

| "Kerners Menü: „Zurück aus dem Urlaub“ | vom 02. September 2005"

Vorspeise: Tapas: Pa amb Oli, Pimientos de Padrón, Albondigas de Sobrasada von Tim Mälzer

Zutaten Pa amb Oli (4 Personen)

8 Scheiben	kräftiges Landbrot (etwa zwei Zentimeter dick geschnitten)
1	Knoblauchzehe
2	reife Tomaten
	bestes Olivenöl
	Salz (Meersalz)

Zubereitung

Die Brotscheiben im Ofen bei etwa 200° Celsius goldbraun rösten. Anschließend leicht mit der Knoblauchzehe einreiben und auf eine Platte geben. Die Tomaten halbieren und die Brotscheiben damit einreiben, so dass die Tomate ein wenig zerfällt. Zurück auf die Platte geben, mit dem Olivenöl beträufeln und leicht salzen. Wenn Tomate überbleibt, diese einfach auf dem Brot verteilen.

Tipp: Wer mag, serviert zu dem Brot noch etwas Jabugo Schinken oder ein wenig mallorquinischen Käse.

Zutaten Pimientos de Padrón (4 Personen)

500 g	Pimientos (kleine, grüne Paprika)
2 EL	Olivenöl
	Meersalz
	bestes Olivenöl zum Beträufeln

Zubereitung

Die Pimientos kalt waschen, gut abtropfen lassen und gründlich trocken tupfen.

Eine gusseiserne Pfanne erhitzen und das Olivenöl hineingeben. Kurz bevor es zu rauchen beginnt, die getrockneten Pimientos hineingeben und mit Meersalz würzen. Unter Schwenken zwei bis drei Minuten scharf anbraten, je nach Größe vielleicht auch länger.

Anschließend mit etwas bestem Olivenöl beträufeln servieren.

Tipp: Wichtig ist, das die Pimientos bei sehr hoher Hitze gebraten werden. Bei kleiner Pfanne lieber in zwei Portionen anbraten.

Zutaten Albondigas de Sobrasada (4 Personen)

75 g	durchwachsener Speck (nicht zu mager)
350 g	Mett
2 EL	spanisches Paprikapulver
1	Knoblauchzehe
2 EL	Olivenöl



1 EL	Honig
1 Dose	Tomaten (oder 3 vollreife Tomaten)
1 TL	Fenchelsaat
2 EL	gehackte Petersilie
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Speck fein würfeln und 20 Minuten in den Gefrierschrank legen. In der Moulinette in zwei Portionen klein häckseln. Knoblauch durchdrücken und in einer Schüssel mit dem Mett, Paprikapulver, Salz und Pfeffer mischen. Zu kleinen Bällchen formen.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Bällchen darin bei mittlerer Hitze rundherum angehen lassen. Fenchel und Tomaten in die Pfanne geben und kurz aufkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen und die gehackte Petersilie untermischen.

Abschließend mit Honig beträufeln.

© by JBK/Idee: Mälzer

Zwischengang: Salat von gegrilltem Gemüse mit Lammrücken von Ralf Zacherl

Zutaten (4 Personen)

600 g	Lammrücken, pariert, ohne Knochen und Haut (oder Lammhüfte)
1	mittlere Zucchini
2	Paprika (rot und gelb)
1	Zwiebel
3	reife Strauchtomaten
3	Knoblauchzehen
1	Zitrone
4 Zweige	Rosmarin
20 g	Butter
½ Bund	Blatt Petersilie
	Olivenöl
	Fleur de sel,
	schwarzer Pfeffer
	Alufolie

Zubereitung

Als erstes den Backofen vorheizen. Die Knoblauchzehen und die Zwiebel schälen, die Paprika entkernen und vierteln. Danach die Zucchini in fingerdicke Scheiben schneiden, die Blatt Petersilie sowie die geschälte Knoblauchzehe hacken.

