

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Alexander Herrmann

2015-2019

121 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 27. Juli 2022.

Inhalt

Beilagen	1
Der schnellste Rotkohl der Welt	2
Kürbiskern-Kartoffeln	2
Mediterrane Bratkartoffeln	3
Vichy-Karotten	3
Dessert	5
Avocado-Creme, Schoko-Streusel, Joghurt-Sorbet, Himbeeren . . .	6
Balsamico Himbeeren, Vanille-Quark, Schokoladen-Steine	7
Blaubeer-Quark mit Kakaobohnen-Hippen	7
Gegrillter Pfirsich mit Ricotta	8
Mandel-Kaiserschmarrn, Vanille-Zwetschgen, Mascarpone-Eis	9
Mandel-Kaiserschmarrn, Zitronen-Butter, Vanille-Rhabarber	10
Rhabarber-Polenta	11
Weißes Glühwein-Sorbet, Bratbirne, Macadamia-Nüsse	12
Fisch	13
Curry-Lachs-Praline, Garnele, Ingwer-Soße, Karotten	14
Forelle Müllerin, Mandel-Spinat, Zitronen-Butter	15
Forellen-Tatar, Basilikum-Öl, Spinat, Sellerie-Chips	16
Geflämmtter Lachs	17
Gratinierter Lachs	17
Hamachi-Filet mit Sesam-Salat und Curry-Schmand	19
Heilbutt im Ofen pochiert mit Sellerie-Apfel-Süppchen	20
Heilbutt in Nussbutter mit Chorizo-Panko-Bröseln, Gemüse	21
Karpfen, Sellerie-Sesam-Salat, Zitrone und Meerrettich	22

Knuspriges Sushi	23
Lachs-Filet mit heißer Mandel-Butter und Rhabarber	23
Lachs-Praline mit Zitronengras-Sabayon, Spitzkohl-Salat	24
Lachs-Törtchen mit Avocado-Püree, Vinaigrette, Kaviar	25
Matjes à la Chefsache	26
Norwegischer Winter-Kabeljau mit Kokosmilch-Sud	27
Roh mariniertes Forellen-Filet mit Topinambur-Chips	27
Saibling-Filet mit Kräutern im Salzteig	28
Geflügel	29
Arabisches Backhendl	30
Enten-Brust mit Pfeffer-Honig, Rotkohl, Knöpfe	31
Enten-Brust mit Rotkohl-Salat und Kürbiskern-Kartoffeln	32
Enten-Saté-Spieße mit Curry-Apfel	33
Gebratene Mais-Hähnchen-Brust mit gegrillter Ananas	33
Gekneteter Rotkohl-Salat mit geschmorter Ente	34
Hähnchen-Kräuter-Schnitzel, Löwenzahn-Salat, Dressing	35
Maishähnchen-Brust mit Rhabarber und Chili glasiert	36
Oster-Maishähnchen, Schwarzbrot-Schmelze, Salat-Stiele	37
Perlhuhn-Brust, Romana-Salat, Oliven-Orangen-Vinaigrette	38
Hack	39
Fleisch-Pflanzerl, Zwiebel, Pilze, Brezen-Gröstel	40
Hackbraten auf Schiefer-Platte	41
Lamm-Hackfleisch-Buletten	42
Lammfleisch-Pflanzerl, Tomaten-Salsa, Kartoffelstampf	43
Spitzkohl-Roulade, Speckbrösel, Zwiebel-Soße, Brot-Knöpfe	44
Süß-saurer Pilzsud mit Rinder-Hackfleisch	45
Innereien	47
Kalb-Leber, Balsamico-Jus, Apfel-Spalten, Sellerie-Stampf	48

Kalb	49
Jägerschnitzel, Orangen-Butter, Haselnuss-Kartoffeln	50
Kalb-Involtini mit Tomaten-Butter	51
Kalb-Tatar mit gebackenem Ei und Sauerampfer	52
Mangold-Wickel mit Kalb-Hackfleisch	53
Lamm	55
Lamm-Filet, Kräuter-Spinat, Meerrettich-Joghurt, Röster	56
Lamm-Lachse mit Senf-Kruste	57
Lamm-Schnitzel mit mediterranen Bratkartoffeln	58
Meer	59
Königskrabbe mit Parmesan-Nudeln	60
Tintenfisch-Pizza	61
Rind	63
Gebratenes Beef-Tatar	64
Pochiertes Pfeffer-Steak	65
Rinder-Filet	65
Rinder-Gulasch in einer Schüssel	66
Roastbeef-Tranchen, Mango-Salat und Erdnuss-Butter-Dip	67
Wagyu-Beef, Limetten-Soja-Gel, Cashewkerne, Kräuter-Salat	67
Salat	69
Bratkartoffel-Salat	70
Gekneteter Spitzkohl-Salat	71
Rotkohl-Salat	71
Salat vom gebratenen Romanesco mit Ziegen-Camembert	72
Scharfer Avocado-Salat, Brösel-Schmelze, pochiertes Ei	73
Schwein	75
Erdnuss-Schnitzel	76
Schweine-Filet mit Brezen-Kruste	76
Schweine-Medaillons mit Kräutern und Champagner-Kraut	77

Soßen	79
Gorgonzola-Soße	80
Zwiebel-Soße	80
Suppen	81
Eintopf mit Fleisch	82
Grüne Spargel-Suppe mit Garam-Masala-Milchschaum	83
Nobelsüppchen aus Garnelen	84
Rosenkohl-Eintopf mit Speck und Kartoffel-Stückchen	85
Vegetarisch	87
Artischocken, Avocado-Püree, Ei, Rosmarin-Brotschmelze	88
Gebratener Bimi mit scharfem Couscous	89
Quinoa-Risotto mit Roter Bete	90
Spaghettini mit Gorgonzola-Soße und Basilikum-Öl	91
Zweierlei Avocado mit Frühlingskräutern und Erdnüssen	92
Zweierlei Blumenkohl mit Couscous	93
Verschiedenes	95
Alexander Herrmanns Frucht-Glühwein	96
Power-Drink mit Goji-Beere, Pflaume und Birne	96
Power-Drink mit Obst und Gemüse - Kaki und Rote Bete	97
Vorspeisen	99
Asiatisches Rinder-Carpaccio	100
Blaukraut-Salat mit Walnüssen und Orangen	100
Blumenkohl-Couscous mit Orangen, Gewürzen, Reh-Tranchen	101
Blumenkohl-Creme-Suppe mit Blumenkohl-Röschen und Pesto	102
Burrata-Brotsalat	102
Feldsalat mit Speckchips und gebratenen Birnen-Spalten	103
Gefülltes Carpaccio vom Rinder-Filet	104
Gekneteter Spitzkohl-Salat mit Blutwurst und Sauerrahm	105
Geschmortes Weißkraut deluxe	106
Gratinierte Salsiccia-Aubergine	107

Grüne Gazpacho mit Joghurt-Schaum und Thymian-Croûtons	108
Hamachi-Ceviche mit gebackenem Wan Tan	109
Jakobsmuscheln, Zitronen-Mandel-Vinaigrette, Spargel	110
Kalb-Zunge mit Nuss-Brot-Schmelze, Kürbis, Curry-Milch	111
Kaninchen-Frikassee im Blätterteig-Törtchen	112
Karotten-Tatar, Eigelb, Morcheln und Zitronen-Panko	113
Knuspriges Sushi à la Forelle Blau	114
Krabbenbrot - pochierte Wachteleier mit Nordseekrabben	115
Lauwarmes Doraden-Carpaccio mit Spitzkohl und Papaya	116
Pesto-Tomate	117
Räucherlachs-Praline im Schüttelbrot-Mantel	117
Roh marinierter Lachs Ceviche mit Kräuter-Pesto	118
Roh mariniertes Damwild mit süß-sauren Pilzen	119
Roher Carabinero mit Spargel-Salat, Safran-Vinaigrette	120
Rote-Bete-Suppe, Frühlingsrollen von Forelle, Meerrettich	121
Rucola-Salat mit Champignons und Laugen-Crostini	122
Safran-Spargel-Salat	122
Salat von Fenchel mit Orangen-Safran-Vinaigrette	123
Wild	125
Kaninchen-Rücken mit Datteln	126
Kaninchen-Saté-Spieße	126
Reh-Medaillons mit Orangen-Butter, Pilzen, Feldsalat	127
Wurst-Schinken	129
Bratwurst-Salat	130
Nudel-Muffins mit Kochschinken	131
Schinken-Nudeln	131
Schupfnudeln mit Kürbis-Ragout und Speck	132
Selbstgemachte Grissini mit Paprika-Antipasti	133
Wollene Bratwürste	134
Index	135

Beilagen

Der schnellste Rotkohl der Welt

Für zwei Personen

$\frac{1}{2}$ Rotkohl (frisch)	1 roter Apfel	1 Orange
150 g Pekannüsse	3 EL Preiselbeeren	50 ml Rotweinessig
150 ml Rotwein	100 ml Rapsöl	150 g Sauerrahm
$\frac{1}{2}$ TL Lebkuchengewürz	Meersalz, Pfeffer	

Den Rotkohl in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne mit einem kleinen Schuss Rapsöl braten. Den Apfel in Spalten schneiden und dabei das Kerngehäuse entfernen. Die Apfelspalten mit dem Rotkohl in der Pfanne braten, (dürfen Farbe bekommen) und mit einer Prise Salz würzen. Die Preiselbeeren in einem kleinen Topf karamellisieren und mit dem Rotweinessig ablöschen. Dann mit dem Rotwein auffüllen und langsam einkochen. Die Orange filetieren und dabei den Saft auffangen. Den Orangensaft in einer Schüssel mit einem kleinen Schuss Rapsöl, einer Prise Salz, großzügig Pfeffer und dem Lebkuchengewürz mit einem Schneebesen zu einer Vinaigrette verrühren und die Orangenfilets hineingeben. Den Sauerrahm mit einer Prise Salz abschmecken. Die gerösteten Apfelspalten sternförmig auf zwei Tellern verteilen, den gebratenen Rotkohl mittig darauf anrichten und die süß-sauren Preiselbeeren darüber fallen lassen. Die Filets mit der Orangenvinaigrette beträufeln und die Pekannüsse grob darüber bröseln. Zuletzt einige kleine Nocken des abgeschmeckten Sauerrahms darauf verteilen und mit einer Prise Meersalz und ggf. einer kleinen Prise Lebkuchengewürz bestreuen.

Alexander Herrmann am 03. Februar 2015

Kürbiskern-Kartoffeln

Für zwei Personen

10 kleine Kartoffeln	3 EL Butter	100 g Kürbiskerne (geschält)
Salz		

Die Kürbiskerne in einer Küchenmaschine grob mixen. Die Kartoffeln in leicht gesalzenem Wasser langsam gar kochen, herausnehmen, kurz ausdampfen lassen und pellen. Zwei bis drei Esslöffel Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen. Die gepellten Kartoffeln in die Pfanne geben, mit einer Prise Salz würzen, gemixte Kürbiskerne zugeben und gut durchschwenken, bis die Kürbiskerne an den Kartoffeln haften.

Alexander Herrmann am 23. Februar 2015

Mediterrane Bratkartoffeln

Für zwei Personen

12 kleine Kartoffeln	2 Strauchtomaten	2 EL schwarze Oliven
2 Stangen Frühlingslauch	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
2 Zweige Rosmarin	2 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Kartoffeln waschen und in einem Topf mit Salzwasser gar kochen. Abgießen, abkühlen lassen und halbieren. Kartoffeln mit der Schnittfläche nach unten in eine Pfanne legen und mit wenig Olivenöl knusprig braten. Anschließend Butter und eine angedrückte Knoblauchzehe zugeben, aufschäumen lassen, durchschwenken und mit Salz und Pfeffer würzen. Frühlingslauch, Tomatenwürfel und Oliven zugeben, kurz mit anschwanken, Basilikum unterheben und aus der Pfanne nehmen.

Alexander Herrmann am 13. Mai 2016

Vichy-Karotten

Für zwei Personen

1 Bund Baby-Karotten	2 EL Butter	1 Prise Magnesiumpulver
2 Viertel getrock. Tomaten	30 g Ingwer	Mineralwasser
Salz, Speisestärke		

Das Grün der Fingermöhrrchen abschneiden, aber etwa einen Zentimeter davon an den Karotten stehen lassen. Dann mit einem kleinen Messer an der Oberseite der Karotte die dunkleren Stellen der Schale abkratzen und die Karotten schälen. Die Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, die Karotten zugeben und durchschwenken. Die Karotten mit einer kleinen Prise Salz würzen, mit einem großen Schuss Mineralwasser ablöschen und aufkochen lassen. Nun die Pfanne mit einem Deckel verschließen, die Fingermöhrrchen für eine Minute köcheln lassen und dann den Deckel wieder abnehmen. Anschließend eine Prise Magnesiumpulver, die getrockneten Tomatenviertel und den in Scheiben geschnittenen Ingwer zugeben, erneut mit einem Schuss Mineralwasser ablöschen und aufkochen lassen. Zuletzt ggf. nochmals mit einer Prise Salz abschmecken und als Beilage zum Beispiel zu Fisch servieren.

Tipp:

Wer möchte, dass die Karotten stärker vom Sud umschlossen sind, kann ihn auch, vor dem zweiten Aufkochen, mit einigen Spritzern in kaltem Wasser angerührter Speisestärke binden. Dabei ist aber darauf zu achten, nicht zu stark zu binden, damit nicht zu viel des Geschmacks verloren geht.

Alexander Herrmann am 28. Januar 2015

Dessert

Avocado-Creme, Schoko-Streusel, Joghurt-Sorbet, Himbeeren

Für vier Personen

Für das Joghurtsorbet:	1 Schote Tahiti-Vanille	400 g Joghurt
1-2 Zitronen	1 EL Vanillezucker	Puderzucker
Für die Schokostreusel:	80 g Mehl	20 g Stärke
20 g Kakao	50 g Haselnüsse	80 g brauner Zucker
80 g flüssige Butter	Salz	
Für die Avocado-Creme:	1 reife Avocado	10 EL Puderzucker
1 Zitrone	Vanillezucker	Ca. 1 EL Crème-fraîche
Für die Himbeeren:	50 ml mildes Olivenöl	1 Schale frische Himbeeren
2-3 EL Puderzucker	1 cl Himbeerschnaps	Salz, Zitronensaft
3 Zweige Estragon	3 Zweige Basilikum	3 Zweig Minze

Für das Joghurtsorbet:

Die Tahiti-Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen.

Für das Joghurtsorbet den Joghurt mit Zitronensaft, Vanillezucker, einem Drittel des Vanillemarks und ggf. etwas Puderzucker verrühren. Die Masse in die Eismaschine geben und sämig frieren.

Für die Schokostreusel:

Für die Schokostreusel Mehl, Stärke, Kakao, gemahlene und geröstete Haselnüsse, Salz, braunen Zucker und flüssige Butter miteinander zu einem bröseligen Streuselteig verkneten. Den Teig flach auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und im Backofen bei 160 Grad Umluft ca. 12-15 Minuten backen. Anschließend auskühlen lassen und ggf. nochmals etwas zerbröseln.

