Feldsalat
- 2 Williams-Birnen
- 4 große braune Champignons
- 24 blaue Weintrauben
- 100g. Gryzer gerieben
- 40g Mandelstifte
- 100g Miracle Whip
- Orangensaft
- Zimt
- Butter
- Weißwein

Blätter vorsichtig waschen, pro Person eine $\frac{1}{4}$ Birne in schmale Scheiben schneiden und in ein wenig Butter und Weißwein ansautieren. Champignons in feine Scheiben schneiden, Weintrauben halbieren und entkernen, Mandeln ohne Fett rösten.

Aus Miracle Whip, O-Saft und Zimt eine Salatsauce zusammenstellen.

Salat, Pilze und Obst dekorativ auf einem Teller anrichten mit Sauce napieren und mit etwas Käse und den gerösteten Mandeln bestreuen

Gänse-Ravioli mit Rosenkohl und Nussbutter für 8 Personen (max. 3 St. Pro Person)

400 g Nudelteig

250 g Gänsefleisch, bereits gegart, gerne mit Haut (Salz, Pfeffer, Majoran mischen, Keulen damit einreiben und 1,5 St. im Ofen bei 180 Grad backen)

1 Zwiebel

1 Apfel

50 g Butter

50 g Brot

50 ml Milch

1 Ei

1 EL Petersilie

Salz

1/2 TL Cayennepfeffer

1 Msp. Orangenschale

1 Msp. Macis

Etwas Mehl zum bemehlen der Arbeitsfläche

Den Nudelteig nach Anleitung herstellen oder Franks Rezept mit Semola, Ei und Salz.

<https://www.highfoodality.de/rezepte/basisrezepte/nonnateig-standardteig-fuer-pasta/>

Für die Füllung die Zwiebel schälen und fein würfeln. In der Butter langsam bei moderater Hitze anschwitzen, bis die Zwiebeln goldbraun und süß werden. Das dauert gut und gerne 30 bis 45 Minuten.

In der Zwischenzeit den Apfel entkernen und ebenfalls würfeln. Etwa nach 15 Minuten zu den Zwiebeln geben und unter rühren mit anschwitzen.

Das Brot entrinden und würfeln. Die Milch erhitzen und das Brot darin einweichen. Die Petersilie fein hacken. Das Gänsefleisch ebenfalls fein hacken.

Zwiebel, Apfel, Gänsefleisch, Brotwürfel (samt Milch) mit dem Ei und der Petersilie vermischen und mit Cayennepfeffer, Orangenschalenabrieb, Macis und Salz abschmecken.

Hinweis: Abschmecken bedeutet in diesem Kontext, dass die Füllung für sich alleine gut und ausgewogen gewürzt ist. Ist sie das nicht, wird das Gericht in Summe unharmonisch.

Für die Ravioli bereitest Du ein Blech vor und bestreust das mit etwas Hartweizengrieß.

Nun rollst Du den Nudelteig in dünne Bahnen aus (nicht zu dünn, die Ravioli sollen nicht reißen, ich verwende die vorletzte Stufe in meiner Nudelmaschine). Die Bahnen schneidest Du in Quadrate mit etwa 7 cm Kantenlänge. Nun setzt Du einen guten Teelöffel Füllung auf die Hälfte der Quadrate. Dabei darauf achten, dass die Füllung eher "in die Höhe" als "in die Breite" geht. Auf die Füllung setzt Du vorsichtig ein weiteres Quadrat und drückst dieses mit

einem Ausstechring (diese haben oft eine abgerundete, breitere Oberseite) vorsichtig an. Mit einem zweiten Ausstechring (diesmal der scharfen Seite) stichst Du die Ravioli kreisrund aus. So entsteht der wulstige Rand.

Die fertigen Ravioli lagerst Du auf dem mit Hartweizengrieß bestreuten Blech zwischen.

Tipp: Der Hartweizengrieß hat den Vorteil, dass er beim Kochen “abfällt” – Mehl würde an den Ravioli kleben bleiben und das Geschmackserlebnis beeinträchtigen.

Einen großen Topf Wasser aufkochen. Salzen. Die Ravioli in siedendem Wasser etwa 4-5 Minuten garen, danach direkt anrichten. Zu diesem Zeitpunkt sollten alle anderen Komponenten fertig sein, so dass die Pasta sofort serviert werden kann.