Den Strunk von den Tomaten entfernen und mit der Zwiebel in fingerdicke Scheiben schneiden. Nun das ganze Gemüse in einer Grillpfanne mit wenig Öl goldbraun grillen und dabei kräftig würzen. Das Gemüse aus der Pfanne nehmen, in Alufolie einschlagen und im vorgeheizten Backofen bei 180° Celsius etwa zehn Minuten weiter garen.

In der Zeit den Lammrücken pfeffern, von allen Seiten scharf anbraten, auf ein Gitter setzen und im Backofen etwa sechs bis acht Minuten fertig garen. Wenn das Lamm im Ofen ist, das Gemüse mit einem Messer fein hacken, in eine Schüssel geben und mit dem ausgepressten Zitronensaft, Olivenöl und Blatt Petersilie vollenden. Den Lammrücken etwa zehn Minuten ruhen lassen, dann die Butter in einer Pfanne aufschäumen, den Rosmarin und die angeschlagenen Knoblauchzehen zugeben und den Rücken nochmals kurz nachbraten.

Den gebrillten Gemüse-Salat auf vier Teller verteilen, den Lammrücken aufschneiden, salzen und mit dem Rosmarin anrichten.

Hauptgang: Weißer Heilbutt im Bananenblatt mit malaysischem Gewürzreis von Johann Lafer

Zutaten (4 Personen)

2	Zitronen
2	Tomaten
4	Heilbuttfilets
20 cl	Olivenöl con Limone etwas Sesamöl
1 EL	Ingwer, gehackt
1 EL	rote Chilischote, gehackt
90 g	Karotten
90 g	Sellerie
90 g	Lauch
1 EL	Korianderblätter
60 ml	Sweet Chili Sauce
200 g	Basmatireis
20 g	Butter
300 ml	Wasser oder Brühe
3	Kardamonkapseln
1	Sternanis
3	Nelken
1	kleine Zimtstange
	Chili aus der Gewürzmühle
	Salz
	Pfeffer
	Bananenblätter zum Einrollen
	Alufolie

Zubereitung

Von der Zitrone die gelbe und die weiße Haut entfernen und in acht Scheiben schneiden. Die Tomaten ebenfalls in acht gleich dicke Scheiben schneiden.

Den Fisch mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Olivenöl con Limone einreiben. In einer Pfanne etwas Sesamöl erhitzen und Ingwer, Chili, Karotten-, Sellerie- und Lauchstreifen darin kurz ansautieren. Mit Salz würzen und den geschnittenen Koriander zugeben.

Pro Portion je ein Bananenblatt bereit legen, dieses kurz auf dem Grill oder in einer heißen Pfanne erwärmen und dann mit etwas Olivenöl con Limone bepinseln. Zwei Zitronenscheiben auf das Blatt legen, darauf zwei Scheiben Tomaten geben, mit Salz und Pfeffer würzen und obenauf ein Stück Heilbutt setzen. Etwas von dem Gemüse darüber verteilen, vorsichtig einrollen und verschließen. Das Ganze in Alufolie einrollen und auf dem Rost des Grills etwa 15 Minuten garen (oder im vorgeheizten Backofen 20 Minuten bei 170° Celsius).

Zum Servieren die Rolle der Länge nach aufschneiden, aufklappen und mit Sweet Chili Sauce beträufeln. Den Reis waschen. Einen Topf erhitzen, innen mit Butter ausreiben und den Reis darin glasieren. Das Wasser, in welches man vorher alle Gewürzen gibt, zugießen, aufkochen lassen, die Herdflamme ausschalten und den Reis auf der Platte etwa 20 Minuten gar ziehen lassen. In der Zwischenzeit 2 Tomaten in kleine Stückchen schneiden und Koriander hinzugeben. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Tomatenstückchen hinzugeben und nach Geschmack mit Pfeffer, Salz und Zwiebeln würzen. Fertig ist eine selbstgemachte Salsa.

Zusammen mit dem Heilbutt und dem Reis servieren.