Für die Avocado-Creme:

Avocado halbieren, den Kern entfernen, das Fruchtfleisch herausheben und in einen Mixer geben.

Mit Puderzucker, Zitronensaft, Crème fraîche etwas Vanillezucker und einem Drittel des Vanillemarks cremig mixen, in eine Glasschüssel umfüllen, glattrühren, nochmals abschmecken und in einen Spritzbeutel mit Lochtülle umfüllen.

Für die marinierten Himbeeren:

Die Vanilleschote klein schneiden, mit dem restlichen Vanillemark und etwas Olivenöl in einen kleinen Topf geben, leicht erwärmen und somit ein aromatisches Vanilleöl herstellen.

Die Himbeeren mit etwas Puderzucker und Himbeerschnaps marinieren und beiseite stellen.

Estragon-, Basilikum- und Minzblättchen von den Zweigen abzupfen und mit etwas Zitronensaft und Puderzucker kurz vor dem Anrichten marinieren.

Zum Anrichten einen Teller auf einen Plattenspieler stellen. Den Teller bei normaler Abspielgeschwindigkeit drehen lassen und mit Hilfe des Spritzbeckens die Avocado-Creme auftragen.

(Ohne Plattenspieler die Avocado-Creme mit einem Löffel auf den Teller geben und ausstreichen.)

Nun das Vanille-Öl zwischen die Avocado träufeln, Schokostreusel in die Mitte (oder als mehrere kleine Häufchen) bröseln, mit den marinierten Himbeeren belegen, eine Nocke Joghurtsorbet abstechen und in die Mitte des Tellers geben und mit den marinierten Kräuterblättchen ausgarnieren.

Alexander Herrmann am 03. Juni 2017

Balsamico Himbeeren, Vanille-Quark, Schokoladen-Steine

Für zwei Personen

2 Schalen Himbeeren (frisch)	90 g Malto	320 g Zartbitterkuvertüre
400 g Quark	3-4 EL Puderzucker	1 Vanilleschote
3-4 EL brauner Zucker	100 ml Wasser	250 ml alter, sämiger Balsamico
Salz		

Die Kuvertüre in einer Schüssel über dem Wasserbad schmelzen, zusammen mit dem Malto und einer kleinen Prise Salz in eine große Schüssel füllen und rasch zu einer festen Masse verkneten (dabei am besten Gummihandschuhe tragen). Die Masse in der Schüssel fest zusammendrücken, für mindestens zwei Stunden ins Tiefkühlfach stellen, anschließend herausnehmen und in grobe Stücke brechen. Den braunen Zucker in einem kleinen Topf karamellisieren lassen, mit dem Wasser ablöschen, aufkochen und mit dem Balsamico mischen (es empfiehlt sich, den Karamell-Balsamico in eine kleine Spritzflasche zu füllen, um ihn später gut zu dosieren). Den Quark mit dem Puderzucker und dem Mark einer Vanilleschote verrühren, nochmals abschmecken und anschließend in einen Spritzbeutel füllen. Großzügige Tupfen vom Vanillequark herzförmig auf zwei Teller spritzen, die Himbeeren mit der Öffnung nach oben hineinstecken, mit dem Balsamico-Karamell füllen und die geeisten Schokoladensteine dazwischenstecken.

Alexander Herrmann am 13. Februar 2015

Blaubeer-Quark mit Kakaobohnen-Hippen

Für zwei Portionen

Für den Blaubeerquark:

1 Schale Blaubeeren	400 g Quark	1 Schote Vanille
1 EL Honig	1 Zitrone	Puderzucker

Für die Hippen:

125 g Puderzucker	60 g Mehl	60 g Kakaobohnenbruch
60 g flüssige Butter	60 g Orangensaft	Orangenabrieb

Für die Hippen den Puderzucker, das Mehl und den Kakaobohnenbruch in einer Schüssel miteinander vermengen. Den Saft und den Abrieb der Orange zugeben und die flüssige Butter einrühren. Wenn alle Zutaten gut miteinander gemischt sind, den Teig für etwa 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.

Anschließend kleine Kleckse Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und bei 180°C Umluft für acht bis zehn Minuten (je nach Größe der Hippen) backen, dann herausnehmen und erkalten lassen. (Die Hippen erhalten ihre Festigkeit erst nach dem Erkalten, und lassen sich im noch warmen Zustand wunderbar formen.)

Den Quark mit Puderzucker, Vanillemark und Zitronensaft abschmecken. Die Blaubeeren mit Honig marinieren.

Den Quark in Gläsern oder Dessertschalen anrichten und die Blaubeeren darauf verteilen. Zuletzt die knusprigen Hippen in den Quark stecken und servieren.

Alexander Herrmann am 05. Mai 2015

Gegrillter Pfirsich mit Ricotta

Für zwei Portionen

3-4 Pfirsiche	1 Zitrone	1 Orange
2 Zweige Rosmarin	5 EL Honig	3 EL Mandeln (gestiftelt)
200 g Ricotta	2-3 EL Puderzucker	

Den Ricotta mit Puderzucker, sowie Saft und Abrieb einer Zitrone abschmecken. Die Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen.

Die Mandelstifte in eine Pfanne geben und kurz auf dem Herd anrösten. Den Honig zugeben, aufschäumen lassen, die Rosmarinnadeln zugeben und in dem heißen Honig „frittieren“. Anschließend die Pfanne vom Herd nehmen und das Ganze mit frischem Orangenabrieb abschmecken.

Die Pfirsiche in fingerdicke Scheiben schneiden und dabei die Kerne entfernen. Eine Grillpfanne ohne Fett stark erhitzen, die Pfirsichscheiben darauflegen, rösten und anschließend ein Stück drehen und wieder auf die Grillpfanne legen, damit ein schönes Grillmuster entsteht.

Den Ricotta auf zwei Tellern ausstreichen, die gegrillten Pfirsichscheiben darauf setzen und großzügig mit dem Rosmarinhonig samt Mandelstiften beträufeln.

Alexander Herrmann am 29. April 2015

Mandel-Kaiserschmarrn, Vanille-Zwetschgen, Mascarpone-Eis

Für zwei Personen

Für den Kaiserschmarrn:

3 EL Mandelblättchen	60 g Mehl	1 Zitrone
2 Eier	90 ml Milch	25 g Zucker
1 EL Puderzucker	1 EL Butter	1 Prise feines Salz

Für die Zwetschgen:

8 Zwetschgen	1 EL Butter	2 Vanilleschoten
2 EL brauner Zucker		

Für das Eis:

350 g TK-Zwetschgen	1 Zitrone	25 ml Zwetschgenwasser
2 EL Mascarpone	3 EL Puderzucker	

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für den Schmarrn Eier trennen. Eiweiß und Zucker mit einem Schneebesen zu Eischnee aufschlagen. Milch mit Eigelb, Mehl, etwas Zitronenabrieb und einer Prise Salz zu einem glatten Teig verrühren und den Eischnee vorsichtig unterheben.

Butter in einer ofenfesten Pfanne erhitzen, etwa zwei Zentimeter hoch Teig in die Pfanne füllen und bei schwacher Hitze langsam braun braten. Mit einem Pfannenwender vierteln, die Viertel wenden, den Schmarrn im vorgeheizten Ofen backen bis der Teig aufgeht und eine hellbraune Farbe annimmt.

Den Schmarrn aus dem Ofen nehmen und mit einer Gabel „zerpflücken“.

Butter mit Mandelblättchen in einer Pfanne aufschäumen lassen, Kaiserschmarrn zugeben, anbraten, mit Puderzucker bestreuen, durchschwenken und aus der Pfanne nehmen sobald die Mandeln und die Kaiserschmarrn-Stücke braun gebraten sind.

Für die Vanille-Zwetschgen die Zwetschgen entsteinen und der Länge nach vierteln. Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, Zwetschgenspalten zugeben und kurz anschwitzen. Vanilleschoten längs halbieren und mit dem Messerrücken das Mark auskratzen. Vanillemark und Schoten in die Pfanne geben, mit Zucker bestreuen, leicht karamellisieren lassen, durchschwenken und die Pfanne vom Herd nehmen.

Für das Eis die gefrorenen Zwetschgen in einen Mixer füllen, Abrieb einer Zitrone, zwei Esslöffel Puderzucker und Mascarpone zugeben und zu einem cremigen Eis mixen. Mit Zwetschgenwasser, etwas Zitronensaft und Puderzucker abschmecken und ins Gefrierfach stellen.

Den Mandel-Kaiserschmarrn mittig auf Tellern anrichten, Vanille-Zwetschgen samt Bratbutter darum verteilen, eine große Nocke Eis dazusetzen und servieren.

Alexander Herrmann am 28. Oktober 2016

Rhabarber-Polenta

Für zwei Personen

150 g Polenta	2 Stangen Rhabarber	1 Orange
1 Schote Vanille	200 ml Apfelsaft	200 ml Rhabarberfond
200 ml Milch	4 EL Butter	100 g Mandeln (gehobelt)
2 EL Zucker	2 EL brauner Zucker	

Den Rhabarber schälen (bzw. Fäden ziehen) und in circa 0,5 Zentimeter große Würfel schneiden. Die Schalen (nur die Fäden - nicht die grünen Blätter!) mit einem Esslöffel Zucker verkneten, mit 200 Millilitern kochendem Wasser aufgießen, circa eine Stunde ziehen lassen und durch ein Sieb passieren.

Die Mandelblättchen in einer Auflaufform im Backofen bei 160 Grad Umluft circa zwölf Minuten hellbraun rösten.

Zwei Esslöffel Butter in einem Topf aufschäumen lassen, eine halbierte Vanilleschote zugeben und kurz rösten, bis die Butter gold-braun ist. Den Polenta-Grieß einrühren, mit dem Apfelsaft ablöschen, mit dem Rhabarberfond auffüllen, verrühren und die Polenta quellen lassen. Anschließend die Milch und einen Esslöffel Zucker einrühren und mit Orangenabrieb abschmecken. Wer die Polenta lieber etwas dünnflüssiger mag, kann sie einfach mit etwas mehr Milch oder Rhabarberfond bis zur gewünschten Konsistenz verdünnen.

Die anderen zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen, die Rhabarberwürfel zugeben, das Vanillemark aus der übrigen halben Schote hineinkratzen, den braunen Zucker zugeben, kurz karamellisieren lassen und die gerösteten Mandelblättchen unterrühren.

Die Polenta auf zwei Tellern anrichten und das karamellierte Mandel-Rhabarber- Topping darauf setzen. Mit einer Kugel Rhabarber-, Himbeer-, oder Vanilleeis oder mit einigen Tupfen Vanilleschmand servieren.

Alexander Herrmann am 23. März 2015

Weißes Glühwein-Sorbet, Bratbirne, Macadamia-Nüsse

Für 4 Personen

Für das Glühweinsorbet:

200 g Karamellbonbons	150 ml Sahne	2 l trockenen Weißwein
2 Zitronen	4 Beutel Glühweifix	3 Zimtstangen
1 Nelke	6 Blatt Gelatine	1 l Prosecco
1 l Birnensaft	3 Orangen	300 ml Crème-Double

Für die Bratbirne:

5 Williams Birnen, mit Schale	3 Vanilleschoten	100 g Butter
Zitronenabrieb		

Für die Macadamianüsse:

300 g Macadamianüsse	300 g Puderzucker	Wasser
----------------------	-------------------	--------

Für die Crème fraîche:

180 g Crème-fraîche	50 g Karamellbonbons	50 g Sahne
Zimt, Zucker		

Für das Glühweinsorbet:

50 g der Karamellbonbons in heißer Sahne langsam schmelzen. Den Weißwein einmal kräftig aufkochen, die restlichen Karamellbonbons hineingeben. Die Zitronen halbieren, den Saft auspressen und samt der Zitronenhälften in den Weißweinsud geben. Glühweifix, Zimtstangen und Nelke ebenfalls hinzugeben. Erneut aufkochen lassen und beiseite ziehen.

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken, in den noch heißen Weißweinsud geben. Diesen anschließend durch ein Sieb abgießen und den Prosecco und den Birnensaft unterrühren, ggf. mit Puderzucker abschmecken. Die Crème Double und die in der Sahne geschmolzenen Karamellbonbons unterrühren. In einer Eismaschine cremig zu einem Sorbet frieren.

Für die Bratbirne:

Die Birnen schälen, vierteln und die Kerngehäuse herausschneiden.

Vanilleschoten der Länge nach halbieren und das Mark herauskratzen. Die Butter in einer Pfanne mit dem Vanillemark aufschäumen, Birnenspalten dazugeben und leicht braun werden lassen. Etwas Zitronenabrieb darüber geben.

Für die Macadamianüsse:

Die Macadamianüsse in einer Auflaufform im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad (Umluft) für 10-12 Minuten hellbraun rösten.

Puderzucker mit einem Schuss Wasser in eine Pfanne geben, aufkochen, die gerösteten Macadamianüsse hineingeben und unter ständigem Rühren so lange karamellisieren, bis sich eine dünne weiße Karamellschicht um die Macadamianüsse gebildet hat.

Für die Crème fraîche:

50 g Karamellbonbons in 50 ml Sahne schmelzen lassen. In die Crème fraîche rühren und mit Zimt und Zucker abschmecken.

Das Sorbet in Dessertschalen füllen, die Birnen darauf legen, mit den Macadamianüssen dekorieren und etwas Crème fraîche daneben geben.

Alexander Herrmann am 25. November 2017

Fisch

Curry-Lachs-Praline, Garnele, Ingwer-Soße, Karotten

Für zwei Personen

Für die Lachspraline:

1 Lachsfilet ohne Haut à 200 g	1 TL Sesam	1 Orange
2 Blätter Frühlingsrollenteig	$\frac{1}{2}$ TL Currypulver	400 g Butterschmalz
Meersalz	Pfeffer	

Für die Riesengarnele:

2 Riesengarnelen	1 EL Butter	2 Zweige Koriander
Meersalz	Pfeffer	

Für das Karottenpüree:

5 Karotten	500 ml Gemüsefond	4 EL Himbeeressig
$\frac{1}{4}$ TL Zucker	feines Salz	

Für die Ingwersauce:

1 Schalotte	1 Knolle Ingwer à 4 cm	1 Zitronengras
1 Zitrone	50 ml Weißwein	100 ml Gemüsefond
100 ml Sahne	1 TL Speisestärke	Pflanzenöl
feines Salz	Zucker	

Für die Lachspraline den Lachs in 5 mm feine Würfel schneiden. Sesam, Curry und Orangena-brieb zum Lachs geben, mit Meersalz abschmecken und 2 gleichgroße Pralinen formen.

Frühlingsrollenteig in dünne Streifen schneiden, Lachskugeln darin einrollen, gut andrücken, im heißen Butterschmalz kross frittieren und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Riesengarnelen längs am Rücken aufschneiden, entdarmen, von der Schale befreien, waschen und trockentupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, Garnelen ringsum kurz anbraten, Koriander zugeben, durchschwenken und die Pfanne vom Herd nehmen.

