

| Kernels Menü am 19. Oktober 2007 | „Kochen unter 20 Euro“

Vorspeise: Tramezzini mit gebratener Entenleber und Feigenconfit von Cornelia Poletto

Zutaten für vier Personen

Für das Feigenconfit:

1 EL	Senfkörner
0,5 l	Apfelsaft
500 g	Feigen
10 cl	Madeira
10 cl	Portwein
500 g	Gelierzucker (1:1)
1	Zitrone
1 TL	Senfpulver
1 TL	Senf
2 Zweige	Thymian
	Meersalz
	Peperoncini
	Szechuanpfeffer



Für die Entenlebertramezzini:

250 g	Entenleber, geputzt
12 Scheiben	Brioche
6 Blätter	Radicchio
2 EL	Butter
1 Zweig	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
	Meersalz
	Pfeffer

Zubereitung

Für das Feigenconfit:

Die Senfkörner über Nacht im kalten Apfelsaft einweichen. Den Portwein und Madeira reduzieren.

Die Feigen schälen und würfeln. Die Zitrone auspressen.

Alle Zutaten in einen Topf geben und unter ständigem Rühren aufkochen. Nochmals mit den Gewürzen nachschmecken.

Leicht auskühlen lassen.

Für die Entenlebertramezzini:

Die Briothescheiben toasten, noch warm die Ränder abschneiden und die Scheiben diagonal halbieren. Den Brioche warm halten. Den Radicchio waschen, putzen und trocken schleudern. Die Entenleber in schäumender Butter mit den Kräuterzweigen bei mittlerer Hitze braten. Erst nach dem Braten würzen.

Zum Anrichten sechs Briochedreiecke ausbreiten und mit Radicchioblättern, Feigenconfit und Entenleber belegen.

Die restlichen sechs Briothescheiben darauf geben und sofort servieren.

Zwischengang: Limonenhuhn mit Kokosreis von Johann Lafer

Zutaten für vier Personen

Limonenhuhn:

4	Maishähnchenbrüste, á 150 g, ohne Haut und Knochen
30 ml	Sesamöl
1	Schalotte
2 Zehen	Knoblauch
3	Limetten, bio
2	Kaffillimonenblätter
250 ml	Geflügelfond
200 ml	Sahne
0,5 – 1,5 TL	Thai-Currypaste, grün
150 g	Zuckerschoten
1	Chilischote
1 Scheibe	Ingwer
1 Zweig	Koriander
	Salz
	Pfeffer



Kokosreis:

250 ml	Kokosmilch, ungesüßt
0,5 TL	Salz
250 g	Basmatireis

Zubereitung

Limonenhuhn:

Die Hähnchenbrüste in Streifen schneiden.

Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen, die Hähnchenstreifen darin von allen Seiten anbraten, herausnehmen und beiseite stellen.

Schalotte und Knoblauch schälen, fein würfeln und in der Pfanne, in der vorher die Hähnchenbruststreifen waren, anschwitzen. Die Chilischote halbieren, die Kerne entfernen und in feine Streifen schneiden, den Ingwer klein hacken.

Die Limettenschale mit einem Sparschäler dünn abschälen und den Saft auspressen. Limettenschale und Kaffillimonenblätter in feine Streifen schneiden und mit anschwitzen. Limettensaft, Geflügelfond, Chili und Ingwer hinzugeben und den Sud auf die Hälfte einkochen lassen. Zum Schluss die Sahne dazu geben.

Currypaste nach gewünschter Schärfe unter die Sauce mischen und mit dem Stabmixer schaumig mixen.

Die Zuckerschoten waschen, gut abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden.

Die angebratenen Hähnchenbruststreifen zusammen mit Zuckerschoten in der Sauce fertig garen und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Kokosreis:

Den Reis waschen. Die Kokosmilch mit 250 Milliliter Wasser und Salz aufkochen, den Reis zugeben und bei mittlerer Hitze ausquellen lassen. Den Kokosreis zu dem Limonenhuhn servieren und mit frischem Koriander garnieren.

© by JBK/Idee: Lafer

1. Hauptgang: Schweinebauch mit Chili und Honig auf roten Linsen von Ralf Zacherl

Zutaten für vier Personen

600 g	Schweinebauchsteaks
2	Chilischoten
1 EL	Honig
1 EL	Ingwer
3 Zehen	Knoblauch
1 TL	Korianderkörner
2 EL	Sojasauce
1	Lauchstange
1 EL	Butter
300 g	rote Linsen
1,5 TL	Currypulver
1 Prise	Kreuzkümmel
600 ml	Geflügelbrühe
1 Zweig	Koriander
1	Zitrone
4	Papadams (dünne Brotfladen aus Linsenmehl)
	Salz
	Zucker
	schwarzen Pfeffer
	etwas Sonnenblumenöl



Zubereitung

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Den Lauch der Länge nach halbieren und waschen. Das weiße vom Lauch in dünne Ringe schneiden und den Rest der Länge nach in circa ein Zentimeter dicken Streifen schneiden. Die Zitrone auspressen.

Die Streifen mit Salz und Zucker würzen. Die Lauchringe mit einer gehackten Knoblauchzehe in etwas Öl anschwitzen, eine Prise Kreuzkümmel und die Linsen zugeben. Dann mit der Geflügelbrühe auffüllen. Die Linsen zugedeckt bei schwacher Hitze circa 20-30 Minuten ganz weich garen.

Die Korianderkörner in einer beschichteten Pfanne rösten und anschließend in einem Mörser zermahlen.