Tipp: Du kannst die fertigen Ravioli einfrieren. Dafür die Ravioli etwa eine Stunde trocknen lassen und dann vorsichtig in einen flachen Behälter schichten. Die Ravioli sollten sich nicht berühren.

Anrichten

200 g Rosenkohl
150 g Butter
2-3 EL Walnusskerne
Frischer Parmesan
Etwas Salz
Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Den Rosenkohl waschen und dann die Blätter der Röschen abzupfen. Die Blätter in Salzwasser zwei Minuten blanchieren und auf Eiswasser abkühlen.

Die Butter in einer Kasserolle bei kontrolliert erhitzen bis sie zu duften beginnt und bräunlich wird. Dann den Rosenkohl, die Walnüsse und die gekochten Gänse-Ravioli zugeben, mit Salz abschmecken, kurz schwenken und sofort anrichten.

Mit Parmesan und Pfeffer bestreuen und sofort servieren.

Zutaten für die Mandel-Schaumsuppe mit geröstetem Rosenkohl (Für 8 Personen):

- 200 g Mandel-Plättchen oder Stifte
- 2 Schalotten
- 4 EL Mandelmus
- 100 ml Weißwein
- 1 TL brauner Zucker
- 1 Msp. Nelkenpulver
- 30 g Butter
- 600 ml Gemüsebrühe
- 100 g Schmand
- 2 Eigelb
- Salz, Pfeffer

Für den Rosenkohl:

- 400 g Rosenkohl
- 2 EL Honig
- 2 EL Rapsöl
- 1/2 TL Zimt
- 6 EL Mandelstifte
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1 Den Backofen auf 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Rosenkohl putzen und vierteln. Auf ein Blech legen und mit dem Honig, dem Rapsöl, dem Zimt, den Mandelstiften sowie Salz und Pfeffer vermischen. Etwa 25 Minuten schmoren, dabei immer wieder umrühren.

2 Die Schalotten schälen und fein hacken. Die Mandeln in einer Kasserolle trocken goldbraun rösten, entnehmen und abkühlen lassen. Derweil die Schalotten in der Butter anschwitzen. Die Mandeln in einem Mörser grob zerstoßen und zu den Schalotten geben. Kurz rösten, dann mit Weißwein ablöschen und aufkochen. Weißwein etwas reduzieren lassen. Gemüsebrühe angießen und aufkochen.

3 Anschließend das Mandelmus und das Nelkenpulver unterrühren und etwa 10 Minuten köcheln lassen. Pürieren und durch ein feines Sieb passieren. Anschließend mit Schmand, Eigelb, Salz, Pfeffer und Zucker montieren und abschmecken. Aufschäumen. Suppe nicht mehr kochen lassen.

4 Rosenkohl aus dem Backofen nehmen und abschmecken. In Suppentellern anrichten und mit der Mandel-Schaumsuppe übergießen.

Gänsebrust mit Beeren in Schwarztee, Gewürzmaroni und Wirsing

- 2 Gänsebrüste
- 5g Schwarze Teeblätter (z.B. Friesentee)
- Je 40g Rosinen, Maulbeeren, Preiselbeeren (alternativ Cranberrys)
- 150ml Portwein
- 150ml Madeira
- 300ml Gänsefond
- Salz
- Butterschmalz

Maroni:

- 300gr. Maronen (vorgegart und vakuumiert)
- Butter
- 3 EL Portwein
- 3 EL Noilly Prat
- 2 Zweig Salbei
- 3 Stengel Petersilie
- 1-2 TL Kokosblütenzucker

Wirsing:

- 400gr. Wirsing
- 2-3 Schalotten
- Rapsöl
- Salz, Pfeffer, Muskat, Chayenne
- Speckschwarte
- 100ml Gänsefond
- 100ml Sahne

Gänsebrust:

1 Einige Stunden vor dem Servieren einen Schwarztee mit der Friesenteemischung kochen und die Beeren darin einlegen. Bis zum Servieren ziehen lassen.

2 Die Gänsebrüste vakuumieren und bei 65 °C etwa 40 Minuten sous-vide garen.

3 In der Zwischenzeit den Madeira und den Portwein mischen und reduzieren, bis etwa nur noch 100 ml vorhanden sind. Mit dem Gänsefond vermischen und auf 300 ml einkochen. Ggf. salzen.