Karotten schälen, von den Enden befreien und in einem Topf mit Fond weichkochen. Die über-schüssige Flüssigkeit abgießen und die Karotten kurz abkühlen lassen. Karotten zu einem feinen Püree mixen und mit Salz, Zucker und Himbeeressig abschmecken.

Schalotte abziehen, in feine Würfel schneiden, in einem Topf mit Pflanzenöl anschwitzen, mit Weißwein ablöschen, mit Fond und Sahne auffüllen und aufkochen. Mit in kaltem Wasser ange-rührter Stärke leicht binden. Zitronengras mit einem Messerrücken klopfen, in die Sauce geben und etwas ziehen lassen. Anschließend mit Salz, Zucker, frisch geriebenem Ingwer und etwas Zitronenabrieb abschmecken, durch ein feines Sieb passieren und mit Hilfe eines Pürierstabes schaumig aufmixen.

Karottenpüree mittig auf zwei tiefen Tellern verteilen, je eine Lachspraline und zwei Garnelen-hälften darauf anrichten, mit der schaumig aufgemixten Ingwersauce beträufeln und servieren.

Alexander Herrmann am 22. Januar 2016

Forelle Müllerin, Mandel-Spinat, Zitronen-Butter

Für zwei Personen

2 Forellenfilets	1 Schalotte	2 Zitronen
1 Sellerie	200 g Baby-Spinat	4 EL Mehl
100g gehobelte Mandeln	3 EL Butter	gemischte Kräuter
1 EL Rapsöl (kaltgepresst)	Pflanzenöl	Olivenöl
1 Lorbeerblatt	Meersalz, Cayennepfeffer	schwarzer Pfeffer

Den Sellerie schälen, in grobe Würfel schneiden und mit einem Lorbeerblatt in leicht gesalzenem Wasser gar kochen. Anschließend herausnehmen, abtropfen lassen und mit einem Bunsenbrenner rösten. Den Sellerie mit Olivenöl einpinseln und mit einer Prise Meersalz sowie schwarzem Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Die Zitronen schälen und in Filets schneiden (dabei drei bis vier breite Streifen der Zitronenschale aufheben). Zwei Esslöffel Butter in einer kleinen Schwenkpfanne aufschäumen und leicht „nussig“ werden lassen. Die Zitronenschale und die Filets hineingeben, zusammen aufkochen, vom Herd nehmen und mit einer Prise Cayenne abschmecken (in der Resthitze zerfallen die Zitronenfilets und geben den Geschmack an die Butter ab).

Die Schalotte schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die Stiele vom gewaschenen Baby-Spinat zupfen.

Die gehobelten Mandeln mit dem Rapsöl in einer Pfanne rösten, die Schalottenstreifen zugeben und mit anschwitzen. Den Babyspinat hineingeben, einmal kurz durchschwenken und mit einer kleinen Prise Salz würzen. Die Forellenfilets auf der Hautseite mit etwas Mehl bestäuben, in eine kalte Pfanne mit Pflanzenöl setzen und bei mittlerer Hitze auf den Herd stellen. Dabei die Forellenfilets leicht nach unten drücken, damit sich die Haut nicht zusammenzieht und gleichmäßig geröstet wird. Nun die Seite ohne Haut mit einer Prise Salz würzen und das Forellenfilet wenden, sobald die Haut knusprig braun geworden ist. Eine Flocke Butter in die Pfanne geben, aufschäumen lassen und die Pfanne vom Herd nehmen (die knusprige Haut des Fisches nicht mit der Butter übergießen, da sie sonst wieder weich wird!).

Die gemischten Kräuter mit einer Prise Salz und dem Rapsöl marinieren.

Den Mandelspinat mittig auf zwei Tellern anrichten und die Forellenfilets mit der Hautseite nach oben darauf setzen. Die geblähten Selleriewürfel darum verteilen, den Kräutersalat auf der Forelle anrichten und mit der Zitronenbutter umträufeln.

Alexander Herrmann am 24. Februar 2015

Forellen-Tatar, Basilikum-Öl, Spinat, Sellerie-Chips

Für zwei Personen

2 Forellenfilets	10 dünne Scheiben Knollensellerie	5 Basilikumzweige
1 Zitrone	1 Handvoll Baby-Spinat	3-4 EL Butterschmalz
Rapsöl (kaltgepresst)	Meersalz, Pfeffer	

Das Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen, die Selleriescheiben hineingeben und bei mittlerer Hitze, schwimmend zu knusprigen Chips frittieren. Anschließend auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit einer kleinen Prise Salz würzen. Die Forellenfilets in feine Würfel schneiden, mit einer großen Prise Salz, einem Schuss Rapsöl, dem Abrieb sowie einigen Spritzern Saft einer Zitrone und einer großen Prise Pfeffer abschmecken. Die Basilikumblätter von den Zweigen zupfen, zusammen mit einer Prise Meersalz in einen Mörser geben und langsam zerreiben. Anschließend einen Schuss kaltgepresstes Rapsöl zugeben und zu einer kräftigen „Paste“ bzw. einem sehr dickflüssigen Öl verreiben. Den Babyspinat waschen, in eine Schüssel geben und mit wenig Salz, etwas Öl und einem Spritzer Zitronensaft marinieren. Das Forellentatar mit Hilfe eines Garnier-Ringes auf zwei Tellern anrichten, das Basilikum-Öl darauf verstreichen, den Spinatsalat darauf setzen und die Sellerie-Chips hineinstecken.

Alexander Herrmann am 24. Februar 2015

Geflämmter Lachs: 'asiatisch', 'mediterran', 'deutsch'

Für zwei Personen

Für den Lachs:

1 Lachsfilet ohne Haut à 300 g 1 EL neutrales Pflanzenöl Meersalz

Für die asiatische Variante:

4 EL geröstetes Sesamöl 1 Limette 1 Prise Piment-d'Espelette

Für die mediterrane Variante:

2 EL sämiger Aceto Balsamico 1 Zitrone 2 Zweige Basilikum

4 EL Olivenöl

Für die deutsche Variante:

1 EL geriebener Meerrettich 1 Zitrone ½ Bund Schnittlauch

4 EL Rapsöl

Für den Lachs:

Das Lachsfilet in gleich große Tranchen schneiden, auf ein geöltes Backblech legen und kurz mit einem Bunsenbrenner abflämmen, sodass sich an der Außenseite des Fisches Röstaromen entwickeln.

Für die asiatische Variante:

Die vorbereiteten Lachstranchen mit geröstetem Sesamöl einpinseln und mit Meersalz, Abrieb einer Limette und dem Piment d'Espelitte bestreuen.

Auch andere Variationen lassen sich durch den Austausch der Komponenten hervorragend mit dem Lachs kombinieren!

Für die mediterrane Variante:

Die vorbereiteten Lachstranchen mit Olivenöl einpinseln, mit Meersalz, Abrieb einer Zitrone und fein geschnittenen Basilikumblättchen bestreuen und mit etwas sämigem Aceto Balsamico beträufeln.

Für die deutsche Variante:

Die vorbereiteten Lachstranchen mit Rapsöl einpinseln und mit Meersalz, Abrieb einer Zitrone, fein geschnittenem Schnittlauch und einigen Meerrettichfäden bestreuen. Den geflämmten Lachs: „asiatisch“, „mediterran“ und „deutsch“ auf Tellern anrichten und servieren.

Alexander Herrmann am 26. Mai 2017

Gratinierter Lachs

Für zwei Personen

500 g Lachsfilet 1 Zitrone ½ Bund Thymian

3-4 Schalotten ½ Knoblauchzehe 250 g Spinat

150 g Semmelbrösel 200 g Butter 1 EL Sojasauce

1 Prise Chilipulver Pflanzenöl, Meersalz

Eine feuerfeste Auflaufform oder ein Backblech mit etwas Butter bestreichen. Den Lachs in vier dicke Scheiben schneiden und diese seitlich auf die mit Butter bestrichene Form legen. (Wenn der Fisch auf der Seite liegt, ist er an jeder Stelle gleich hoch und gart deshalb gleichmäßig.) Die restliche Butter in einem kleinen Topf auf dem Herd flüssig werden lassen und so viele Semmelbrösel einrühren, bis eine feste Schmelze entsteht. Anschließend die von den Zweigen gezupften Blättchen vom Thymian unterrühren und mit etwas Meersalz, dem Zitronenabrieb und einer kleinen Prise Chilipulver abschmecken. Die Bröselmasse auf den Lachstranchen verteilen und auf zwei Drittel bis drei Viertel der Ofenhöhe, in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen

(am besten Grillfunktion) schieben und etwa vier Minuten gratinieren. In der Zwischenzeit die Schalotten schälen, in feine Streifen schneiden und in einer großen Pfanne mit einem Schuss Öl anschwitzen. Den in dünne Scheiben geschnittenen Knoblauch zugeben und durchschwenken. Anschließend den gewaschenen Baby-Spinat zugeben, fallen lassen, mit einem kleinen Schuss Sojasauce (max. einem Esslöffel!) ablöschen und nochmals gut durchschwenken. Den Spinat auf zwei Tellern verteilen und den Lachs darauf anrichten.

Alexander Herrmann am 02. Februar 2015

Hamachi-Filet mit Sesam-Salat und Curry-Schmand

Für zwei Personen

400 g Hamachi-Filet	2 Kartoffeln, mehligk.	2 Romana-Salatherzen
2 Limetten	2 Schoten Chili (rot, klein)	2 Zweige Koriander (frisch)
1 EL Yuzu-Saft	4 EL Sesam (weiß)	4 EL Sesamöl (geröstet)
4 EL Schmand	1 Prise Currypulver	Meersalz

Die Kartoffeln schälen, in grobe Stücke schneiden und in wenig gesalzenem Wasser weich kochen. Die Kartoffeln herausnehmen, in einem Zerkleinerer (mit ganz wenig Kochwasser) so lange mixen, bis die Stärke „auskleistert“ (d.h. bis eine „leimige“, zähe Konsistenz erreicht ist). Die Masse dünn auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech streichen und im Backofen bei 70 Grad Umluft circa zwei bis drei Stunden zu einem Esspapier trocknen. Die Chilischoten der Länge nach halbieren, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch in dünne Streifen schneiden. Die Chilistreifen einige Sekunden in kochendem Salzwasser blanchieren, anschließend mit kaltem Wasser (am besten Eiswasser) abschrecken und gut abtropfen lassen. Den Sesam in einer beschichteten Pfanne ohne Fett, bei mittlerer Hitze unter ständigem Schwenken hellbraun rösten. Den Schmand mit dem Curry und einer Prise Salz abschmecken, wenn vorhanden in einen Spritzbeutel füllen, und bis zum Anrichten kalt stellen. Den Hamachi auf ein Schneidebrett legen und der Länge nach das dickere „Rückenstück“ und das dünnere „Bauchstück“ voneinander teilen. Das Bauchstück in grobe Würfel (als Tatar) schneiden, mit einer Prise Salz, der Hälfte der Chilistreifen, etwas Limettenabrieb und etwas geröstetem Sesamöl abschmecken. Das Rückenstück in breite Scheiben schneiden und mit einem Bunsenbrenner rösten. Anschließend mit dem geröstetem Sesamöl einpinseln, mit einer Prise Meersalz bestreuen und etwas frische Limettenschale darüber reiben. Den Romanasalat (bis auf zwei schöne Blätter) in feine Streifen schneiden und mit dem gerösteten Sesam, etwas Sesamöl, dem Yuzu-Saft, den restlichen Chilistreifen und dem frisch geschnittenem Koriander marinieren. Den Salat auf zwei Tellern verteilen, den geflämten Hamachi darauf setzen und das Tatar in die Romanasalatblätter füllen. Das Ganze anschließend mit einigen Tupfen Curryschmand sowie Stücken vom knusprigen Kartoffel-Esspapier garnieren.

Tipp:

Diese Rezeptur gelingt nicht nur mit Hamachi, sondern auch mit Thunfisch, Lachs oder Dorade.

Alexander Herrmann am 20. Februar 2015

Heilbutt im Ofen pochiert mit Sellerie-Apfel-Süppchen

Für zwei Personen

400 g Heilbuttfilet	1 Zitrone	$\frac{1}{2}$ Bund Thymian
1 Knoblauchzehe	6 Stangen Staudensellerie	1 grüner Apfel
2 Scheiben Toastbrot	250 ml Olivenöl	1 TL Xanthan
Pflanzenöl	Meersalz, Pfeffer	

200 Milliliter Olivenöl in einem kleinen Topf auf dem Herd erwärmen, die Schale der Zitrone sowie den Thymian und den Knoblauch zugeben. Den Topf vom Herd nehmen und darin ziehen lassen. Die Rinde vom Toastbrot entfernen, das Brot in feine Würfel schneiden, in einer Pfanne mit Pflanzenöl goldbraun frittieren und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Den Apfel schälen, in feine Würfel (wie die Croutons) schneiden und mit einigen Spritzern Zitronensaft beträufeln. Das Xanthan mit kaltem Wasser mischen und mit einem Pürierstab aufmixen, bis keine Klümpchen mehr sichtbar sind und das Wasser zu einem durchsichtigen „Gel“ geworden ist. Die Blätter vom Staudensellerie entfernen und auf die Seite legen. Die Selleriestangen entsaften, mit einer Prise Salz würzen und etwa zwei bis drei Esslöffel des gemixten Xanthans mit einem Schneebesen einrühren, bis der Sud anfängt zu binden. Anschließend mit einem Schuss Olivenöl, einigen Tropfen Zitronensaft und ggf. nochmals einer Prise Salz abschmecken. Das Heilbuttfilet in fingerdicke Scheiben schneiden, auf ein mit etwas Pflanzenöl bestrichenes Blech setzen und mit einem Bunsenbrenner rösten, bis es braun ist. Anschließend den Fisch kurz mit dem Kräuteröl marinieren und großzügig mit dem Meersalz und schwarzem Pfeffer bestreuen. Zum Anrichten die Croutons mit zwei Drittel der Apfelwürfel mischen und drei Häufchen davon auf jedem Teller verteilen. Den gerösteten Fisch darauf legen, auf jedem Teller fünf bis sechs Esslöffel Selleriesud angießen, den Fisch nochmals mit dem aromatischen Öl beträufeln und mit den Blättern vom Staudensellerie sowie den restlichen Apfelwürfeln garnieren.

Alexander Herrmann am 30. Januar 2015

Heilbutt in Nussbutter mit Chorizo-Panko-Bröseln, Gemüse

Für zwei Portionen

2 Stück weißer Heilbutt à 250g	100 g Chorizo	100 ml Gemüsebrühe
6 Stangen grüner Spargel	3 Stangen Frühlingslauch	150 g Zuckerschoten
4 Blätter Mangold	1 Knoblauch	1 Zitrone
1 Zweig Thymian	2 Schalotten	100 g Butter
150 g Panko	Olivenöl	Salz

Die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden.