In der Zeit den restlichen Knoblauch und den Ingwer schälen, klein schneiden. Chilischoten halbieren, entkernen und fein würfeln. Nun alles mit Honig, Sojasauce, Korianderkörnern verrühren. Die Schwarze der Steaks einschneiden. Die Steaks auf der Schwarze scharf (ohne Fett) anbraten und dann von beiden Seiten je circa zwei bis drei Minuten braten. Danach mit der Marinade einpinseln und im Backofen circa acht Minuten ziehen lassen. Falls nötig kurz vor dem Servieren etwas salzen.

Die Linsen mit einem Stabmixer pürieren, mit Curry, Pfeffer, Salz, einem Schuss Zitronensaft abschmecken und warm stellen. Die Lauchstreifen in einer Pfanne mit Butter weich dünsten und abschmecken.

Zum Schluss den Lauch flach auf vier Teller verteilen, die Steaks halbieren und immer abwechselnd mit dem Linsenpüree anrichten. Die Marinade der Steaks als Sauce außen rum ziehen und mit frischem Koriander garnieren.

Papadams kurz vor dem Servieren im Ofen knusprig backen, anschließend zerbrechen und als Garnitur ins Linsenpüree stecken.

2. Hauptgang: Pfälzer Leberwurst-Maultaschen mit Endiviensalat von Kolja Kleeberg

Zutaten für vier Personen

300 g	Mehl
5	Eier
1 EL	Pflanzenöl
1	Brötchen, vom Vortag
3	Zwiebeln
0,5 Bund	Petersilie
0,5 Bund	Schnittlauch
4 EL	Majoran, frisch
200 g	Blattspinat, frisch
150 g	Pfälzer Leberwurst
	Salz
	Pfeffer, schwarz
	Muskatnuss, frisch
0,8 l	Rinderbrühe
500 g	Endiviensalat
12 EL	Walnussöl
3 EL	Rotweinessig
1 TL	Zucker
1 TL	Senf, grob



Zubereitung

Die Zwiebeln schälen, fein würfeln, die Petersilie, die Muskatnuss und den Majoran fein schneiden.

Aus dem Mehl, drei Eiern, Pflanzenöl und Salz einen elastischen Nudelteig kneten. Mit Klarsichtfolie abgedeckt ruhen lassen.

Für die Füllung das Brötchen in Würfel schneiden und in kaltem Wasser einweichen. Den Spinat in kochendem Salzwasser blanchieren, gut abtropfen lassen, ausdrücken und grob hacken. Das Brötchen gut ausdrücken und mit Spinat, Leberwurst, Zwiebeln, vier Esslöffel Petersilie, Muskatnuss und einem Ei gründlich vermischen. Den Teig auf einer bemehlten Fläche in Bananen ausrollen, mit einem Ei bestreichen und die Füllung längs aufstreichen, so dass zwei Drittel der Bahn längs bedeckt sind. Wie eine Schnecke einschlagen und festdrücken. Mit einem Kochlöffelstiel in Portionsstücke unterteilen und mit dem Teigrad auseinanderschneiden.

Den Endiviensalat waschen und trocken schleudern.

Aus dem Walnussöl, Rotweinessig, Zucker, grobem Senf, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette anrühren und den Endiviensalat damit marinieren.

Die Rinderbrühe aufkochen. Den Schnittlauch fein schneiden. Die Maultaschen kurz in Salzwasser ziehen lassen, den Schnittlauch in einen tiefen Teller geben, die Maultaschen drauf setzen und mit etwas Rinderbrühe aufgießen. Zum Schluss den Salat auf einem extra Teller garnieren oder je nach Geschmack direkt zu den Maultaschen servieren.

Dessert: Bratapfel mit Vanille-Käsekuchenhaube und Nougatschaumsauce von Alexander Herrmann

Zutaten für vier Personen

2	zum Braten geeignete Äpfel
1 TL	Zucker, braun
1 EL	Rosinen
0,5	Zitrone
0,5 EL	Butter
4 EL	Quark
2	Eier
1 TL	Weizenstärke
4 EL	Zucker
0,5 Schote	Vanille
40 g	Nougat, hell
0,2 l	Milch
30 g	Haselnüsse, gehackt
1 Platte	TK-Blätterteig
	etwas Mehl zum Stäuben
	Backpapier



Zubereitung

Ofen auf 140 Grad vorheizen.

Die Äpfel schälen, in große Würfel schneiden und die Zitronenschale abreiben. Die Apfelwürfel mit braunem Zucker, Rosinen, Zitronenabrieb und Butter in der Pfanne braten bzw. karamellisieren. Danach die ausgebuterten Ausstechringe zur Hälfte befüllen. Die Vanilleschote auskratzen, ein Ei trennen und den Quark mit Eigelb, mit einem Esslöffel Zucker steif geschlagenem Eiweiß, Weizenstärke und Vanillemark anrühren und auf die Äpfel verteilen. Das Ganze im Ofen circa 20 Minuten backen.

Das zweite Ei ebenfalls trennen, den Blätterteig etwas ausrollen und mit Eigelb bestreichen. Danach mit Haselnussstückchen und circa einem Esslöffel Zucker bestreuen und auf Backpapier im Ofen bei 180 Grad acht Minuten knusprig backen.

Die Milch erwärmen, das Nougat darin zerlaufen lassen, den restlichen Zucker dazu geben und schaumig aufmixen.

Zum Servieren alles gemeinsam auf einem Teller anrichten.

© by JBK/Idee: Herrmann