

| Kernels Menü am 03. November 2006 | „Fast Food einmal ganz anders“

Vorspeise: Die schnellste Tomatenkraftbrühe der Welt von Alexander Herrmann

Zutaten für vier Personen

6	Tomaten
2 Zweige	Estragon
100 ml	Gemüsebrühe
0,5 Zehe	Knoblauch
3	Riesengarnelen (Größe 8/12er)
100 ml	Sahne
1 EL	Olivenöl
	Meersalz
	Pfeffer, schwarz

Zubereitung

Die Tomaten waschen, grob in kleine Stücke schneiden, den Estragon abzupfen und die halbe Knoblauchzehe in feine Scheibchen schneiden. Anschließend die Gemüsebrühe heiß werden lassen.

Nun die Tomatenstücke, mit Knoblauch, Brühe, Salz und schwarzem Pfeffer mit dem Zauberstab fein pürieren. Die Estragonstiele hinzugeben, bei mittlerer Temperatur langsam aufkochen lassen und durch ein Spitzsieb mit Passiertuch abgießen. Heraus läuft eine ganz klare, weiße, voll aromatische Tomatenkraftbrühe.

Die Riesengarnelen schälen, den Darm entfernen, in feine Stückchen schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl kurz anbraten.

Die angebratenen Garnelen in Suppentassen verteilen, die heiße Tomatenkraftbrühe aufgießen und mit einem Klecks aufgeschlagener Sahne, mit einer Prise Salz und gehacktem Estragon veredeln.

Gemüsebrühe selber machen

140 g	Zwiebeln
85 g	Karotten
25 g	Lauch
65 g	Sellerie
150g	Tomaten
10 g	Petersilienblätter
40 g	Meersalz

Zubereitung

Den Backofen auf 75 °C Umluft (85 °C bei Ober- und Unterhitze) vorheizen. Zwiebeln, Karotten, Lauch und Sellerie schälen bzw. putzen und in feine Würfel schneiden bzw. hacken. Die Tomaten waschen, den Stielansatz herausschneiden und die Tomaten klein schneiden. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und hacken. Alles mit dem Meersalz in einen Mixer geben und möglichst fein pürieren.



Eine Auflaufform mit Backpapier auslegen und die Masse darauf geben. Über Nacht (etwa 8 Stunden) im Backofen trocknen lassen, dabei die Ofentür einen Spalt offen lassen. Die Masse im Mixer fein mahlen, falls nötig, durch ein Sieb streichen. Das Pulver ist in einem gut verschließbaren Gefäß mindestens 10 Wochen haltbar. Zum Würzen benötigt man 1 TL Pulver für 1 Tasse Flüssigkeit.

© by JBK/Idee: Herrmann

Zwischengang: Gefülltes Hörnchen à la Cheeseburger von Horst Lichter

Zutaten für vier Personen

8	Scheiben Blätterteig, tiefgekühlt, rechteckige Scheiben
20 g	Butter
4 EL	süßer Senf
20 g	Schnittlauch
20 g	Petersilie
20 g	Gouda, gerieben
4	Fleischtomaten
1	Gurke
4-6 Scheiben	Kochschinken
	Mehl zum Ausrollen des Blätterteiges

Zubereitung

Den Backofen auf 220 Grad Celsius vorheizen.

Gurke schälen und entkernen, in feine Streifen schneiden. Die Tomaten häuten, entkernen und in feine Würfel schneiden, ebenso den Schinken. Petersilie und Schnittlauch fein hacken.

Für die Füllung: Schinken, Tomate, Schnittlauch, Petersilie mit dem Senf vermischen.

Den Blätterteig auf meliertem Untergrund auslegen und in Dreiecke schneiden, mit dem Käse gleichmäßig bestreuen. Einen Esslöffel Füllung darauf geben. Die Gurkenstreifen einlegen, jetzt die Hörnchen aufrollen und an den Ecken zusammen drücken.

Im Backofen circa 12-15 Minuten goldbraun backen. Die fertigen Hörnchen mit flüssiger Butter einpinseln.