Das Panko flach auf einem Blech ausgebreitet im Backofen bei 160 Grad Ober- /Unterhitze für zehn Minuten hellbraun rösten.

Die Pelle der Chorizo abziehen, die Wurst in kleine Würfel schneiden, in einen Topf geben und in reichlich Olivenöl anbraten. Anschließend die Schalottenwürfel zugeben und kurz durchschwenken. Den Topf vom Herd nehmen, das Panko einrühren und mit einer kleinen Prise Salz abschmecken.

Viel Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, den Fisch von beiden Seiten mit Salz würzen und in die Butter legen. Dabei sollte er ungefähr zum unteren Drittel in der Butter sein. Von der Zitrone drei Streifen Schale abziehen und zusammen mit dem Thymian und einer gedrittelten Knoblauchzehe in die Butter geben. Den Fisch von beiden Seiten braten, dabei mehrmals mit der nussig werdenden Butter übergießen, den Herd ausschalten und den Fisch in der Resthitze ungefähr acht Minuten gar ziehen lassen (die Gardauer ist abhängig von der Dicke des Fisches). Die unteren zwei Drittel des grünen Spargels schälen, den Frühlingslauch waschen und von den Wurzeln befreien und die Mangoldblätter längs (durch den Strunk) halbieren.

Anschließend den Spargel und den Lauch in schräge Stücke schneiden, kurz in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten und mit einer Prise Salz würzen. Die Zuckerschoten und Mangold zugeben, mit Brühe ablöschen, mit einem Deckel verschließen und den Herd abschalten. Wenn nach wenigen Minuten das Gemüse in der Resthitze gegart ist, den Deckel von der Pfanne nehmen und das Gemüse nochmals abschmecken.

Das grüne Gemüse mittig auf zwei Tellern anrichten und den Fisch darauf setzen. Alles mit der aromatischen Butter beträufeln und mit den Chorizo-Panko-Bröseln bestreuen.

Alexander Herrmann am 26. März 2015

Karpfen, Sellerie-Sesam-Salat, Zitrone und Meerrettich

Für vier Personen

Für den gebackenen Karpfen:

400 g Karpfenfilets, geschröpft	250 g Butterschmalz	5 EL Mehl
3 EL Weizenstärke	1 Prise Backpulver	0,2 l kaltes Mineralwasser
Salz		

Für den Sellerie-Salat:

$\frac{1}{2}$ Kopf Knollensellerie	1 EL Sesamöl, geröstet	1-2 Zitronen
0,1 l kaltgepresstes Rapsöl	Meersalz	2 EL Sesamsamen (geschält)
4 Zweige Blattpetersilie	1 EL Crème-fraîche	2 EL Sahnemeerrettich
Meersalz	Zucker	$\frac{1}{8}$ Stange Meerrettich, frisch
1 Zitrone		

Für den gebackenen Karpfen:

3 EL Mehl, Stärke und Backpulver mit kaltem, spritzigem Mineralwasser zu einem sämigen Teig anrühren und mit einer Prise Salz würzen.

Das Butterschmalz in einem flachen Topf erhitzen.

Nun den Karpfen in fingerdicke Streifen schneiden, in dem restlichen Mehl wenden und durch den Backteig ziehen. Den Karpfen in dem heißen Butterschmalz ausbacken bis er goldbraun ist. Anschließend herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Für den Sellerie-Salat:

Den Sellerie schälen und in 2 mm dicke Scheiben schneiden. Anschließend gleichmäßige Streifen schneiden.

Diese Streifen kurz in einem Topf mit kochendem Salzwasser blanchieren, mit einer Schaumkelle herausnehmen und abtropfen lassen. Die Selleriestreifen in eine große Glasschüssel füllen und noch warm mit Zitronensaft und -abrieb, kaltgepresstem Rapsöl, geröstetem Sesamöl und einer Prise Salz marinieren.

In der Zwischenzeit Sesamsamen in einer Pfanne ohne Fett rösten und dazugeben.

Die Petersilienblätter fein hacken und unter den Sellerie-Salat heben. Nochmals mit Salz und Zucker abschmecken.

Die Crème fraîche mit Sahnemeerrettich glattrühren und ggf. mit Saft und Abrieb einer Zitrone abschmecken. Den Meerrettich schälen und fein reiben.

Zum Anrichten den Sellerie-Salat mittig auf einen Teller geben, den gebackenen Karpfen darauf setzen und die Meerrettich-Crème-fraîche in Nocken an die Seiten geben. Etwas frisch geriebenen Meerrettich darüber streuen.

Alexander Herrmann am 20. Mai 2017

Knuspriges Sushi

Für 2 Personen

3 - 4 Doradenfilets	2 Eigelb	1 TL Senf
100 ml Rapsöl	1 Zitrone	40 ml Weißwein
40 ml Weißweinessig	70 g Isomalt-Zucker	100 g gepuffter Reis
1 Schale Kresse	1 Meerrettich	200 g Butterschmalz
Meersalz, Quatre Epices		

Das Butterschmalz in einem Topf erhitzen und den parboiled Reis wenige Sekunden darin fritieren. (Sobald die Reiskörner aufpuffen müssen sie aus dem Fett geholt werden, da sie sonst zu dunkel werden.) Den Reis anschließend auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Den Weißwein, den Essig und den Isomalt-Zucker in einem Topf zusammen aufkochen lassen. Sobald der Isomalt-Zucker anfängt zu karamellisieren, den Reis zugeben und rasch verrühren. Das Reisgemisch mit einer Prise Quatre Epices und ggf. einer Prise Salz würzen und auf ein auf etwa 60 Grad vorgewärmtes Backblech geben. (Die Masse lässt sich nur gut verarbeiten, solange sie warm ist.) Aus dem Reis kleine Nocken formen (wie man es von Sashimi kennt), etwas zusammenpressen und abkühlen lassen. (Hierfür ist es empfehlenswert zwei Paar Gummihandschuhe übereinander zu tragen, da die Masse noch sehr warm ist.) Die Eigelbe und den Senf in einen Mixbecher füllen und langsam das Rapsöl einmischen, bis die Mayonnaise eine feste Konsistenz hat. Anschließend mit dem Saft und Abrieb der Zitrone sowie einer Prise Salz abschmecken. Die Doradenfilets in Tranchen schneiden und dabei gleich die Haut entfernen. Zitronen-Rapsöl-Mayonnaise auf die knusprigen Reis-Nocken verteilen, je zwei Tranchen der Dorade darauf legen, mit einer Prise Meersalz bestreuen, Meerrettich darüber reiben und mit frischer Kresse garnieren.

Alexander Herrmann am 05. Januar 2015

Lachs-Filet mit heißer Mandel-Butter und Rhabarber

Für zwei Personen

250 g Lachsfilet	1 Rhabarberstange	100 g Mandelblättchen
100 g Butter	1 Zitrone	1 Chilischote (klein, rot)
1 Knoblauch	Meersalz	4 Zweige frischer Kerbel

Großzügig Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen und die Mandeln hinzufügen, sodass die Pfanne ganz bedeckt ist. Die Mandelblättchen rösten, bis sie und die Butter braun sind.

Reichlich Meersalz auf einem Teller verteilen. Die Knoblauchzehe halbieren, einschneiden und damit den Teller einreiben.

Das zimmerwarme Lachsfilet in dünne Tranchen (circa fünf Millimeter) schneiden und kreisförmig flach auf einen Teller legen. Den Lachs mit etwas Meersalz bestreuen. Die Spitze der Chilischote klein schneiden. Den Rhabarber abziehen und in feine Würfel schneiden. Beides kurz in der Mandelbutter erwärmen.

Die heiße Mandelbutter über den Fisch gießen, damit dieser in der Butter gart. Mit gehacktem Kerbel garnieren und mit frischem Brot servieren.

Alexander Herrmann am 14. April 2015

Lachs-Praline mit Zitronengras-Sabayon, Spitzkohl-Salat

Für zwei Personen

Für die Lachspraline:

200 g Lachsfilet	2 Blätter Frühlingsrollenteig	1 TL gerösteter Sesam
$\frac{1}{2}$ TL Currypulver	1 Orange, Abrieb	600 g Butterschmalz
grobes Meersalz	Butterschmalz	

Für den Salat:

$\frac{1}{2}$ Spitzkohl	4 EL weißer Aceto Balsamico	50 g Cashewkerne
$\frac{1}{4}$ Bund Koriander	Zucker	4 EL Rapsöl
Salz	Pfeffer	

Für die Zitronengras-Sabayon:

1 Stiel Zitronengras	200 ml trockener Weißwein	2 Schalotten
1 Zitrone	2 Zweige Thymian	4 Eier, Eigelb
Zucker	Salz	

Für die Lachspraline:

Den Lachs in 5 x 5 mm kleine Würfel schneiden. Sesam, Curry und Orangenabrieb zum Lachs geben, mit Meersalz abschmecken und zu zwei gleichgroßen Pralinen formen.

Den Frühlingsrollenteig in dünne Streifen schneiden, die Lachskugeln damit einrollen und gut andrücken.

Die Pralinen in einer Pfanne mit heißem Butterschmalz schwimmend goldbraun und kross fritieren. Die Kugeln mit einer Schaumkelle herausheben und auf Küchenkrepppapier abtropfen lassen.

Für den Salat:

Den Ofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Cashewkerne in einer Auflaufform im Ofen ca. 10 Minuten braun rösten, aus dem Ofen nehmen und grob zerstoßen.

Den Koriander abrausen, trockenwedeln, die Blättchen von den Zweigen zupfen und fein schneiden.

Vom Spitzkohl den Strunk entfernen, Kohl in sehr dünne Streifen schneiden, eine gute Prise Salz und Essig zugeben und mit den Händen kräftig durchkneten. Profi-Tipp: So bricht die Zellstruktur des Kohls auf und dieser wird zart und mürbe.

Koriander, Cashewkerne und Rapsöl dazugeben und mit Essig, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Zitronengras-Sabayon:

Das Zitronengras mit dem Messerrücken anklopfen und in grobe Stücke schneiden. Die Schale der gewaschenen Zitrone mit einem Sparschäler abziehen und den Saft auspressen. Schalotten abziehen und grob schneiden.

Den Weißwein in einen kleinen Topf geben und mit der Schale und dem Zitronensaft, Thymian, Zitronengras, Schalotten und 1 TL Zucker aufkochen. In etwa auf die Hälfte reduzieren lassen.

Den Sud durch ein feines Sieb in einen Anschlagessel passieren, etwas abkühlen lassen, mit vier Eigelben mischen, mit einem Schneebesen über einem Wasserbad zu einer schaumigen Sabayon aufschlagen und mit Salz und Zucker abschmecken.

Den Spitzkohlsalat in der Mitte des Tellers anrichten, die gebackene Lachspraline darauf setzen, mit der Sabayon rundum beträufeln und servieren.

Alexander Herrmann am 26. Mai 2017

Lachs-Törtchen mit Avocado-Püree, Vinaigrette, Kaviar

Für zwei Portionen

250 g Lachsfilet	50 g Butter	2 Zitronen
1-2 Hass-Avocados	1-2 Schalotten	100 ml Gemüsebrühe
3 EL Schmand	1 TL Wasabipaste	2 Zweige Dill
2 Zweige Estragon	2 Zweige Blattpetersilie	Rapsöl, Meersalz
Zucker		

Die Butter in einem kleinen Topf auf dem Herd „nussig“ werden lassen und zwei Metallringe damit ausfetten. Das Lachsfilet in Streifen schneiden, die etwas kleiner sind, als die Ringe hoch. Mit einer Prise Meersalz und Zitronenabrieb würzen, aufrollen und in die Ringe setzen. Die Abschnitte, die beim Zuschneiden des Fisches entstanden sind in die Mitte der Törtchen stecken, sodass die Törtchen vollständig ausgefüllt sind. Anschließend mit der restlichen Nussbutter begießen und circa 20 Minuten im auf 80 °C (Umluft) vorgeheizten Backofen garen. (Die genaue Garzeit ist abhängig von der Größe der verwendeten Metallringe.)

Die Avocado halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch herauskratzen. Das Fruchtfleisch zusammen mit einem Esslöffel Schmand und dem Wasabi in einem Mixer zu einem cremigen Püree mixen und mit Salz und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken.

Die Schalotten schälen, in feine Würfel schneiden und in einer kleinen Pfanne oder einem flachen Topf in wenig Rapsöl anschwitzen. Mit Brühe ablöschen, aufkochen lassen und vom Herd nehmen.

Mit einem Schneebesen etwas Rapsöl unterrühren und mit dem Saft und dem Abrieb einer Zitrone, sowie einer Prise Salz und Zucker abschmecken. Die Dillspitzen, Estragonblättchen und Petersilienblättchen von den Zweigen zupfen, dabei zwei Dillspitzen zum Garnieren beiseite legen und die restlichen Blättchen fein schneiden. Die fein geschnittenen Kräuter unter die Vinaigrette rühren.

Den restlichen Schmand mit einer Prise Salz würzen und in einen kleinen Spritzbeutel füllen. Die Avocadocreme auf zwei Tellern ausstreichen, die Lachstörtchen darauf anrichten und einen großen Tupfer Schmand auf jedes Törtchen setzen. Den Lachs- oder Forellenkaviar über den Schmand gleiten lassen, mit frischen Dillspitzen garnieren und mit der Kräuter-Vinaigrette umtröpfeln.

Alexander Herrmann am 08. Mai 2015

Matjes à la Chefsache

Für zwei Personen

3 Matjesfilets	2 große Kartoffeln (mehlig)	1 kleine, weiße Zwiebel
1 Zitrone	1 Apfel (rot)	1 Bund Blattpetersilie
250 g Schmand	2-3 EL Butterschmalz	Weißweinessig
Rapsöl	Mineralwasser (kohlenensäurehaltig)	Salz
Zucker		

Die Matjesfilets für circa 30 Minuten in kohlenensäurehaltiges Mineralwasser einlegen, damit das überschüssige Fett aus dem Fisch herausgedrückt wird, und anschließend der Länge nach halbieren.

Die Kartoffeln schälen, reiben und die überschüssige Flüssigkeit etwas herausdrücken und salzen. In einer bzw. zwei beschichteten Pfannen mit Butterschmalz, bei circa 70 Prozent der Herdleistung, große, flache Rösti braten.

Die Zwiebel schälen, in dünne Ringe schneiden und kurz in gesalzenem Wasser blanchieren. Anschließend sofort kalt abschrecken und in einem Sieb gut abtropfen lassen. Die Petersilienblätter von den Stielen zupfen. Etwa zwei Drittel davon mit den blanchierten Zwiebelringen in einer Schüssel mischen (im Verhältnis eins zu eins), die restlichen Petersilienblätter hacken. Den Petersilien-Zwiebel-Salat mit je einer Prise Salz und Zucker sowie einem kleinen Schuss Weißweinessig und Rapsöl abschmecken.

Den Schmand in eine kleine Schüssel geben, mit der gehackten Petersilie verrühren und mit Salz und Zitronenabrieb abschmecken.

