

menu



crazy-kitchen-club

vorsicht: männer wollen kochen

iwan_A | peter_E | andi_S
dienstag, 15.04.2014

Asiatische Spargelsuppe



Platzhalter
Bild
4x4 cm

Zutaten für 6 Portionen

Zeitaufwand 60 Min

500 g weißer Spargel	1 rote Chilischote
Salz Zucker	2 El Sojasauce
100 g Zuckerschoten	1 Tl Sesamöl
30 g frischer Ingwer	12 Garnelen à 25 g (roh, entdarnt)
2 Stangen Zitronengras	2 El Koriandergrün

Zubereitung

- Spargel schälen und die Enden abschneiden. Enden und Schale mit 1,2 l Wasser, Salz und 1 Prise Zucker aufkochen, 30 Min. ziehen lassen. Spargel in 4 cm lange Stücke schneiden.
- Zuckerschoten putzen und 2 Min. in kochendem Salzwasser garen, abschrecken und abtropfen lassen. Ingwer schälen und fein würfeln. Zitronengras in Stücke schneiden. Chilischote längs halbieren und entkernen.
- Spargelwasser durch ein Sieb in einen anderen Topf gießen. Mit Ingwer, Chili, Zitronengras bis auf 1 l einkochen lassen. Spargelstücke zugeben und 5 Min. garen. Die Suppe mit Sojasauce und Sesamöl würzen.
- Garnelen in kochendem Salzwasser 1 Min. garen. Herausnehmen und mit den Zuckerschoten 3 Min. in der Suppe ziehen lassen. Mit Salz abschmecken und mit gehacktem Koriandergrün servieren

Thunfisch mit Wasabi-Sauce



Platzhalter
Bild
4x4 cm

6 Portionen

20 Min

Wein, Jahrgang, Hersteller

1 unbehandelte Zitrone
1/2 Bund Zitronenthymian
Pfeffer
800 g Thunfischfilet (Sashimi-Qualität, beim
Fischhändler bestellen)
1 El Öl

1/2-1 Tl Wasabi-Paste (jap. grüner Meerrettich)
2 El Miracel Whip Balance
150 g Vollmilchjoghurt
Salz
1/2 Bund Schnittlauch
40 g Garnelenchips (Krupuk)

Beschreibung Wein (jürg_M oder)

Zubereitung

- Zitronenschale fein abreiben, Thymianblätter abzupfen und fein hacken. Beides mischen und mit Pfeffer auf Backpapier verteilen. Thunfischfilet mit Öl einreiben und in der Mischung wälzen. Zugedeckt kalt stellen.
- Zitronensaft auspressen. 2 El Saft mit Wasabi, Miracel Whip und Joghurt verrühren, mit Salz würzen. Schnittlauch in Röllchen schneiden und unterrühren.
- Thunfisch auf dem Grill auf jeder Seite 3-6 Min. grillen. Mit Salz und Pfeffer würzen, in Scheiben schneiden und mit Wasabisauce und Garnelenchips servieren.

TIPP: Wenn Sie das Filet in den Kräutern wälzen, wird es rundum gleichmäßig gewürzt

Lammrücken mit Schoko-Olivenöl-Sauce



Platzhalter
Bild
4x4 cm

4 Portionen

60 Min

Wein, Jahrgang, Hersteller

Schokoladen-Olivenöl-Sauce:

- 1 rote Chilischote
- 2 schwarze Nizza-Oliven mit Stein
- 30 g Zartbitterschokolade (64 %)
- 1 TI Kakaopulver, 60 ml kaltgepresstes Olivenöl

Sellerpüree:

- 1 Knollensellerie (ca. 1,4 kg), Salz, 80 g Butter

Lammrücken:

- 600 g Lammrücken (küchenfertig, ohne Knochen)
- Salz Pfeffer
- 4 Knoblauchzehen
- 4 El Olivenöl
- 2 Zweige Rosmarin (klein)
- Fleur de Sel zum Bestreuen

Beschreibung Wein (jürg_M oder)

Zubereitung

- Für die Schokoladen-Olivenöl-Sauce die Chilischote längs halbieren, entkernen und in feine Würfel schneiden. Oliven halbieren, entsteinen und in feine Würfel schneiden. Die Schokolade mit einem großen Küchenmesser grob hacken.
- Schokolade in einen kleinen Schlagkessel geben und im warmen (nicht kochenden) Wasser schmelzen. Kakaopulver zugeben und gut verrühren. Olivenöl unter ständigem Rühren zugießen. Chili und Oliven zugeben, gut verrühren und warm stellen.
- Für das Selleriepüree den Knollensellerie mit einem scharfen Küchenmesser schälen. Sellerie in ca. 2 cm große Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser in 10-15 Minuten weich kochen.
- Lammrücken trockentupfen, leicht salzen und pfeffern. Knoblauchzehen leicht andrücken. Lammrücken im heißen Olivenöl in 2 Minuten von allen Seiten hellbraun anbraten. Nach 1 Minute den Knoblauch und den Rosmarin zugeben. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2-3, Umluft 160 Grad) auf der 2. Schiene von unten in 5-6 Minuten zu Ende garen. Lammrücken aus dem Ofen nehmen, in Alufolie wickeln und 5 Minuten ruhen lassen.
- Inzwischen den Sellerie abgießen, gut abtropfen lassen und im Küchenmixer fein pürieren, dabei die Butter nach und nach in Stückchen zugeben.
- Lammrücken auswickeln und in 12 gleich große Stücke schneiden. Mit Selleriepüree und Schokoladen-Olivenöl-Sauce auf Tellern anrichten. Das Fleisch mit etwas Fleur de Sel bestreuen. Mit Knoblauchzehen und Rosmarin garnieren. Sofort servieren

Zitronen-Quark-Creme



Platzhalter
Bild
4x4 cm

10 Portionen

40 Min +Kühl/Gefrierzeit

Wein, Jahrgang, Hersteller

2 unbehandelte Zitronen
4 Blätter weiße Gelatine
4 Eigelb (Kl. M)
100 g Zucker

750 g Magerquark
400 ml Schlagsahne
1 kleiner Granatapfel
70 ml Grenadine

Beschreibung Wein (jürg_M oder)

Zubereitung

- Zitronenschale fein abreiben. Zitronensaft auspressen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Eigelb mit Zucker und 8 El Zitronensaft im heißen Wasserbad 6-8 Minuten cremig-dicklich aufschlagen. Ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Creme aus dem Wasserbad nehmen, Zitronenschale und Quark zugeben und verrühren. Die Creme 40-50 Minuten kalt stellen, bis sie leicht zu gelieren beginnt. Sahne steif schlagen und nach und nach mit einem Teigspatel vorsichtig unterheben. Creme in eine große Schale füllen und kalt stellen.
- Granatapfel halbieren und die Kerne aus der Schale lösen. Zitronencreme mit 2-3 El Grenadine und 2 El Granatapfelkernen garnieren. Mit dem restlichen Grenadine und Granatäpfeln servieren.