

| Kernels Menü am 11. Mai 2007 | „Überraschungsmenü“

Vorspeise: Rinderfilet mit Parmesan-Chips-Panade auf Gemüse-Nuss-Bett von Horst Lichter

Zutaten für vier Personen

400 g	Rinderfilet
1	Zwiebel
2	Knoblauchzehen
2	Chilischoten
1	Paprika, rot
1	Paprika, gelb
20 g	Butter
2 EL	Sojasoße
100 ml	Sahne
10	Walnüsse, gehackt
50 g	Kartoffelchips
50 g	Parmesan
1 Zweig	Rosmarin
	Öl zum Braten
	Salz
	Pfeffer

zur Dekoration:

1	Chicoree
1	Mango
4 bis 5	Radieschen

Zubereitung

Das Filet in vier Stücke schneiden, mit Olivenöl beträufeln. Je zwei fein geschnittene Scheiben Knoblauch, eine Walnusshälfte und einen Zweig Rosmarin auflegen. Das Ganze im Backofen bei 120 Grad Celsius circa 20 Minuten ziehen lassen.

Die Zwiebel fein hacken und den restlichen Knoblauch in feine Scheiben schneiden.

Chilischoten halbieren und entkernen, auch in feine Streifen schneiden. Paprika in Ringe schneiden.

Alles zusammen mit etwas Öl und Butter in einer tiefen Pfanne andünsten. Die Sojasauce hinzugeben, ebenso die Sahne, dann und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Zum Schluss die Walnüsse hinzugeben.

Die Steaks aus dem Backofen nehmen, halbieren und von beiden Seiten in der Pfanne kurz anbraten. Anschließend das Fleisch wieder auf ein Backblech legen, und das Gemüse auf dem Fleisch verteilen.

Nun alles mit einer Mischung aus Chips, die fein gebröselt wurden, und Parmesankäse bedecken.

Bei Oberhitze (circa 190 °C) im Backofen kurz überbacken.

Mit Chicoree und Mangospalten, sowie den fein geschnittenen Radieschen garnieren.



Zwischengang: Fenchel-Basilikum-Gemüse mit asiatischem Thunfisch von Sarah Wiener

Zutaten für vier Personen

1	Thunfischfilet
6 EL	Sojasauce
2 Zehen	Knoblauch
1 EL	Honig
1	Ingwer
2	Schalotten
1	Fenchel
10	Tomaten
1 Dose	Kidneybohnen
1 Bund	Basilikum
	Champagner oder Sekt
	Pflanzenöl

Zubereitung

Eine Knoblauchzehe und den Ingwer schälen, hacken und mit der Sojasauce, dem Honig und mit sechs Esslöffeln Pflanzenöl mischen. Den Thunfisch darin marinieren.

Anschließend den Thunfisch in Öl scharf anbraten und zur Seite stellen.

Die Schalotten schälen und mit dem Fenchel in Scheiben schneiden.

Die Tomaten mit kochendem Wasser übergießen, in Eiswasser abschrecken, häuten und würfeln. Eine Knoblauchzehe fein hacken.

Die Schalotten und den Fenchel in einer Pfanne mit Öl anschmoren, die Tomaten und den Knoblauch dazugeben und mit etwas Champagner oder Sekt ablöschen.

Kurz vor dem Servieren die abgespülten die Kidneybohnen und das gehackte Basilikum unterheben.

1. Hauptgang: Curry vom Weichweizen mit Rote Bete-Pesto und krossem Zander von Ralf Zacherl

Zutaten für vier Personen

Rote-Bete-Pesto

80 g	Rote Bete, gekocht
1 EL	Pinienkerne
1 EL	Parmesan
6-8 EL	Olivenöl
0,5	Zitrone
	Salz
	Honig

4	Zanderfilets, mit Haut, à 150g
120 g	Weichweizen
1	Fenchelknolle
1 Zehe	Knoblauch
0,5 TL	Honig
1 TL	Marillenmarmelade
1	Zwiebel
0,4 Ltr.	Gemüsefond
1-2 TL	Currypulver
0,5	Chilischote
0,5	Pfirsich
20 g	Parmesan
30 g	Butter
12 Blätter	Basilikum
	Meersalz
	weißer Pfeffer
	Olivenöl
	etwas Mehl

Zubereitung

Rote-Bete-Pesto

Die Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne goldbraun rösten. Die Zitrone auspressen, die Rote Bete würfeln. Danach alle Pesto-Zutaten in einen Mixer geben, mixen und mit einem bis zwei Esslöffeln Zitronensaft, Salz und Honig abschmecken und kühl stellen.

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Fenchel halbieren, den Strunk entfernen und ebenfalls in Würfel schneiden.