Den Apfel halbieren, dabei gleich das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in dünne Scheiben schneiden.

Wenn die Rösti von beiden Seiten goldbraun gebraten sind, kurz auf Küchentrepp abtropfen lassen und mittig auf zwei Tellern anrichten. Zwei bis drei Nocken Schmand auf jeden Rösti setzen, zwei bis drei halbe Matjesfilets (je nach Größe) geschwungen darauf legen, den Petersilien-Zwiebel-Salat in der Mitte anrichten und mehrere Apfelscheiben gefächert drum herum stecken.

Alexander Herrmann am 16. März 2015

Norwegischer Winter-Kabeljau mit Kokosmilch-Sud

Für 2 Personen

200 g norwegischer Winterkabeljau	3 Schalotten	1 Stängel Zitronengras
1 Schote Chili (klein, rot)	1 Limette	500 ml Kokosmilch
$\frac{1}{2}$ Kopf Chinakohl	1 TL Currypulver	100 ml Milch
2 Zweige frischer Kerbel	Pflanzenöl, Meersalz	

Die Schalotten schälen, in Streifen schneiden und mit wenig Öl in einem Topf anschwitzen. Das Zitronengras mit einem Messerrücken klopfen (damit die ätherischen Öle aus dem Stängel kommen), die Chilischote längs einritzen, beides zu den Schalottenstreifen geben, kurz mit anschwitzen und mit der Kokosmilch auffüllen. Die Schale einer Limette mit einem Sparschäler abziehen, in den Kokossud geben, mit etwas Salz abschmecken, aufkochen lassen und den Herd auf die kleinste Stufe stellen. Den norwegischen Winterkabeljau in zwei oder vier gleich große Stücke portionieren, in den heißen, aber nicht mehr kochenden, Sud legen und gar ziehen lassen. Den Chinakohl in Streifen schneiden (am vorderen Ende etwas breitere Streifen, zum Strunk hin etwas dünnere Streifen schneiden) und in einer heißen Pfanne mit wenig Öl anbraten. Wenn der Kohl etwas Farbe genommen hat, mit Salz und Curry abschmecken und durchschwenken. Den Kokosmilchsud durch ein feines Sieb passieren, einen Schuss frische Milch zugeben und mit Hilfe eines Pürierstabs schaumig aufmixen.

Anrichten:

Den Chinakohl auf zwei Tellern verteilen, den Winterkabeljau vorsichtig aus dem Sud heben und auf dem Chinakohl anrichten. Etwas Kokosmilchschaum auf dem Filet verteilen und diesen zuletzt mit etwas frischem Kerbel garnieren.

Alexander Herrmann am 13. Januar 2015

Roh mariniertes Forellen-Filet mit Topinambur-Chips

Für 2 Personen

2 Forellenfilets	1 Topinambur	1 Zitrone
250 g Butterschmalz	1 Meerrettichwurzel	1 Schälchen Kresse
Rapsöl, Meersalz	Pfeffer	

Das Butterschmalz in einem kleinen Topf auf dem Herd erhitzen. Den Topinambur waschen, in feine Scheiben schneiden (am besten mit einer Aufschnittmaschine) und nochmals kurz in frischem Wasser waschen. Den Topinambur auf Küchentrepp trocken tupfen und im heißen Butterschmalz, bei circa 150 Grad, frittieren. Anschließend die Chips herausnehmen, auf Küchentrepp abtropfen lassen und mit einer Prise Salz würzen. Die Forellenfilets von der Haut befreien und ähnlich wie bei der Zubereitung eines Sashimi in fingerdicke Streifen schneiden. Den Saft der Zitrone samt deren fein geriebener Schale in eine flache Schüssel oder einen tiefen Teller füllen, eine große Prise Meersalz, etwas Pfeffer sowie einen Schuss Rapsöl zugeben und mit einem Schneebesen verquirlen. Die Forellenstücke in diese Vinaigrette legen, gut vermengen und kurz ziehen lassen. Die marinierten Forellenstücke einzeln „wild“ auf zwei Tellern verteilen und mit der Vinaigrette beträufeln. Den frischen Meerrettich darüber hobeln, mit einigen Kresseblättern bestreuen und die Topinambur-Chips dazwischen stecken.

Alexander Herrmann am 19. Januar 2015

Saibling-Filet mit Kräutern im Salzteig

Für zwei Portionen

2 Saiblingsfilets	2 Zweige Thymian	2-3 Zweige Estragon
1 Zitrone	1 Eigelb	1 Prise Meersalz

Für den Salzteig:

500 g Mehl	500 g Salz	2 Eier
Wasser		

Das Mehl, das Salz und die Eier vermengen, etwas Wasser zugeben und kneten, bis ein fester, glatter Teig entsteht. Anschließend in Frischhaltefolie einwickeln und etwa 20 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Den Teig flach ausrollen, bis er etwas länger und mehr als doppelt so breit wie die Saiblingsfilets ist. Den Thymian mittig in die untere Hälfte des Teiges legen, ein Saiblingsfilet mit der Hautseite nach unten darauf legen und mit einer Prise Meersalz, Zitronenabrieb und Estragonblättern bestreuen.

Anschließend das zweite Saiblingsfilet mit der Hautseite nach oben darauflegen (es empfiehlt sich das obere Filet entgegengesetzt zum unteren Filet - also Kopfende auf Schwanzende - zu legen, damit der Fisch an allen Stellen möglichst gleich dick ist und später gleichmäßig gart).

Die obere Hälfte des Teiges über die Saiblingsfilets legen, sodass der Fisch samt Kräutern vollständig eingepackt ist. Die Enden ringsum fest andrücken (z.B. mit einer Gabel) und den kompletten Salzteig mit Eigelb bestreichen. Anschließend auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech, im auf 210°C Umluft vorgeheizten Backofen, circa 20 Minuten (die genaue Zeit ist von der Dicke der Saiblingsfilets abhängig) backen. Tipp:

Den Salzteig vor dem Backen in Form eines Fisches zuschneiden, im Ganzen servieren und erst am Tisch öffnen.

Alexander Herrmann am 28. April 2015

Geflügel

Arabisches Backhendl

Für zwei Portionen

1 Stubenkükens	1 Schalotte	1 Zitrone
2-3 Zweige Koriander	2 Eier	6 EL Mehl
6 EL Semmelbrösel	150 g Butterschmalz	2 EL Tamarindenpaste
1 EL Crème-fraîche	1-2 EL Puderzucker	200 g Kichererbsen
Olivenöl	Ras-el-Hanout	Salz aus der Mühle

Das Tamarindenpüree mit der Crème Fraîche verrühren und mit Puderzucker abschmecken.

Die Eier aufschlagen und mit einer Prise Salz und Raz el Hanout vermischen und abschmecken.

Die Brust und die Keulen des Stubenkükens auslösen, in Mehl wenden, anschließend durch das gewürzte Ei ziehen und mit den Semmelbröseln panieren. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die panierten Geflügelstücke bei schwacher bis mittlerer Hitze ringsum goldbraun ausbacken. Anschließend auf Küchenkrepp abtropfen.

Die Kichererbsen aus dem Glas nehmen, unter fließendem Wasser abspülen, abtropfen und mit Küchenkrepp trockentupfen. Die Korianderblätter von den Stielen zupfen und in feine Streifen schneiden. Die Schalotte schälen, in Streifen schneiden und mit einem Schuss Olivenöl in einer großen Pfanne anschwitzen. Anschließend die Kichererbsen zugeben, durchschwenken und mit Zitronenabrieb, Salz und frisch geschnittenem Koriander abschmecken.

Die Tamarindencreme auf zwei Tellern verstreichen, die Kichererbsen darauf anrichten und je ein Stück Brust sowie eine Keule des „arabischen Backhendls“ darauf setzen.

Alexander Herrmann am 30. April 2015

Enten-Brust mit Pfeffer-Honig, Rotkohl, Knöpfe

Für zwei Personen

Für die Entenbrust:

2 Barbarie-Entenbrüste	2 Schalotten	1 EL Aceto Balsamico
4 EL Honig	Salz	Pfeffer

Für die Knöpfe:

1,5 Scheiben Bauernbrot (Mischbrot)	3 Eier	150 g Mehl
2 Zweige glatte Petersilie	1 TL Lebkuchengewürz	1 EL Butterschmalz
1 EL Butter	1 EL Mineralwasser, spritzig	1 TL Salz, Pfeffer

Für den Rotkohl:

2 EL Wildpreiselbeeren	2 Orangen	$\frac{1}{2}$ Kopf Rotkohl
	Pflanzenöl	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Die Entenbrüste waschen und trocken tupfen. Die Haut der Entenbrüste mit einem Teppichmesser rautenförmig einritzen, mit einer Prise Salz auf der Haut einreiben und mit der Hautseite nach unten in eine kalte, beschichtete Pfanne legen. Die Entenbrüste ohne Öl langsam anbraten. Sobald die Hautseite gut gebräunt ist, auch die Unterseite der Entenbrüste salzen, wenden und kurz anbraten. Die Brüste auf ein Backgitter in die mittlere Schiene des Backofens setzen und etwa 20 bis 25 Minuten rosa garen.

Für den Pfefferhonig die Schalotten abziehen, in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit ein wenig Öl hellbraun anschwitzen. Anschließend vom Herd nehmen, leicht abkühlen lassen, mit einem kleinen Schuss Balsamico ablöschen, den Honig dazugeben und mit viel Pfeffer abschmecken.

Die gegarten Entenbrüste aus dem Backofen nehmen, nochmals mit der Hautseite nach unten in eine Pfanne geben und langsam knusprig braten.

Für die Lebkuchenknöpfe die Eier mit einer Prise Salz in einer Schüssel aufschlagen. Mehl unterrühren und mit einem Holzkochlöffel zwei bis drei Minuten kräftig schlagen, bis der Teig Blasen wirft.

Das Bauernbrot fein würfeln und mit etwas Butter in der Pfanne knusprig zu Croutons ausbacken. Petersilie abrausen und trocken wedeln, fein hacken und zusammen mit den Brotcroutons zum Teig geben. Mit Lebkuchengewürz und Pfeffer abschmecken und vorsichtig einen Schuss spritziges Mineralwasser einrühren.

In einem großen Topf reichlich leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen und von dem Teig mit einem in heißes Wasser getauchten Teelöffel und dem Handballen kleine Knöpfe abstechen und diese in das kochende Salzwasser gleiten lassen. Den Topf vom Herd nehmen, die Knöpfe etwa drei bis fünf Minuten im heißen Wasser ziehen lassen, herausnehmen, abtropfen und trocken tupfen.

Für den Rotkohl die Orangen schälen und filetieren. Den Rotkohl in feine Streifen schneiden, langsam in einer Pfanne mit etwas Pflanzenöl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und vom Herd nehmen. Die Orangenfilets und die Preiselbeeren vorsichtig unterrühren und nochmals abschmecken.

Die Knöpfe in einer Pfanne mit heißem Butterschmalz knusprig braten, einen Esslöffel Butter zugeben und aufschäumen lassen. Anschließend die Knöpfe auf Küchenpapier abtropfen und zusammen mit dem Rotkohl auf Tellern anrichten. Die Entenbrüste in Tranchen schneiden, darauf setzen und mit dem Pfefferhonig beträufeln.

Alexander Herrmann am 02. Dezember 2016

Enten-Brust mit Rotkohl-Salat und Kürbiskern-Kartoffeln

Für zwei Personen

2 Barbarie-Entenbrüste	½ Kopf Rotkohl	10 kleine Kartoffeln
1 Apfel (rot)	2 Orangen	2 Rosmarinzweige
4 EL Honig	5 EL Butter	100 g Kürbiskerne (geschält)
1 Zimtstange	1/3 Vanilleschote	2 EL Preiselbeeren
Rotweinessig	2 EL Rapsöl	Salz, Zucker
schwarzer Pfeffer		

Die Orangen schälen, zu Filets schneiden und in eine kleine Schüssel geben. Den Rotkohl in feine Streifen schneiden, bzw. dünn hobeln, und in eine andere Schüssel geben. Den Kohl mit je einer Prise Salz und Zucker bestreuen, einen Schuss Rotweinessig zugeben und gut verkneten (am besten mit Gummihandschuhen). Das Rapsöl, die Preiselbeeren sowie den Orangensaft, der sich bei den Filets in der Schüssel gesammelt hat, unterrühren und den Salat mindestens eine halbe Stunde ziehen lassen.

Die Haut der Entenbrüste rautenförmig (am Besten mit einem Teppichmesser) einritzen, diese mit einer Prise Salz einreiben und mit der Hautseite nach unten in eine kalte, beschichtete Pfanne legen. Den Herd auf schwache bis mittlere Hitze einschalten und ohne Öl langsam braten. (Das überschüssige Fett, das sich unter der Haut befindet, kann so fast vollständig herausgebraten werden und die Haut wird später schön knusprig.) Wenn die Hautseite gut gebräunt ist und viel Fett herausgebraten wurde, auch die Unterseite der Entenbrüste mit einer Prise Salz würzen und die Brüste wenden. Diese nach einem kurzen Moment aus der Pfanne nehmen, auf ein Backgitter in der mittleren Schiene des Backofens setzen und bei 110 °C Umluft circa 20 bis 25 Minuten rosa garen (die Entenbrüste lieber ein klein wenig zu weit garen als zu roh lassen, da sie sonst zu zäh sind).

Die Kürbiskerne in einer Küchenmaschine grob mixen. Die Kartoffeln in leicht gesalzenem Wasser langsam gar kochen, herausnehmen, kurz ausdampfen lassen und pellen. Zwei bis drei Esslöffel Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen. Die gepellten Kartoffeln in die Pfanne geben, mit einer Prise Salz würzen, gemixte Kürbiskerne zugeben und gut durchschwenken, bis die Kürbiskerne an den Kartoffeln haften.

Den Honig in einer kleinen Schwenkpfanne aufschäumen lassen, eine Prise Zucker, eine Spur schwarzen Pfeffer sowie die von den Zweigen gezupften Rosmarinnadeln zugeben, kurz köcheln lassen und beiseite stellen.

Den Apfel in Spalten schneiden und das Kerngehäuse entfernen, aber die Schale am Apfel lassen. Die gegarten Entenbrüste aus dem Backofen nehmen, nochmals mit der Hautseite nach unten in eine Pfanne legen und langsam knusprig braten. Wenn die Haut knusprig ist, die Enten wenden, die Apfelspalten mit in die Pfanne geben, mit einer Prise Salz würzen, Zimt und Vanille zugeben und die restliche Butter darin aufschäumen lassen (darauf achten, dass ab jetzt nichts mehr über die Haut gegossen wird). Die Entenbrüste aus der Pfanne nehmen, mit der Hautseite nach oben auf ein Schneidebrett setzen, kurz ruhen lassen und anschließend in Tranchen schneiden. Den Rotkohlsalat nochmals abschmecken und samt den Orangenfilets auf zwei Tellern anrichten. Die Kürbiskernkartoffeln um den Salat verteilen, die Enten- Tranchen darauf setzen und mit dem Rosmarin-Honig umträufeln.