4 Die Gänsebrüste aus dem Wasserbad und dem Vakuum holen. Die Haut karoförmig einschneiden. Eine gusseiserne Pfanne erhitzen. Butterschmalz zugeben und die Gänsebrust auf der Hautseite anbraten, bis die Haut kross ist. Wenden und 1-2 Minuten weiter braten, dabei immer wieder mit dem Butterschmalz nappieren. Die Gänsebrüste 5 Minuten ruhen lassen. Teebeeren leicht erwärmen.

5 Die Gänsebrüste dünn aufschneiden und die Streifen auf Teller verteilen. Sauce darüber gießen und die Teebeeren verteilen. Etwas getrocknete Schwarzteeblätter auf den Tellern verteilen.

Maroni:

Etwas Butter aufschäumen und die halbierten Maroni darin leicht anbraten, mit dem Zucker abstäuben und dann mit Port und Wermuth ablöschen. Salbei und Petersiele fein hacken und kurz vor dem servieren unter die Maroni ziehen.

Wirsing:

Wirsing in feine Streifen schneiden, Schalotten fein würfeln. Zwiebeln und Schwarte in Öl anbraten, wenn die Zwiebeln glasig sind, Wirsingstreifen dazugeben und mitbraten. Achtung möglichst nicht braun werden lassen. Dann mit Sahne und Fond aufgießen und bissfest garen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Chayenne abschmecken.

Wirsing als Bett kreisförmig anrichten, Maroni am Rand des Wirsings mit anrichten und die Gänsebrusttranchen daraufgeben. Mit einigen Beeren aus der Soße dekorieren und die Sauce am Schluss außen um das Wirsingbett geben.

Zutaten für das Topfen-Soufflé mit Apfel-Birnen-Zwetschgenröster (Für 4 Personen):

Für das Topfen-Soufflé:

- 250 g Magertopfen
- 60 g Butter
- 50 g Zucker
- 3 Eier
- 30 g Weichweizengrieß
- 1 Prise Salz
- 1 TL Vanillezucker
- 1 TL Zimt
- Schale einer halben Zitrone.
- Etwas Puderzucker

Für den Obströster: (reicht auch für 8)

- 4 Zwetschgen
- 1 Nashi-Birne
- 1 Apfel
- 200 ml Portwein
- 50 ml Orangensaft
- 2 EL Honig
- 1 Sternanis
- 1/2 Zimtstange

Zubereitung:

1 Für das Soufflé den Magertopfen in ein mit Küchentuch ausgelegtes Sieb geben und gut abtropfen lassen. Das dauert etwa 1-2 Stunden. Die Butter aus dem Kühlschrank holen und abwiegen. Derweil vier Soufflé-Förmchen mit Butter fetten und mit wenig Zucker bestreuen, so dass dieser am Boden und an den Rändern kleben bleibt.

2 Dann die Eier trennen. Die Butter mit dem Zucker mit einem Handrührgerät rühren. Die drei Eigelb schrittweise zugeben und alles zu einer glatten Crème verrühren. Am Ende den abgetropften Quark, den Grieß, die Zitronenschalen und den Zimt unterrühren. Das Eiweiß steif schlagen und unter die Crème heben. Den Backofen auf 180°C vorheizen.

3 Die Masse auf die vier Förmchen verteilen. Die Förmchen in eine Wanne stellen. Heißes Wasser in die Wanne füllen, bis die Förmchen zu 2/3 im Wasser stehen und das Soufflé etwa 20 bis 25 Minuten backen. Während dieser Zeit den Backofen nicht öffnen, denn sonst fällt das Soufflé in sich zusammen.

4 In der Zwischenzeit den Obströster zubereiten. Dafür schälst Du Birne und Apfel. Dann viertelst Du die Pflaumen, achtest die Nashi-Birne und den Apfel und entfernst Kerne und Kerngehäuse. Anschließend brätst Du die Früchte bei mittlerer Hitze in etwas Butterschmalz

an und löschst diese dann mit Portwein und Orangensaft ab. Sternanis, Zimtstange und Honig zugeben und alles einkochen lassen.

5 Das Soufflé entnehmen, mit Puderzucker bestäuben und sofort mit dem Ragout servieren. Du musst Dich beeilen: Das Soufflé fällt schnell zusammen!