

Lachstatar mit Frischkäse

Zutaten für 4 Personen:

120g	Lachsfilet
1 TL	Zitronenschale
1 TL	Zitronensaft
60 g	Crème Fraîche
1 TL	Zitronensaft
2 TL	Sahnemeerrettich
¼ EL	Dill
	Pfeffer, Salz

Zubereitung:

1. Lachstatar ist eine feine Vorspeise, die sich einfach vorbereiten lässt. Dazu passt frisches Baguette besonders gut. Da der Lachs roh gegessen wird, sollte man beim Fischhändler nach besonders guter und frischer Qualität fragen.
2. Den gut gekühlten Lachs unter fließend Wasser abspülen, mit Küchenpapier trockentupfen und evtl. noch vorhandene Gräten entfernen. Den Lachs mit einem scharfen Kochmesser in sehr feine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben.
3. Eine unbehandelte Zitrone waschen, trockenreiben und die Zitronenschale fein abreiben. Den Zitronenabrieb zum Lachs geben. Die Zitrone halbieren und einen Teelöffel frisch gepressten Zitronensaft zum Lachs geben. Einen Teelöffel Sahnemeerrettich und Crème Fraîche unter den Lachs rühren, mit Pfeffer und Salz würzen.
4. Für den Dip die restliche Crème Fraîche in eine kleine Schüssel geben und mit Zitronensaft glatt rühren. Zwei Teelöffel Sahnemeerrettich unter den Dip rühren und bis zum Servieren kalt stellen.
5. Französisches Lachstatar anrichten: am besten jeweils einen Garnierring auf einen Teller stellen und die Masse vom Lachstatar gleichmäßig in die Ringe verteilen. Mit Hilfe des Deckels vom Garnierring das Lachstatar leicht zusammendrücken. Den Garnierring entfernen und das Lachstatar bis zum Servieren in den Kühlschrank stellen.
6. Kurz vor dem Servieren Französisches Lachstatar mit etwas Dip anrichten und evtl. mit etwas Kaviar und frischem Dill dekorieren.
7. Jetzt das Französische Lachstatar mit frischem Baguette servieren.

Surf & Turf mit Kartoffelrösti

Zutaten für 4 Portionen:

4	Rinder- Steaks 180 g
12	Riesengarnelen
4	Tomaten
500g	Pfannengemüse (Zucchini, Paprika, Champignons, Aubergine)
1	Limette
2	Schalotten
4	Knoblauchzehen
	Salz
	Pfeffer
	Cayennepfeffer
	Zucker
	Olivenöl
	Rapsöl

Zubereitung:

1. Tomaten häuten, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Schalotte und eine Knoblauchzehe fein würfeln und in heißem Olivenöl kurz anschwitzen. Tomatenwürfel und Frühling-Lauchröllchen dazu geben und erhitzen, aber nicht kochen lassen. Mit Cayennepfeffer, Salz und einer Prise Zucker abschmecken.
2. Steaks mit Rapsöl bepinseln und eine Stunde vor dem Braten Raumtemperatur annehmen lassen. In heißem Rapsöl von jeder Seite 1,5 Minuten scharf anbraten, Pfanne von der Platte schieben, Deckel auflegen und 10 Minuten ruhen lassen.
3. Das Pfannengemüse in einer erhitzten Pfanne mit Olivenöl anbraten, würzen mit Salz, Pfeffer und fertig bissfest garen.
4. Kartoffeln schälen, mit einer Rösti-Reibe feinreiben und ein Eigelb beifügen. Anschließend alles mit Salz und Muskat würzen, und in einer geeigneten Pfanne mit Rapsöl zu Röstitalern goldbraun ausbraten.
5. Die Garnelen mit einer klein geschnittenen Knoblauchzehe in heißem Rapsöl 1 Minute bei großer Hitze braten. Steaks und Garnelen vor dem Servieren nach Geschmack pfeffern, salzen und mit Saft der Limette beträufeln.
6. Jetzt alle Zutaten auf einen vorgewärmten Teller anrichten, servieren und genießen.

Karotten - Ingwer - Kokos - Suppe

Zutaten für 4 Portionen:

1 Zwiebel
500 g Karotten
100 ml Orangensaft
400 ml Gemüsebrühe
500 ml Kokosmilch
1 TL Ingwer
1 TL Honig
1 EL Curry
½ TL Currypaste
Olivenöl
Salz
Zucker

Zubereitung:

1. Die gewürfelte Zwiebel in heißem Olivenöl anbraten, danach die in dünne Scheiben geschnittenen Karotten dazugeben und kurz mit rösten.
2. Currypulver und Honig hinzufügen. Kurz durchrühren und mit einem guten Schuss Weißwein ablöschen. So lange köcheln lassen, bis die Flüssigkeit fast verkocht ist. Danach den Orangensaft, den Ingwer und die Gemüsebrühe zufügen.
3. Jetzt alles 20-30 Minuten köcheln lassen, bis die Karotten weich sind. Dann die Kokosmilch und die Currypaste zufügen. Umrühren und noch kurz aufkochen lassen. Anschließend mit dem Pürierstab alles gut pürieren und - wenn nötig - mit Salz abschmecken.

Tipp: Wer es schärfer möchte kann die Menge der Currypaste erhöhen. Aber Vorsicht – es wird dann sehr scharf!

Hähnchenlolly

Zutaten für 4 Personen:

1 Hähnchenbrust
1 Scheibe Parmaschinken
1 Bnd Salbei
Salz
Pfeffer
Rapskernöl

Zubereitung:

1. Hähnchenbrust aufschneiden, plattieren, leicht würzen und je zwei bis drei Blatt frischen Salbei, eine Scheibe Parmaschinken auflegen.
2. Die Hähnchenbrust in Alufolie zu einer Roulade formen und bei 100 °C im Ofen ca. 20 Minuten garen.
3. Danach die Brust auspacken, in 4 Scheiben schneiden und auf Bambusspießen wie Lollis anrichten.

Warmer Schokoladenkuchen

Zutaten für 4 Portionen

200 g Butter
200 g Zartbitter-Schokolade
4 Eier
4 Eigelb
240 g Zucker
200 g Mehl
8 TL Kakaopulver
Butter für Formen

Zubereitung:

1. Die Schokolade zusammen mit der Butter über einem Wasserbad schmelzen, anschließend 10 Minuten abkühlen lassen.
2. Ei, Eigelb und Zucker hellgelb schlagen und im Anschluss zu der Schokoladen-Butter-Masse hinzufügen.
3. Zuletzt das Mehl unterrühren. In 2 Formen mit je einem Durchmesser von 7,5 cm füllen, diese vorher mit Butter ausstreichen und mit dem Kakaopulver austreuen.
4. Im vorgeheizten Backofen bei 160°C Umluft ca. 12-15 Minuten backen.

Vanilleschaum

Zutaten für 4 Portionen:

250 ml Milch
3 Eigelb
1 Vanilleschote
50g Zucker
Salz

Zubereitung:

1. Eigelb in einen Schlagkessel geben, eine Prise Salz und den Zucker hinzufügen. Das Ganze über dem Wasserbad schaumig schlagen.
2. Nebenbei die Milch in einen Topf geben, die Vanilleschote halbieren, das Mark auskratzen und zu der Milch geben, aufkochen und vom Herd nehmen.
3. Anschliessend die Milch nach und nach zu der Eimasse geben, zurück in den Topf geben und auf dem Herd bei schwacher Hitze zur Rose abziehen. Durch ein Sieb abseihen und kalt stellen.