Alexander Herrmann am 23. Februar 2015

Enten-Saté-Spieße mit Curry-Apfel

Für zwei Personen

1 Barbarie-Entenbrust	1 Apfel (rot)	1 Limette
50 ml Gemüsebrühe	1 EL Butter	$\frac{1}{2}$ EL Butterschmalz
1 Prise Curry	Salz	

Die Haut von der Entenbrust lösen, in feine Streifen schneiden und mit dem Butterschmalz in einer Pfanne bei wenig Hitze langsam braten. Die Entenbrust in vier Längsstreifen schneiden, auf Schaschlikspieße auffädeln und mit einer Prise Salz würzen. Die Spieße zu den Hautstreifen in die heiße Pfanne geben und von beiden Seiten braten. Wenn die Entenhautstreifen braun und knusprig sind, diese herausnehmen und kurz auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Den Apfel vierteln, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in Spalten schneiden. Anschließend mit der Butter in einer kleinen Pfanne anschwitzen, mit einer Prise Curry abschmecken, einen kleinen Schuss Brühe zugeben und aufkochen lassen.

Die Apfelspalten auf zwei Tellern verteilen und die Enten-Spieße darauf anrichten. Die Schale einer frischen Limette darüber reiben, mit dem Curry-Sud aus der Pfanne beträufeln und mit den Entenhautstreifen bestreuen.

Alexander Herrmann am 23. Februar 2015

Gebratene Mais-Hähnchen-Brust mit gegrillter Ananas

Für 2 Personen

2 Maishähnchenbrüste	$\frac{1}{2}$ Ananas	$\frac{1}{2}$ rote Paprikaschote
1 rote Chilischote (klein)	1 Zitrone	1/2 Bund Thymian
1 Zehe Knoblauch	1 EL Curry	Butter
Olivenöl	Salz	

Die Maishähnchenbrüste mit Salz auf der Hautseite würzen und das Salz einmassieren. Einen kleinen Tropfen Olivenöl in eine beschichtete Pfanne geben. Die Hähnchenbrust auf der Hautseite in die noch kalte Pfanne legen. Bei mittlerer Hitze (Stufe 5) langsam anbraten. Die Brust umdrehen, wenn die Hautseite angegart ist. Einen Schuss Olivenöl nachgießen. Sobald die zweite Seite der Hähnchenbrust goldgelb angebraten ist, erneut auf die Hautseite wenden.

Wenn die Haut knusprig gebraten ist, die Brust nochmals wenden, in feine Scheiben geschnittenen Knoblauch, die geschnittene Chilischote und den Thymian zugeben und zwei bis drei Esslöffel Butter in der Pfanne aufschäumen lassen. Dabei darauf achten, dass nichts mehr über die knusprige Haut gegossen wird, damit die Haut nicht aufweicht!

Die Paprikaschote in feine Streifen schneiden und mit der Maishähnchenbrust in der Pfanne anschwitzen.

Die Ananas in gleichmäßige, fingerdicke Scheiben schneiden und in einer Grillpfanne ohne Fett von beiden Seiten anbraten.

In einem separaten Topf großzügig Olivenöl erhitzen. Den Abrieb einer Zitrone, etwas Salz und den Curry dazugeben.

Die Ananas auf einem Teller anrichten und mit dem gewürzten Olivenöl beträufeln. Die Paprikastreifen hinzugeben und mit der Butter aus der Pfanne benetzen. Die Maishähnchenbrust in Tranchen schneiden und ebenfalls auf dem Teller anrichten.

Alexander Herrmann am 01. April 2015

Gekneteter Rotkohl-Salat mit geschmorter Ente

Für 2 Personen

1 Ente (à 1,6-1,8 kg)	1 Laugenbrezel	$\frac{1}{4}$ Bund Thymian
1/4 Rotkohl	1 Apfel (rot)	2 Orangen
2 EL Wildpreiselbeeren	2 EL Butter	150 g Schmand
Rotweinessig	Rapsöl	Salz
Pfeffer	Zucker	Meersalz
grober Pfeffer		

Die Ente unter fließend kaltem Wasser kurz abbrausen, mit Küchenkrepppapier trockentupfen und anschließend mit grobem Salz würzen. Nun mehrfach in Klarsichtfolie von allen Seiten leicht straff einwickeln. Auf ein Backgitter in der mittleren Schiene des Backofens bei 70 °C Umluft elf Stunden lang garen.

Nun die Ente aus dem Ofen nehmen, bei Zimmertemperatur kurz abkühlen lassen und vorsichtig die Folie der Ente aufschneiden. Den Fleischsaft, der in der Ente entstanden ist, vorsichtig in eine kleine Schüssel umfüllen. Die restliche Folie von der Ente abziehen und nun entweder die Ente direkt weiterverwenden oder in frische Klarsichtfolie wickeln und entweder im Kühlschrank (zwei bis drei Tage haltbar) oder im Tiefkühlfach (drei bis vier Wochen haltbar) lagern.

Eine Orange schälen und in Filets schneiden.

Den Rotkohl in feine Streifen schneiden, in einer Schüssel mit Salz und Zucker würzen, Essig dazu geben und vorsichtig verkneten, sodass die feste Zellstruktur des Kohls mürbe wird und etwa zehn Minuten ziehen lassen.

Jetzt Orangenfilets, Orangenabrieb, Preiselbeeren, einen geriebenen Apfel und Rapsöl dazugeben und nochmal mit Salz, Rotweinessig und Pfeffer abschmecken. Den Schmand mit Salz und Pfeffer abschmecken und in einen Spritzbeutel füllen. Die Brezeln in mehrere, möglichst gleich große Stücke schneiden und langsam auf den Schnittflächen in einer großen, beschichteten Pfanne mit etwas Butter und Thymian anbraten.

Eine halbe Stunde vor dem Anrichten den Backofen auf 230°C Umluft vorheizen und die Ente auf ein Backgitter in die Mitte vom Backofen schieben. Direkt darunter ein Backblech geben (durch das Rösten der Ente tritt das Fett aus der Haut aus, dieses wird durch das Blech aufgefangen und kann so im Ofen nicht verbrennen). Bitte alle zehn Minuten das entstandene Fett aus dem Blech abgießen. Nach 20-25 Minuten ist die Ente perfekt knusprig und kross. Aus dem Ofen nehmen, auf ein Schneidbrett setzen, ein paar Minuten ruhen lassen und anschließend die Keulen sowie die Bruststücke abschneiden und tranchieren.

Den Rotkohlsalat auf die Teller verteilen, einige Tupfen Schmand darum setzen und die knusprigen Brezel-Stücke dazwischen stellen. Die Ente darauf anrichten und mit

Alexander Herrmann am 23. April 2015

Hähnchen-Kräuter-Schnitzel, Löwenzahn-Salat, Dressing

Für zwei Personen

Für die Schnitzel:

2 Hähnchenbrüste à 140 g	100 g Mehl	120 g Pankobrösel
3 Eier	1 Zitrone	½ Bund glatte Petersilie
½ Bund Basilikum	3 Zweige Thymian	3 Zweige Estragon
150 g Butterschmalz	Salz	Pfeffer

Für die Kerne:

4 EL Kürbiskerne	1 EL neutrales Pflanzenöl	1 Prise feines Salz
------------------	---------------------------	---------------------

Für den Salat:

100 g junger Löwenzahn	1 Romana-Salatherz	4 Cherrytomaten
------------------------	--------------------	-----------------

Für das Dressing:

1 Beet Gartenkresse	100 g Naturjoghurt	25 ml Milch
1 Zitrone	1 EL Rapsöl	1 EL Kürbiskernöl
1 Prise Zucker	Salz	Pfeffer

Für die Schnitzel die Petersilie, Basilikum, Estragon und Thymian abbrausen, trockenwedeln und von den Stielen zupfen. Mit dem Panko in einer Moulinette zu grünen Bröseln mixen und in eine flache Schüssel geben. Eier in einer flachen Schüssel aufschlagen, mit einer Gabel verquirlen und mit reichlich Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer würzen. Hähnchenbrüste waschen, trockentupfen und in je zwei dünne Scheiben schneiden. Die Schnitzel zuerst im Mehl, dann im gewürzten Ei und zuletzt in den Panko-Kräuter-Bröseln wenden.

Butterschmalz in einer Pfanne stark erhitzen, die Schnitzel darin goldgelb ausbacken und auf Küchenkrepp abtropfen.

Kürbiskerne in einer Pfanne mit wenig Öl braten und dabei schwenken, bis sie aufpoppen. Auf Küchenkrepp abtropfen und mit 1 Prise Salz würzen.

Für das Dressing Joghurt mit Milch, wenig Zitronensaft, Rapsöl, Zucker, Salz und Pfeffer mischen und mit einem Stabmixer zu einem schaumigen Dressing aufmixen.

Für den Salat die Cherrytomaten mit einem Bunsenbrenner abflämmen, die Schale abziehen und halbieren. Romana-Salat vom Strunk befreien und einige Blätter verlesen. Diese mit Löwenzahn, Cherrytomaten und Gartenkresse zu einem Salat mischen, mit dem Joghurtdressing marinieren und mit den gerösteten Kürbiskernen bestreuen.

Die Hähnchen-Kräuter-Schnitzel mit Löwenzahnsalat, Joghurtdressing und gerösteten Kürbiskernen auf Tellern anrichten, den Salat mit Kürbiskernöl beträufeln und servieren.

Alexander Herrmann am 10. Juni 2016

Maishähnchen-Brust mit Rhabarber und Chili glasiert

Für zwei Portionen

2 Maishähnchenbrüste	3 Stangen Rhabarber	1 Schalotte
1 EL Himbeermarmelade	1 EL Agavendicksaft	1 Schuss Brühe
100 g Crème-fraîche	1 Schälchen Kresse	Olivenöl
Chilipulver	Meersalz	

Eine Stange Rhabarber schälen und in kleine Würfel schneiden. Den restlichen Rhabarber zusammen mit den Schalen entsaften. Die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden.

Die Haut der Hähnchenbrüste entfernen, das Fleisch salzen und in einer großen, beschichteten Pfanne mit Olivenöl, bei mittlerer Hitze von allen Seiten braten. Wenn die Hähnchenbrüste fast gar sind, diese aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Den Bratensatz in der Pfanne mit dem Rhabarberfond ablöschen, die Himbeermarmelade und den Agavendicksaft einrühren, die Schalottenwürfel zugeben und kurz köcheln lassen.

Anschließend die Rhabarberwürfel zugeben, mit einem Schuss Brühe ablöschen und mit Chili und einer kleinen Prise Salz abschmecken. Die Hähnchenbrüste zurück in die Pfanne legen und kurz einkochen, bis die überschüssige Flüssigkeit verdampft ist und die Hähnchenbrüste glasiert sind.

Die Hähnchenbrüste auf zwei Tellern anrichten und mit der Rhabarber-Chili-Glasur beträufeln. Einige Tupfen Sauerrahm (oder Crème Fraîche) darum verteilen, mit einer Prise Meersalz bestreuen und mit frischer Kresse garnieren.

Alexander Herrmann am 11. Mai 2015

Oster-Maishähnchen, Schwarzbrot-Schmelze, Salat-Stiele

Für vier Personen

Für die Maishähnchen:

4 Maishähnchenbrüste, mit Haut	Salz	Pfeffer
1 TL Butterschmalz	1 Zitrone	

Für das Sauerteigbrot:

4 Sch. dunkles Sauerteigbrot	Butter	
------------------------------	--------	--

Für die Salatstiele:

1 Kopfsalat, jung, frisch	4 Radieschen	2 - 3 Schalotten
½ Bund Schnittlauch	5 Zweige Blattpetersilie	½ Bund Kerbel
Prise Zucker	Butter	200 g Crème-fraîche
Essig	Brotgewürz	Salz

Für die Maishähnchen:

Die Maishähnchenbrüste von allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Hautseite nach unten in eine kalte, mit Butterschmalz ausgestrichene Pfanne legen. Langsam anfangen zu braten. So lange braten, bis die Haut gut Farbe angenommen hat und leicht knusprig geworden ist. Anschließend die Maishähnchenbrust einmal wenden und auf der Fleischseite ebenso lange langsam anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und auf einem Backgitter auf der mittleren Schiene des Backofens, bei 100 Grad Ober-/Unterhitze fertiggar. Kurz vor dem Servieren erneut mit der Hautseite nach unten in einer Pfanne mit etwas Butterschmalz, Rosmarin und -wer mag - mit etwas Zitronenschale knusprig braten.

Für das Sauerteigbrot:

Sauerteigbrot in fingerdicke Scheiben schneiden, auf ein Backblech legen, mit wenig Butter bestreichen und bei 160 Grad Umluft im Ofen braun rösten. Anschließend kurz auf Küchentrepp auskühlen lassen, in grobe Stücke brechen und in einem Mixer zu feinen Bröseln mixen. Reichlich Butter mit dem Brotgewürz in einem kleinen Topf aufschäumen lassen, so viele Brotbrösel hinzugeben bis eine herzhaft Schwarzbrotsschmelze entsteht. Vom Herd nehmen und mit einer kleinen Prise Salz abschmecken.

Für die geschmorten Salatstiele:

Die äußeren Blätter vom gewaschenen Kopfsalat entfernen. Anschließend von den einzelnen Blättern den Strunk herauslösen. Die Schalotten würfeln, den Kerbel zupfen, die Blattpetersilie klein, die Radieschen in feine Scheiben und den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Alles in einer Pfanne mit Butter durchschwenken und würzen. Anschließend mit Essig abschmecken. Crème fraîche nach Geschmack mit Brotgewürz und Salz anrühren. Die Maishähnchenbrüste der Länge nach auftranchieren, auf den Teller setzen und großzügig mit der Schwarzbrotsschmelze bestreuen. Die Salatstiele darüber verteilen. Und die Crème fraîche daneben setzen

Alexander Herrmann am 15. April 2017

Perlhuhn-Brust, Romana-Salat, Oliven-Orangen-Vinaigrette

Für zwei Personen

Für die Perlhuhnbrust:

4 Perlhuhnbrst-Filets à 180 g	½ Bund Thymian	2 EL Butter
Olivenöl	Meersalz	Pfeffer

Für den Romanasalat:

4 Mini-Romana-Salatherzen	1 Zehe Knoblauch	2 EL Butter
2 EL weiße Sesamsaat	Olivenöl	Salz

Für die Vinaigrette:

1 Orange	100 ml Orangensaft	3 EL schwarze Oliven, entkernt
4 Zweige Estragon	2 Zweige Kerbel	1 Zwiebel
Olivenöl	1 TL Speisestärke	Zucker, Salz

Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Thymianblättchen von den Zweigen zupfen und fein hacken. Perlhuhnbrüste mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne langsam auf der Haut braten, wenden, herausnehmen und auf einem Gitter in der mittleren Schiene des Backofens fertig garen. Anschließend herausnehmen, nochmals kurz mit der Hautseite nach unten in der Pfanne braten, bis die Haut wirklich knusprig ist, dann wenden, 2 EL Butter und viel fein gehackten Thymian zugeben, aufschäumen lassen und in dieser Butter aromatisieren. Darauf achten, dass von dieser Butter jetzt nicht mehr viel über die Haut gelangt, da diese sonst wieder aufweicht.