Alles in Olivenöl anschwitzen mit Curry, Salz, Honig, Marmelade und Chili würzen. Den Weichweizen zugeben und mit Gemüsefond bedecken. Die Hitze reduzieren und das Curry circa 15 Minuten fertig köcheln. Dabei ab und zu umrühren und immer wieder Fond auffüllen.

In der Zeit den Pfirsich in kleine Würfel schneiden und den Basilikum grob zupfen.

Die Zanderfilets würzen, die Hautseite leicht mit Mehl stäuben und in einer geölten Pfanne auf der Haut, bei mittlerer Hitze, knusprig braten.

Zum Schluss Butter, Pfirsich, Parmesan, Basilikum unter das Curry rühren und noch mal abschmecken.

Das Curry auf vier Teller verteilen, den Fisch darüber geben und das Pesto dazu reichen.

2. Hauptgang: Schweinekotelett mit geschmolzenem Mozzarella, Rucolanudeln, gebratenem Spargel und Chili-Erdbeeren von Alexander Herrmann

Zutaten für vier Personen

4	Schweinekoteletts
500 Gramm	Tagliatelle
1,5 Kugeln	Mozzarella
3 Zweige	Rosmarin
3 Zehen	Knoblauch
1,5 EL	Butter
2 TL	Olivenöl
1	Schalotte
0,15 Ltr.	Weißwein
0,2 Ltr.	Sahne
1,5 Bund	Rucola
12	Stangenspargel
8	Erdbeeren
1 Schote	Chili, klein
1 TL	Marillenmarmelade
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

Ofen auf 100 Grad vorheizen.

Die Schweinekoteletts mit etwas Salz würzen, in einer Pfanne mit einem Schuss Olivenöl von beiden Seiten anbraten und Rosmarin und Knoblauchzehen hinzugeben. Das Fleisch auf ein Blech geben, mit Mozzarella-Scheiben belegen und vier Minuten lang im Ofen braten. Danach den Ofen auf 90 Grad drehen und das Fleisch darin zwölf Minuten lang garen.

Den Spargel schälen und in Scheiben schneiden, mit Butter und einer Prise Salz in einer Pfanne langsam braten.

Die Nudeln in kochendem Salzwasser al dente garen. Schalotten in Streifen schneiden, mit Weißwein und Sahne um die Hälfte einkochen. Anschließend die Nudeln, den gehackten Rucola und eine Prise Salz hinzugeben, das Ganze einmal durchschwenken.

Die Erdbeeren sechsteln und mit einem Esslöffel Olivenöl, gehackten Chilischoten, Marmelade, Salz und Pfeffer in einer Pfanne bei mittlerer Hitze etwa zehn Minuten garen.

Abschließend die Nudeln und das Fleisch anrichten, die Erdbeeren als Dekoration um das Kotelett anrichten und servieren.

Dessert: Rhabarber-Milch-Sorbet mit gefüllter Rhabarber-Rolle, Feigen und Basilikum von Mario Kotaska

Zutaten für vier Personen

Sorbet

500 g	Rhabarber
250 ml	Milch
100 ml	Weißwein, trocken
250 g	Zucker

Pfannkuchen

100 g	Mehl
50 g	Zucker
2	Eier
80 ml	Milch

Gratiniermasse

150 g	Quark
100 g	Zucker
2	Eier

4 EL	Nuss-Nougat-Crème
50 g	Schoko-Linsen
2	Feigen
0,5 Bund	Basilikum
20 g	Erdnüsse, gesalzen Olivenöl

Zubereitung

Ofen auf 220 Grad vorheizen.

Sorbet

Den Rhabarber schälen. Die Schalen mit Weißwein, Zucker und Milch auf kleiner Flamme aufkochen, bis eine sirupartige Konsistenz entsteht. Diese dann abpassieren und in der Eismaschine frieren.

Den geschälten Rhabarber mit wenig Zucker in einer Pfanne weich dünsten. Dann die Nuss-Nougat-Crème unterrühren.

Pfannkuchen

Aus Mehl, Zucker, Milch und Eiern einen Pfannkuchenteig rühren. Diesen in einer sehr heißen Pfanne backen. Aus der Pfanne nehmen und die Rhabarber-Schoko-Masse darauf verteilen und zusammenrollen.

Gratiniermasse

Die Eier trennen. Den Quark mit 50 Gramm Zucker und zwei Eigelb verrühren. Die zwei Eiweiß mit 50 Gramm Zucker steif schlagen und unter die Quark-Masse heben.

Die Pfannkuchenrolle damit bedecken und im Ofen überbacken, bis sie Farbe annimmt.

Die Feigen schälen, vierteln und mit wenig Zucker und etwas Olivenöl anschmoren. Das Basilikum fein hacken. Zum Schluss mit den Erdnüssen bestreuen und das Basilikum unterheben.