

| Kerners Menü: „Einfach kochen“ | am 27. Januar 2006

Vorspeise: Pilzrahmsuppe von Horst Lichter

Zutaten (für vier Personen)

150 g	Schwarzwälder Schinken
1	rote Zwiebel
20 g	Butter
1 EL	Tomatenmark
	Olivenöl
50 g	Pfifferlinge
50 g	Austernpilze
50 g	Schafspilze
1/2 Fl	trockenen Rotwein
0,5 Ltr	Sahne
4	Eier
1 Tafel	Bitterschokolade
4 – 6	Knoblauchzehen
	Salz
	Pfeffer
	Muskatnüsse
	Zucker

Zubereitung:

Im Suppentopf in einem Tropfen Öl und Butter erst den fein gewürfelten Schinken-Speck anbraten, dann die gehackten Zwiebelchen ebenfalls dazugeben. Die Pilze gereinigt ebenso in feine Würfelchen schneiden, dazugeben, und die Knoblauchzehen hinein pressen, wieder kurz anbraten. Jetzt das Tomatenmark hinzu, kurz unter Rühren erhitzen und mit dem Rotwein ablöschen, die Sahne dazu (etwas Sahne für später übrig lassen) und aufkochen lassen. Würzen mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Zucker.

Nun von der Flamme nehmen. Die Eigelb vom Eiklar trennen und das Eigelb mit etwas Sahne aufschlagen, um damit die Suppe legieren.

Von der Tafel Schokolade mit einem großen Messer dünne Scheiben schaben und als Deko auf die Suppe streuen.

2. Vorspeise: Büffelmozzarella mit Mangoscheiben und Chili von Sarah Wiener

Zutaten (für vier Personen)

2	runde Büffelmozzarella (à 200g)
1	reife Flugmango
0,5	rote Chilischote
1	kleine rote Zwiebel
1	Orange
3 EL	Arganöl (Bio)
	Meersalz
	Pfeffer aus der Mühle
1 Bund	frisches Koriandergrün (alternativ: Kerbel)

Zubereitung:

Den Mozzarella und die Mango in dünne Scheiben schneiden und abwechselnd auf einen Teller oder eine Platte legen. Die Zwiebel in sehr dünne Ringe schneiden, diese über die Mozzarella- und Mangoscheiben streuen.

Die entkernte halbe Chili fein schneiden. Die Orange pressen. Den Saft der Orange mit dem Arganöl, gehackter Chili und Salz und Pfeffer mischen.

Den Koriander fein hacken und damit das Gericht verzieren.

Hauptgang: gefüllte Dorade mit Risotto Milanese von Johann Lafer

Zutaten (für vier Personen)

1 kg	Doraden rosé, geschuppt und küchenfertig
3,5 Scheiben	Toast
5	Schalotten
3 Zehen	Knoblauch
30 g	schwarze Oliven ohne Steine
3	getrocknete Tomaten
0,5 EL	frischer Thymian
0,5 EL	frischer Rosmarin
1	Eigelb
400 g	Risottoreis
1 TL	Safranfäden
150 ml	Weißwein
1 Ltr.	Geflügelfond
40 g	Parmesan
1 Stiel	Salbei
4 EL	Olivenöl
7 EL	Olivenöl con limone
	Butter
	Salz
	Pfeffer
	Mehl
	Küchengarn

Zubereitung:

Die Doraden innen und außen waschen und trocken tupfen. Das Fischfleisch am Rücken von jeder Seite bis zur Mittellinie hin vorsichtig mit einem scharfen Messer von den Gräten lösen. Das Toastbrot entrinden und in feine Würfel schneiden.

Zwei Schalotten und zwei Knoblauchzehen schälen, in feine Würfel schneiden und bei mittlerer Hitze in drei Esslöffel Olivenöl goldbraun braten. Toastbrotwürfel zugeben und ebenfalls goldbraun braten. Die Toastbrotmischung vom Herd nehmen.

30 Gramm schwarzen Oliven, drei getrocknete Tomaten, Thymian und Rosmarin fein hacken und mit zwei Esslöffeln Olivenöl con limone und einem Eigelb zu der Toastbrotmischung geben. Alles verkneten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Doraden in den Einschnitten mit einem Esslöffel Olivenöl bestreichen und die Füllung vorsichtig mit einem Löffel hineingeben. Anschließend die Doraden mit Küchengarn umwickeln, auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und in etwas Mehl wenden.

Fünf Esslöffel Olivenöl con limone erhitzen und die Doraden von beiden Seiten anbraten. Knoblauch, Thymian und Rosmarin beigeben und darin (durch ständiges Übergießen mit dem Kräuteröl) fertig braten. Zum Schluss 20 Gramm Butter zugeben und die Doraden damit glasieren.

Für das Risotto 70 Gramm Schalotten in feine Würfel schneiden. 20 Gramm Butter in einem Topf erhitzen. Schalottenwürfel zugeben und bei mittlerer Hitze glasig dünsten.