Für den Romanasalat:

Romana-Salatherzen halbieren, die Schnittflächen mit wenig leicht gesalzenem Wasser bestreichen und kurz liegen lassen, damit es ein wenig einziehen kann. Anschließend abtropfen und mit den Schnittflächen nach unten in einer Pfanne mit etwas Olivenöl und einer angedrückten Knoblauchzehe bei mittlerer Hitze braun braten. Die Salatherzen wenden, 1-2 EL Butter und Sesam zugeben, aufschäumen lassen und die Pfanne auf die Seite ziehen sobald der Sesam leicht hellbraun ist.

Für die Vinaigrette:

Die Orange schälen, in Filets schneiden und den restlichen Saft aus den übrig bleibenden Zellwänden aus der Mitte pressen. Die Oliven abtropfen und halbieren. Die Hälfte des Estragons von den Zweigen zupfen und fein schneiden. Die Zwiebel abziehen, in feine Würfel schneiden und mit einem Schuss Olivenöl in einer Pfanne anschwitzen. Anschließend mit Orangensaft ablöschen, kurz einköcheln lassen, mit ganz wenig in kaltem Wasser angerührter Stärke leicht binden, vom Herd nehmen, einen großzügigen Schuss Olivenöl mit einem Schneebesen einrühren, Orangenfilets, halbierte schwarze Oliven und geschnittenen Estragon zugeben und mit Salz und ggf. einer kleinen Prise Zucker abschmecken.

Die gebratenen Salatherzen auf Tellern anrichten, die Perlhuhnbrüste in Tranchen oder der Länge nach aufschneiden, auf den Salat setzen, mit einer Prise Meersalz bestreuen, mit der Vinaigrette umtrüpfeln und mit frischem Kerbel und Estragon ausdekorieren und servieren.

Alexander Herrmann am 04. Januar 2017

Hack

Fleisch-Pflanzerl, Zwiebel, Pilze, Brezen-Gröstel

Für zwei Personen

250 g Rinderhackfleisch	2 kleine, weiße Zwiebeln	1 Zitrone
$\frac{1}{2}$ Bund Thymian	1 Zweig Blattpetersilie	250 g Champignons
4 Stengel Frühlingslauch	130 ml Milch	100 g Brotwürfel
1-2 Laugenbrezeln	1 Ei	3-4 EL Sahnemeerrettich
3 EL Butterschmalz	6 EL Butter	1 EL Agavendicksaft
1 EL Weißweinessig	Rapsöl (kaltgepresst)	Semmelbrösel
Salz, Pfeffer		

Die Brotwürfel in eine Schüssel geben. Eine kleine weiße Zwiebel schälen, in Würfel schneiden und in einer Pfanne mit wenig Butterschmalz anschwitzen. Mit der Milch ablöschen, aufkochen und über die Brotwürfel gießen und kurz quellen lassen. Anschließend das Hackfleisch, sowie ein Ei und eine Prise Semmelbrösel zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und alles gut vermengen. Die Hackmasse in gleich große Pflanzerl formen, in eine kalte, mit Butterschmalz ausgestrichene Pfanne setzen und den Herd auf hoher Leistung einschalten. Wenn die Pflanzerl von der Unterseite Farbe genommen haben, wenden, zwei bis drei Streifen Zitronenschale sowie den Thymian zugeben. Zwei Esslöffel Butter darin aufschäumen lassen, die Pfanne mit einem Deckel verschließen und vom Herd nehmen (die Pflanzerl können jetzt im aufsteigenden Dampf des in der Butter enthaltenen Wassers gar ziehen). Die andere Zwiebel ebenfalls schälen, halbieren, in feine Streifen schneiden und mit der restlichen Butter und einer kleinen Prise Salz in einer kleinen Schwenkpfanne auf dem Herd, bei schwacher bis mittlerer Hitze, langsam weich schmoren. Die Champignons putzen, vierteln, mit einer kleinen Prise Salz würzen und in einer weiteren Pfanne ohne Fett braten. Anschließend in eine Schüssel füllen und mit dem weißem Essig, dem Agavendicksaft, einem kleinen Spritzer Rapsöl, etwas Pfeffer und ggf. noch einer Prise Salz abschmecken. Die Laugenbrezeln in grobe Stücke schneiden und die „helle Seite“ des Frühlingslauchs in dünne Ringe schneiden. Die Pfanne in der zuvor die Pilze gebraten wurden, mit einem Küchentrepp ausreiben, wieder auf den Herd stellen und zwei Esslöffel Butterschmalz darin erhitzen. Die Brezel-Stücke auf den Schnittflächen anbraten, etwas von der Butter der Schmelzzwiebeln und die Lauchringe zugeben und durchschwenken. Den Deckel von der Pfanne mit den Pflanzerl entfernen, die Pfanne erneut auf den Herd stellen, die überschüssige Feuchtigkeit verdampfen und die Pflanzerl in der entstehenden „Nussbutter“ ringsum knusprig braun braten. Das Brezengröstel auf zwei Tellern verteilen, die Pflanzerl dazwischen setzen und mit den Schmelzzwiebeln übergießen. Mit dem Sahnemeerrettich und den vom Zweig gezupften Petersilienblättchen garnieren.

Alexander Herrmann am 25. Februar 2015

Hackbraten auf Schiefer-Platte

Für 4 Personen:

250 g Schweinehackfleisch	500 g Wildschweinhackfleisch	300 g Laugenstangen
300 ml Milch	3 Eier	2-3 EL Preiselbeeren
1-2 EL Wildgewürz	Semmelbrösel	Salz, Pfeffer

Pilze a la Creme:

400 g Pilze	4 Schalotten	200ml Sahne
sämiger Aceto Balsamico	helle Sojasauce	1 EL Honig
Rapskernöl	Salz	Pfeffer

Die leicht altbackenen Laugenstangen oder Laugenbrezen in daumendicke Würfel schneiden und in eine große Schüssel geben. Milch in einem kleinen Topf auf dem Herd erhitzen, über die Laugenwürfel gießen, leicht vermengen und etwas abkühlen lassen.

Das Schweinehackfleisch mit dem Wildschweinhackfleisch mischen. Eier und die Preiselbeeren zu dem Fleisch geben und vorsichtig die abgekühlte Laugengebäck-Milch-Masse unterheben. Alles mit Salz, Pfeffer und reichlich Wildgewürz abschmecken.

Einen großen Löffel von der abgeschmeckten Masse nehmen, ein flacheres Fleischpflanzerl daraus formen, in einer Pfanne ringsum anbraten und verkosten. Durch diese Garprobe kann man am genauesten feststellen ob die Konsistenz und der Geschmack den persönlichen Vorstellungen entsprechen. Eventuell noch etwas Semmelbrösel oder Milch für die Konsistenz zugeben oder nochmal kräftiger würzen.

Dann einen großen Hackbraten aus der Masse formen, mittig auf ein großes mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen und im vorgeheizten Backofen bei 160°C etwa 30-40 Minuten garen. Anschließend herausnehmen, etwas abkühlen lassen, aufschneiden und mit Pilzen a la Creme und Kürbiskernkartoffeln servieren.

Pilze a la Creme:

Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Pilze putzen und je nach Größe vierteln oder sechsteln. Anschließend die Pilze in einer Pfanne ohne Fett hellbraun rösten und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schalottenwürfel und einen Schuss Öl zugeben,. Alles durchschwenken und kurz mit anschwitzen. Anschließend mit Sahne ablöschen, aufkochen, Balsamico, Sojasauce und Honig zugeben und ebenfalls etwas einkochen lassen. Nachmals mit Salz und Pfeffer herzhaft abschmecken.

Kürbiskernkartoffeln:

20 kleine Kartoffeln (z.B. La Ratte oder Bamberger Hörnchen) 150g Kürbiskerne 3-4 EL Butter Salz .

Kürbiskerne in einer Küchenmaschine grob mixen. Die Kartoffeln schälen und in leicht gesalzenem Wasser langsam gar kochen,. Gekochte Kartoffeln herausnehmen und kurz ausdampfen lassen. Großzügig Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, gemixte Kürbiskerne hinein geben und leicht bräunen. Anschließend die Kartoffeln in die Pfanne geben, mit einer Prise Salz würzen und gut durchschwenken, bis die Kürbiskerne an den Kartoffeln haften.

Alexander Herrmann am 22. Oktober 2019

Lamm-Hackfleisch-Buletten

Für zwei Personen

250 g Lammhackfleisch	1 Zitrone	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 Ei	115 ml Milch
1 EL Butterschmalz	2 Butter	100 g Ciabatta vom Vortag
2-3 EL Semmelbrösel	4 Zweige Thymian	3 Basilikumstiele
Pflanzenöl	Salz, Pfeffer	

Ciabatta in feine Würfel schneiden und in eine Schüssel füllen.

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Zwiebelwürfel in einer Pfanne mit wenig Öl anschwitzen, mit der Milch ablöschen, aufkochen, über die Ciabattawürfel gießen und vermengen. (Es sollten aber noch erkennbare Brotstücke erhalten bleiben.) Lammhackfleisch zur Ciabattamasse geben. Thymianblätter von den Stielen zupfen. Ei und Thymianblätter unterrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und wenn nötig Semmelbrösel einarbeiten.

Die fertige Masse zu Pflanzlerl formen und in einer großen, beschichteten Pfanne mit wenig Butterschmalz ringsum anbraten. Von der Zitronenschale grobe Streifen abziehen. Anschließend Butter, mit den Streifen der Zitronenschale, Basilikumstiele und eine angedrückte Knoblauchzehe zugeben, aufschäumen lassen, mit einem Deckel verschließen, vom Herd nehmen und etwa fünf Minuten ziehen lassen. Danach den Deckel entfernen, die Pfanne zurück auf den Herd stellen und bei mittlerer Hitze braten, bis die überschüssige Flüssigkeit verdampft ist und die Pflanzlerl von allen Seiten goldbraun und knusprig sind.

Dazu passen z. B. Tomaten-Soße und Rosmarin-Kartoffel-Stampf.

Alexander Herrmann am 05. August 2016

Lammfleisch-Pflanzerl, Tomaten-Salsa, Kartoffelstampf

Für zwei Personen

Für die Pflanzerl:

250 g Lammhackfleisch	1 Zitrone	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 Ei	115 ml Milch
1 EL Butterschmalz	2 Butter	100 g Ciabatta vom Vortag
2-3 EL Semmelbrösel	4 Zweige Thymian	3 Zweige Basilikum
Pflanzenöl	Salz, Pfeffer	

Für die Salsa:

1 kleine Zwiebel	4 Tomaten	1 EL Oliven, entsteint
1 kleine, rote Chilischote	1 Schuss Olivenöl	1 Schuss Weißweinessig
Zucker	Salz	

Für den Stampf:

500 g vorw. festk. Kartoffeln	100 ml Milch	3 Zweige Rosmarin
1 Blatt Lorbeer	1 Muskatnuss	100 ml Olivenöl

Für die Fleischpflanzerl Ciabatta in feine Würfel schneiden und in eine Schüssel füllen. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Zwiebelwürfel in einer Pfanne mit wenig Öl anschwitzen, mit der Milch ablöschen, aufkochen, über die Ciabattawürfel gießen und vermengen. (Es sollten aber noch erkennbare Brotstücke erhalten bleiben.) Lammhackfleisch zur Ciabattamasse geben. Thymianblätter von den Stielen zupfen. Ei und Thymianblätter unterrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und wenn nötig Semmelbrösel einarbeiten. Die fertige Masse zu Pflanzerl formen und in einer großen, beschichteten Pfanne mit wenig Butterschmalz ringsum anbraten. Die Blätter von den Basilikumstielen zupfen, fein schneiden und für die Salsa auf die Seite stellen. Von der Zitronenschale grobe Streifen abziehen. Anschließend Butter, mit den Streifen der Zitronenschale, Basilikumstiele und eine angedrückte Knoblauchzehe zugeben, aufschäumen lassen, mit einem Deckel verschließen, vom Herd nehmen und etwa fünf Minuten ziehen lassen. Danach den Deckel entfernen, die Pfanne zurück auf den Herd stellen und bei mittlerer Hitze braten, bis die überschüssige Flüssigkeit verdampft ist und die Pflanzerl von allen Seiten goldbraun und knusprig sind.

Für die Salsa Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Tomaten vierteln, Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in grobe Würfel schneiden. (Noch eleganter wird die Salsa, wenn man vorher die Haut der Tomaten abzieht.) Zwiebelwürfel in etwas Olivenöl anschwitzen, Tomatenwürfel dazugeben, kurz durchschwenken, vom Herd nehmen und einen Schuss Weißweinessig (oder weißem Balsamico) zugeben. Oliven klein hacken. Chili von Strunk und Kernen befreien und etwa die Hälfte fein schneiden. Oliven und Chili zu den Tomaten geben, mit Salz und einer kleinen Prise Zucker abschmecken. Wenn die Salsa leicht abgekühlt ist, den geschnittenen Basilikum unterheben.

Für den Stampf Kartoffeln schälen und in kochendem Salzwasser mit dem Lorbeerblatt gar kochen. Gegarte Kartoffeln mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken. Milch erhitzen und nach und nach unter die Kartoffelmasse rühren bis die gewünschte Konsistenz entsteht. Kartoffelstampf mit Salz und ein wenig Muskat würzen. Rosmarinnadeln von den Stielen zupfen. Rosmarinnadeln in Olivenöl, bei mittlerer Hitze langsam knusprig braten, unter den Kartoffelstampf heben und nochmals abschmecken. Die Lammfleischpflanzerl mit Rosmarin-Kartoffelstampf auf Tellern anrichten, mit der Tomaten- Oliven-Salsa beträufeln und servieren.

Alexander Herrmann am 05. August 2016

Spitzkohl-Roulade, Speckbrösel, Zwiebel-Soße, Brot-Knöpfle

Für 4 Personen

Für die Spitzkohl-Roulade:

1 Spitzkohl	100 ml Milch	1 ½ altbackene Brötchen
1 kg Hackfleisch halb/halb	1 Bund Petersilie	Salz, Pfeffer
Senf, Butter	10 Scheiben Bacon	1 Zweig Rosmarin

Für die Brotknöpfle:

3 Eier	175 g Mehl	25 ml Mineralwasser
2 EL Butter	1 Stück Sauerteigbrot	4 EL Butter
1 Zwiebel	50 g Speck	½ Bund Schnittlauch
2 EL Öl	Salz, Butter	

Für die Bierzwiebelsauce:

4 kleine Zwiebeln	0,3 l Malzbier	0,1 l Helles Bier
0,4 l Brühe	Weizenstärke	1 EL Schnittlauch
30 g Butter	Salz, Pfeffer	Kümmel gemahlen

Für die Speckbrösel:

Paniermehl

Einige Blätter von dem Spitzkohl lösen und kurz blanchieren.