Hauptgang: Wiener Schnitzel mit Erdäpfel-Vogerl-Salat von Sarah Wiener

Zutaten (4 Personen)

Schnitzel

4	Schnitzel (Biofleisch, Kalbsoberschale)
2	Bio-Eier
150-200 g	Brösel (z. B aus altem Baguette)
500-1000 g	Butterschmalz
1	Zitrone
150-200 g	Mehl
	Salz
	Pfeffer
	Küchenpapier

Erdäpfel-Vogerl-Salat

2 handvoll	Vogerlsalat (Feldsalat)
1 kg	Bio-Erdäpfel
1	Zwiebel oder Schalotte
1	Knoblauchzehen
1 EL	Senf
1 Tasse	Gemüse- oder Fleischbrühe
2-3 EL	Kürbiskernöl
	etwas Pflanzenöl
2-3 EL	Weißweinessig
	Salz
	Pfeffer

Gurkensalat

1	Gurke
½ TL	Salz
2-3	Knoblauchzehen
1 Prise	Cayennepfeffer
1 Prise	Paprikagewürz
100 g	saure Sahne oder fetten Joghurt
1-2 EL	Zitronensaft
	etwas Olivenöl
	Pfeffer
	Petersilie zum Garnieren

Zubereitung

Schnitzel

Die Schnitzel aus der Kalbsoberschale flach klopfen und in Mehl wälzen. Die Eier verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen und die Schnitzel darin wenden, bevor man sie anschließend in den Semmelbröseln wendet. Reichlich Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, so dass die Schnitzel schwimmen können. Wenn das Fett heiß ist, die Schnitzel in die Pfanne legen, von jeder Seite einige Minuten goldbraun braten, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit einer Zitronenscheibe servieren.

Erdäpfel-Vogerl-Salat

Den Vogerlsalat putzen und zur Seite stellen. Die Erdäpfel mit Schale 20 Minuten kochen, danach schälen. Zwiebel würfelig schneiden, Knoblauchzehen fein hacken und beides in einer Pfanne in etwas Öl anbraten. Den Senf hinzufügen, mit der Brühe kurz aufkochen und darin die noch warmen Erdäpfeln in Scheiben hineinschneiden. Mit Salz



und Pfeffer abschmecken, den Vogerlsalat leicht unterheben und mit Weißweinessig abschmecken. Kurz vorm Servieren mit Kürbiskernöl verzieren.

Gurkensalat

Die Knoblauchzehe schälen und klein schneiden. Gurke schälen und fein in Scheiben in eine Schale hobeln. Mit Salz vermischen und alles gefühlvoll mit den Händen ausdrücken. Etwas stehen lassen und das Wasser, welches sich gebildet hat, abgießen. Mit den Gewürzen, dem Knoblauch und der sauren Sahne mischen Anschließend mit Zitronensaft und Olivenöl abschmecken. Mit Petersilie garnieren.

© by JBK/Idee: Wiener



Dessert: Kölner Herrencreme von Rainer Sass

Zutaten (4 Personen)

5	Eigelb
120 g	Zucker
40 g	Mehl
½ L	Milch
1	Vanilleschote
1 Becher	süße Sahne
50 g	bittere Schokolade
1 EL	Rum

Zubereitung

Eigelb mit Mehl und 100 g Zucker schaumig rühren. Vanilleschote auskratzen und in der Milch zehn Minuten ausköcheln lassen. Dann die Schote entfernen und nach und nach die Vanillemilch in die Schaummasse rühren, so dass eine sämige Konsistenz entsteht.

Alles in einen Topf geben und unter ständigem Rühren einmal leicht aufkochen lassen. Die Masse zwei Stunden im Kühlschrank erkalten lassen. Sahne mit dem restlichen Zucker steif schlagen. Schokolade raspeln und mit der Sahne unter den Pudding geben. Mit dem Rum verfeinern.

© by JBK/Idee: Sass