400 Gramm Reis und einen Teelöffel Safranfäden zugeben, kurz andünsten und mit dem Weißwein ablöschen. Unter Rühren 150 ml Wein fast völlig vom Reis aufnehmen lassen. Dann ein Drittel des heißen Fonds angießen und unter Rühren fast völlig vom Reis aufnehmen lassen. Diesen Vorgang noch zwei Mal wiederholen, bis der Fond verbraucht ist. Dies dauert ca. 18 bis 20 Minuten. Dabei immer wieder rühren, damit der Reis nicht ansetzt.

Risotto mit Salz und Pfeffer würzen und Butter und Parmesan untermischen. Mit gehobeltem Parmesan und abgezupften Salbeiblätter bestreuen und mit den gefüllten Doraden servieren.

Hauptgang: Brasato Rosa vom Rinderfilet von Cornelia Poletto

Zutaten (für vier Personen)

600 g	Rinderfilet, pariert
	Olivenöl zum Braten
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
1 l	Rotwein
1/4 l	Portwein, rot
1 EL	schwarze Pfefferkörner
2	Lorbeerblätter
2 Zweige	Rosmarin
2 Zweige	Thymian
1 Bund	Suppengemüse

Für die Polenta:

150 g	Polenta
1 l	Geflügelbrühe
50 g	Butter
1 Zweig	Rosmarin
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
150 g	Butter
2	Schalotten
250 ml	reduzierten Rotweinfond (siehe oben)
	Salz zum Abschmecken

Die Zubereitung:

Das Rinderfilet salzen und pfeffern, in Olivenöl von allen Seiten anbraten. In der Zwischenzeit das Suppengemüse würfeln und mit Rosmarin, Thymian, Lorbeerblättern und den schwarzen Pfefferkörnern zusammen mit dem Rotwein und dem Portwein aufkochen lassen. Die Flüssigkeit um ein Drittel reduzieren lassen, anschließend die Gemüse mit Hilfe eines feinen Siebes herausfiltern. Das Rinderfilet in dem so entstandenen Rotweinfond einlegen und in einem Bräter mit Deckel (alternativ: in einem großen Topf, der mit Alufolie abgedeckt wird) bei 120 Grad im Ofen ca. 30-45 Minuten gar ziehen lassen.

Die Geflügelbrühe aufkochen lassen, die Polenta einröhren und circa 30 Minuten köcheln lassen. Den Rosmarin hacken, hinzugeben und zusammen mit der Butter einröhren. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Soße zu dem beim Einkochen von Rotwein und Portwein entstandenen Rotweinfond (rund 250 ml, siehe oben) zwei kleingehackte Schalotten geben und weiter reduzieren lassen. Danach die handwarme Butter einröhren („aufmontieren“), so dass Rotweinbutter entsteht. Mit Salz abschmecken.

Das Fleisch in Scheiben aufschneiden und mit Polenta und Rotweinbutter auf Tellern anrichten.

Dessert: Apple Crumble mit Vanilleeis von Rainer Sass

Zutaten (für vier Personen)

1 kg	säuerliche Äpfel
2 EL	Zucker
1 Stück	nussgroßes Ingwer-Stück
1 Schote	Chili, klitzeklein
80 g	Rosinen
1 Glas	Apfelsaft (etwa 200 ml)
1	unbehandelte Zitrone

Für die Streusel:

100 g	Mehl
50 g	Butter
50 g	Zucker

Für das Vanilleeis:

5	Eigelb
2 EL	Zucker
0,5 Ltr.	süße Sahne
1 Stange	Vanille

Die Zubereitung

Die Äpfel schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Den Ingwer und die Chilischote klitzeklein würfeln. Die Apfelstücke mit Zucker, Ingwer, Chili, Zitronensaft und Apfelsaft aufsetzen und leicht weich kochen lassen – die Flüssigkeit sollte verkocht sein. Die Rosinen in heißem Wasser ca. fünf Minuten einweichen – abtropfen lassen und zu den Äpfeln geben.

Aus Mehl, Butter und Zucker Streusel kneten – die Apfelmasse in eine Auflaufform geben, die Streusel darüber und alles bei ca. 180 Grad im Ofen backen lassen, bis die Streusel angebräunt sind.

Für das Vanilleeis die süße Sahne mit der ausgekratzten Vanillestange in einem Stieltopf fünf bis sechs Minuten köcheln lassen. Das Eigelb mit Zucker über einem Wasserbad schaumig rühren – Sahnmischung nach und nach dazu geben – kräftig rühren. Dann die Mischung in einen Topf geben und einmal aufkochen lassen. Jetzt wird die Masse richtig fest und erhält die gewünschte Konsistenz. Entweder im Kühlschrank vier bis fünf Stunden auskühlen lassen oder in einer Eismaschine mit Gefriereinsatz geben und zu köstlichstem Vanilleeis rotieren lassen.

Den Apple Crumble mit dem Vanilleeis servieren.