1. Hauptgang: Schuhbecks bayerische Fischstäbchen mit Kopfsalat-Pesto von Alfons Schuhbeck

Zutaten für vier Personen

4	Zanderfilet à 150 g, ohne Haut und entgrätet
8 Scheiben	dunkles Brot, hauchdünn geschnitten, vom Vortag
1 EL	Dijonsenf
4 EL	Olivenöl
80 g	Blattspinat
80 g	Kopfsalatblätter oder Kräuterblätter wie Basilikum, Bärlauch usw.
1 TL	Parmesan, frisch gerieben
1 TL	Mandelblätter
0,5 Zehn	Knoblauch
80 ml	Olivenöl
40 g	gebräunte Butter (nicht zu heiß)
1	Zitrone
	Pfeffer aus der Mühle
	Salz

Zubereitung

Fischfilets so zuschneiden, dass sie etwas kleiner als die Brotscheiben sind. Die Filets von beiden Seiten salzen und pfeffern, mit Senf bestreichen und wie ein Sandwich in jeweils zwei Brotscheiben legen. Die Brotscheiben fest an die Filets drücken.

Die Zanderfilet-"Sandwiches" in Streifen schneiden und im Öl bei mittlerer Hitze von beiden Seiten in insgesamt vier bis fünf Minuten kross braten. Aus der Pfanne nehmen und kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das Pesto die Spinatblätter von den Stielen zupfen, gründlich waschen, abtropfen lassen und in Salzwasser blanchieren. In kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. Mit den Händen das übrige Wasser noch gut ausdrücken. Grob zerkleinern und in eine Küchenmaschine geben.

Die gewünschte Buttermenge in einem kleinen Topf bei mittlerer Temperatur langsam erhitzen, bis sie goldbraun ist und ein nussiges Aroma hat. Den Topf vom Herd nehmen und die Butter durch ein mit Küchenpapier ausgelegtes Sieb gießen.

Die Salatblätter waschen, trocken schleudern, in Streifen schneiden und mit Parmesan, Mandeln, in Scheiben geschnittenen Knoblauch, Olivenöl und brauner Butter ebenfalls in den Mixer geben. Mit einigen Tropfen Zitronensaft, etwas geriebener Zitronenschale, Salz und Pfeffer würzen und zu einer glatten grünen Paste mixen.

2. Hauptgang: Hot Dog mit Garnelenwürstchen und Curry-Kirschwasser-Ketchup von Mario Kotaska

Zutaten für vier Personen

400 g	Seawater Garnelen, ohne Schale, Kopf und Darm
300 ml	Sahne
50 g	Korianderkörner, geröstet, in einer Gewürzmühle
3 Zehen	Knoblauch
2 Zweige	Thymian
1	Lorbeerblatt
1 Mtr.	Saitlinge (feiner Wurstdarm zum selber Füllen vom Metzger)
4	Hot Dog Brötchen
1	Salatgurke
70 g	Röstzwiebeln
150 ml	Curryketchup pikant
8 cl	Kirschwasser
2	Vanilleschoten
2 EL	Madras Curryspläne im Streuer (ähnlich einem Puderzuckerstreuer)
2 Bund	Rucola
	Olivenöl zum Braten
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Zwei Knoblauchzehen schälen und sehr fein hacken. Die Garnelen in der Küchenmaschine zerkleinern und nach und nach Sahne hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer, Koriander und Knoblauch würzen, kaltstellen. Es entsteht eine Farce.

Die Saitlinge in warmem Wasser einweichen und entwirren.

Die Garnelenfarce in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen, in die Saitlinge stülpen und diese mit gleichmäßigen Druck befüllen. In einem Topf mit gesalzenem Wasser, einer Knoblauchzehe, Thymian und Lorbeerblatt pochieren. Anschließend herausnehmen und im Eiswasser abschrecken.

Die Salatgurke schälen, entkernen und in kleine Würfelchen schneiden. Ansalzen und Wasser ziehen lassen.

Die Vanilleschote vorsichtig aufschlitzen, das Vanillemark herauskratzen und mit Curry und dem gerösteten und gemahlenen Koriander in wenig Olivenöl anschwitzen. Mit Kirschwasser ablöschen und kurz flambieren. Den Curryketchup und die ausgedrückten Gurkenwürfelchen dazugeben, mit Curryspläne abschmecken und warm stellen. Den Rucola schneiden und zu dem Ketchup geben.

Die Würstchen in einer Pfanne kurz bei geringer Hitze in Olivenöl braten.

Brötchen aufschneiden und das Garnelenwürstchen hineinlegen.

Mit dem warmen Curry-Kirschwasser-Gurken-Rucolaketchup bestreichen, Röstzwiebeln und Curry-Pulver darüber streuen.

Tipp:

Die Hot Dogs in Papier mit Serviette servieren.

Dessert: Schokoladen- und Himbeer-Cup Cakes von Peggy Porschen

Zutaten für vier Personen

125 g	Butter
335 g	Zucker
450 g	Schokoladenkuvertüre, dunkel (53%)
200 ml	Vollmilch
4	Eier, Klasse L
220 g	Mehl
1,5 TL	Backpulver
2-3 EL	Kakaopulver
250 g	Himbeeren, frisch oder TK
1 Bund	Minze, frisch
125 ml	Sahne, frisch
600 g	Puderzucker
1	Zitrone, bio
	rosa Speisefarbe
	grüne Speisefarbe
	Salz

Zubereitung

Den Backofen auf 160 Grad Celsius vorheizen.

Butter und die Hälfte des Zuckers in einer elektrischen Rührschüssel mit "Flachschläger" schaumig schlagen, bis die Masse luftig und hell wird.

In der Zwischenzeit 150 g dunkle Schokoladenkuvertüre fein hacken und mit der Milch und die Hälfte des Zuckers aufkochen bis der Zucker und die Schokolade sich aufgelöst haben und zur Seite stellen.

Eier kurz verrühren und zu der Buttermasse geben. Mehl, Kakaopulver, Backpulver und Salz miteinander versieben und unterrühren.

Die heiße Schokoladenmilch langsam in den Teig einrühren.

Die Muffinformchen (Papiermanschetten) in das Muffinblech setzen, zwei bis drei Himbeeren in den Boden platzieren und den flüssigen Teig mit Hilfe eines Messbechers ungefähr zwei Drittel hoch einfüllen.

Auf 160 Grad mit Ober- und Unterhitze circa 15 Minuten backen. Danach auf einem Gitter abkühlen lassen.

Für die dunkle Ganache (Schokoladenüberzug): 300 Gramm dunkle Schokoladenkuvertüre fein hacken. Die Sahne kurz aufkochen und über die Schokolade geben. Mit einem Schneebesen verrühren bis eine cremige Schokoladenmasse entsteht.

Leicht abkühlen lassen.

Für die Eiweiß-Spritzglasur: Puderzucker in die Rührschüssel sieben. Zwei Eiweiß kurz verquirlen und mit einem Spritzer Zitronensaft zum Puderzucker geben. Auf niedrigster Stufe langsam steif rühren. Mit einem feuchten Tuch abdecken.



Etwa die Hälfte der Eiweiß Spritzglasur rosa färben und in eine Spritztüte mit Rosenblattfülle füllen. Auf einen Blütennagel ein Stückchen Papier kleben und die Blütenblätter aufspritzen. Papier vom Nagel abnehmen und Blüten trocknen lassen.

Ein Viertel der Eiweiß Spritzglasur hell rosa färben und mit einer kleinen Pergament Spritztüte kleine Tüpfchen in die Mitte der Blüten spritzen.

Ein Viertel der Eiweiß Spritzglasur hellgrün färben und in eine kleinen Pergament Spritztüte füllen. Die Spitze der Pergamentspritztüte mit einer Schere einschlitzen und kleine Blättchen auf Backpapier spritzen und trocknen lassen.

Die abgekühlten Cup Cakes mit der dunklen Ganache überziehen und fest werden lassen, evtl. im Kühlschrank kurz kaltstellen. Dann die sind die Blüten und Blätter darauf setzen.

Tipp

Auf einer hübschen Kuchenplatte evtl. mit frischen Himbeeren und Minze anrichten.

© by JBK/Idee: Porschen