Die Milch erwärmen, über die in Würfel geschnittenen Brötchen geben und etwas einarbeiten. Das Hackfleisch zu der Brotmischung geben und gut durchkneten. Die Petersilie hacken und ebenfalls zu der Hackfleischmasse geben. Nach Geschmack würzen. Anschließend die Hackmasse in die blanchierten Spitzkohlblätter rollen und mit einer Speckscheibe umwickeln. Die Spitzkohl-Roulade in einer Pfanne mit Butterschmalz anbraten. Reichlich Butter dazugeben und den Deckel der Pfanne schließen – in Butter dünsten. Sind die Spitzkohlrouladen gut gedünstet, die restlichen Speckscheiben und einen Zweig Rosmarin mit in die Pfanne geben. Die Rouladen mit der flüssigen Butter immer wieder übergießen.

Für die Brotknöpfle:

Aus den Eiern, dem Mehl, Mineralwasser und 2 EL Butter einen Spätzleteig anfertigen.

Das Sauerteigbrot würfeln und in einer Pfanne mit Butter anrösten.

Den Schnittlauch in feine Ringe schneiden und die Zwiebel und den Speck fein würfeln. Zwiebeln und Speck in einer Pfanne mit Öl glasig anbraten und anschließend den Schnittlauch unterrühren. Nun die Brotwürfel und die Speckmischung zu dem Spätzleteig geben und vorsichtig unterheben. Mithilfe eines Esslöffels den Teig portionieren, Brotknöpfle formen und in Salzwasser bei mittlerer Hitze für etwa 3 Minuten gar ziehen lassen. Anschließend herausnehmen, abtropfen lassen und in einer Pfanne mit Butter durchschwenken.

Für die Bierzwiebelsauce:

Die Zwiebeln in Scheiben schneiden, salzen und in einem Topf anschwitzen. Das Malzbier, das Bier und die Brühe angießen. Das Ganze zur Hälfte einkochen lassen und anschließend mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen. Etwas Stärke anrühren und damit die Sauce abbinden. Zum Schluss den Schnittlauch in Röllchen geschnitten und kalte Butter einrühren.

Für die Speckbrösel:

In die Bratenpfanne Paniermehl geben und gut durchrühren, dass Brösel entstehen.

Die Kohlrouladen auf einem Teller anrichten, Brotknöpfle daneben legen und das Ganze mit der Bierzwiebelsauce übergießen. Mit Speckbröseln garnieren.

Alexander Herrmann am 06. Januar 2018

Süß-saurer Pilzsud mit Rinder-Hackfleisch

Für zwei Personen

150 g Rinderhackfleisch	6 Scheiben Bacon	1 Schalotte
250 g Champignons	2 Stengel Frühlingslauch	1 Zweig Blattpetersilie
500 ml Brühe	Agavendicksaft, weißer Essig	Olivenöl, Brotgewürz
Salz, Pfeffer		

Das Rinderhackfleisch mit etwas Salz, Pfeffer und dem Brotgewürz abschmecken. Das Fleisch in sechs gleich große Klößchen formen, mit je einer Scheibe Speck einwickeln und in einer Pfanne bei mittlerer Hitze von allen Seiten anbraten. Die Champignons putzen und vierteln. Die Schalotte schälen, halbieren, in Streifen (bzw. halbe Ringe) schneiden und in einem Stieltopf mit einem Schuss Olivenöl anschwitzen. Die geviertelten Champignons und eine Prise Salz dazugeben, kurz mit anschwitzen, mit einem Hauch Essig ablöschen und mit der Brühe bedeckt auffüllen. Die Petersilienstiele und das Frühlingslauch-Grün fein schneiden, zum Pilzsud geben und diesen bei mittlerer Hitze langsam köcheln lassen. Den Pilzsud mit einem Schuss Agavendicksaft und ggf. nochmals etwas Salz, Pfeffer und Essig abschmecken, auf zwei tiefen Tellern verteilen und die gebratenen Speck- Klößchen hineinsetzen.

Alexander Herrmann am 25. Februar 2015

Innereien

Kalb-Leber, Balsamico-Jus, Apfel-Spalten, Sellerie-Stampf

Für zwei Personen

Für die Leber:

500 g Kalbsleber 2 EL Weizendunst 3 EL Butter
2 Zweige Rosmarin

Für die Balsamico-Jus:

2 Schalotten 150 ml Balsamico-Essig 100 ml Rotwein
400 ml Gemüsesfond 50 g Butter 50 g Mehl
1 EL brauner Zucker 6 Zweige Thymian neutrales Pflanzenöl
Salz

Für die Apfelspalten:

2 rote Äpfel 100 ml naturtrüber Apfelsaft 100 ml Weißwein
1 Zimtstange 2 EL Zucker

Für den Stampf:

500 g Knollensellerie 1 Zitrone 250 ml Sahne
1 Lorbeerblatt Salz Pfeffer

Für die Kalbsleber Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und einige Nadeln von den Zweigen zupfen. Kalbsleber waschen, trockentupfen und in etwa einen Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und in Weizendunst wenden. Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, Rosmarinnadeln zugeben und die Leberscheiben von beiden Seiten darin braten.

Für die Jus Butter und Mehl verkneten und kalt stellen. Schalotten abziehen, in feine Würfel schneiden und in einem Topf mit wenig Öl anschwitzen. Zucker zugeben, karamellisieren, mit Rotwein ablöschen, einkochen lassen und mit Fond auffüllen. Thymian abbrausen, trockenwedeln und einige Blättchen von den Zweigen zupfen. In die kochende Sauce geben, mit Balsamico-Essig und einer Prise Salz abschmecken und mit etwas Mehlbutter binden.

Für die Apfelspalten Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen und in Spalten schneiden. Zucker in einem Topf karamellisieren, mit Weißwein ablöschen, mit Apfelsaft auffüllen, Zimt zugeben und Apfelspalten kurz darin pochieren.

Für den Stampf Sellerie schälen, in grobe Stücke schneiden und in einem Topf mit gesalzenem Wasser und Lorbeer weich kochen. Sellerie abgießen, ohne Lorbeer zurück in den Topf, mit Sahne auffüllen und einkochen lassen bis die Sahne reduziert ist. Mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken und mit Salz, Pfeffer und Abrieb von der Zitrone abschmecken.

Den Selliestampf auf Tellern anrichten, gebratene Kalbsleber darauf setzen, mit Balsamico-Jus beträufeln, Apfelspalten darum verteilen und servieren.

Alexander Herrmann am 25. Februar 2016

Kalb

Jägerschnitzel, Orangen-Butter, Haselnuss-Kartoffeln

Für vier Personen

Für das Jägerschnitzel:	400 g Kalbsfilet, pariert	100 g Kalbsbrät (fein!)
10 Champignons, mittelgroß	1 EL Butterschmalz	
Für die Orangenbutter:	2 Schalotten	1 Orange
60 g Butter	1 TL Wildgewürz	
Für das Kartoffelstampf:	12 Bamberger Hörnchen	100 g geröstete Haselnüsse
2 EL Haselnussöl	60 g Butter	
Für die Preiselbeeren:	2 EL Preiselbeeren	1 EL Crème-fraîche
3 Zweige junge Blattpetersilie	$\frac{1}{4}$ Bund Kerbel	3 Zweige Estragon
1 TL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für das Jägerschnitzel:

Kalbsfilet in fingerdicke Tranchen schneiden und mit der flachen Seite des Messers noch etwas platt drücken. Mit Salz und Pfeffer würzen und auf einer Seite mit dem Kalbsbrät 2mm dick bestreichen. Die Champignons in möglichst dünne Scheiben schneiden, schuppenartig die mit Brät bestrichene Seite des Kalbsfilets engmaschig belegen und leicht andrücken, damit die Pilze auf dem Schnitzel halten. Eine große Pfanne mit Butterschmalz ausreiben, die Schnitzel mit der Pilzseite nach unten hineinlegen und bei geringer Hitze langsam anbraten bis die Pilze Farbe genommen haben. Anschließend die Schnitzel einmal vorsichtig wenden und von der Fleischseite nochmals eine Minute bei geringer Temperatur anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen, auf einen Teller setzen und ziehen lassen. Die Pfanne nicht ausspülen!

Für die Gewürz-Orangenbutter:

In der Zwischenzeit die Schalotten in feine Würfel schneiden, die Orangen schälen und die Filets herausschneiden. In derselben Pfanne Butter aufschäumen lassen.

Die Schalotten und Orangenfilets zugeben und Wildgewürz einrieseln lassen, kurz in der aufschäumenden Butter schwenken, die Jägerschnitzel mit der Pilzseite nach oben in die Pfanne setzen, auf die Seite stellen und die Schnitzel gar ziehen lassen.

Für das Kartoffelstampf:

Kartoffeln schälen und in einen Topf geben, mit Wasser bedecken und mit einer Prise Salz würzen.

Alles einmal aufkochen und dann knapp unter dem Siedepunkt langsam gar ziehen lassen.

Anschließend das Wasser abgießen, Kartoffeln in einem Topf mit einem Stampfer grob zerdrücken, mit Butter, gehackten Haselnüssen und Haselnussöl vermischen und ggf. mit etwas Salz abschmecken.

Für das Preiselbeer-Crème-fraîche:

Preiselbeeren mit Crème fraîche anrühren und ebenfalls abschmecken.

Blätter von Petersilie, Kerbel und Estragon abzupfen, in eine kleine Schüssel geben und mit etwas Olivenöl und Meersalz marinieren Die gerösteten Haselnüsse mit Haselnussöl vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Zum Anrichten den Kartoffelstampf in die Mitte des Tellers geben (am besten mit einem Ring), die Haselnüsse gleichmäßig darauf streuen und die marinierten Kräuter darauf verteilen. Die Schnitzel an die Seite setzen, mit der Orangen-Gewürz-Butter beträufeln und etwas Preiselbeer-Crème-fraîche daneben tupfen.

Alexander Herrmann am 01. April 2017

Kalb-Involtini mit Tomaten-Butter

Für zwei Personen

2 Kalbsrouladen	3-4 Strauchtomaten	1 Zwiebel
2 Zweige Rosmarin	1 Knoblauchzehe	200 g Blattspinat
1 Zitrone	4 Macadamianüsse	1 EL Butter
Olivenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Spinat waschen und trocken tupfen (bei großen Spinatblättern empfiehlt es sich die Stiele abzuzupfen, bei Babyspinat kann darauf verzichtet werden). Die Zwiebel schälen, halbieren, in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne mit einem Schuss Olivenöl anschwitzen. Den Spinat zugeben, durchschwenken und die Pfanne vom Herd nehmen. Den Spinat in der Resthitze fallen lassen und mit einer Prise Salz sowie etwas Zitronenabrieb abschmecken. Die Kalbsrouladen zwischen zwei Lagen leicht geölter Frischhaltefolie mit Hilfe eines Plattiereisens oder einer Pfanne möglichst dünn und gleichmäßig plattieren. Anschließend die Rouladen quer halbieren, mit etwas Salz und Pfeffer würzen und den angeschwenkten Spinat darauf verteilen. Je eine Macadamianuss mit einer feinen Reibe darüber reiben, die Involtini zusammenrollen und mit einem Zahnstocher fixieren. Die Tomaten schälen, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch grob würfeln. Die Knoblauchzehe schälen und in feine Scheiben schneiden, sowie die Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen. Etwas Olivenöl in einer kleinen Pfanne erhitzen, die Tomatenwürfel dazugeben, mit einer Prise Salz würzen und leicht verkochen lassen. Die Involtini mit der überlappenden Seite nach unten in eine leicht geölte Pfanne legen und bei mittlerer Hitze ringsum braun anbraten. Die Butter darin aufschäumen lassen, den Rosmarin und den Knoblauch hineingeben, kurz mit anschwenken, vom Herd nehmen und ziehen lassen. Je eines der beiden Involtini schräg halbieren und mit den anderen Involtini auf zwei Tellern anrichten, mit der Bratbutter samt Rosmarinnadeln bestreuen und mit dem Tomatenragout bedecken.

Alexander Herrmann am 10. Februar 2015

Kalb-Tatar mit gebackenem Ei und Sauerampfer

Für zwei Personen

300 g Kalbsfilet	4 Bio-Eier	1 Zitrone
$\frac{1}{2}$ Bund Sauerampfer	2 Stangen Frühlingslauch	1 Romana-Salatherz
500 g Butterschmalz	100 g Cashewkerne	100 g Panko
Rapsöl	Olivenöl	Weißweinessig
Meersalz	schwarzer Pfeffer	

Die Cashewkerne in einer Auflaufform im Backofen bei 160 Grad Umluft für zehn bis zwölf Minuten hellbraun rösten.

Den Backofen auf 62 Grad Umluft vorheizen.

Wasser in einem Topf auf dem Herd auf 62 Grad erhitzen (am besten mit einem Thermometer kontrollieren), die Eier hineingeben, den Topf in den vorgeheizten Backofen stellen und die Eier 80 Minuten garen. Die Eier anschließend kalt abschrecken (wer einen Dampfgarer zur Verfügung hat, kann die Eier einfach 80 Minuten bei 62 Grad Wasserdampf garen).

Das Kalbsfilet in feine Würfel schneiden und großzügig mit Meersalz und schwarzem Pfeffer würzen. Etwas Abrieb von der Zitronenschale sowie einen kleinen Schuss Olivenöl zugeben, gut vermengen und abschmecken.

Die gewaschenen Blätter vom Sauerampfer von den Stielen zupfen, in einen Mörser geben, mit einer großen Prise Meersalz verreiben, einen Schuss Rapsöl zugeben und zu einer Paste (bzw. einem dickflüssigen Kräuteröl) verreiben.

Den Frühlingslauch waschen, putzen und in Ringe schneiden. Das Romana- Salatherz längs halbieren, den Strunk entfernen und die Blätter grob schneiden. Etwas Rapsöl in einer Pfanne erhitzen, die gerösteten Cashewkerne und den Frühlingslauch hineingeben und durchschwenken. Anschließend den Salat zugeben, kurz durchschwenken, mit einem kleinen Schuss Essig ablöschen und in eine Schüssel füllen.

Das Butterschmalz in einem kleinen, hohen Topf auf circa 150 Grad erhitzen. Die Eier aufschlagen, aus der Schale gleiten lassen, sehr vorsichtig in Panko wälzen, im heißen Butterschmalz frittieren und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Das Ei ist nach einigen Sekunden fertig, sobald es außen knusprig braun und der Dotter noch flüssig ist.

Das Kalbstatar mit Hilfe eines Garnier-Rings auf zwei Tellern verteilen, den Salat daneben anrichten und mit der Sauerampfer-Paste beträufeln. Das frittierte Ei auf das Tatar setzen und mit einer kleinen Prise Meersalz bestreuen.

Alexander Herrmann am 27. März 2015

Mangold-Wickel mit Kalb-Hackfleisch

Für 2 Personen

1 Kopf Mangold	1 Zitrone	2 Zweige Thymian
250 g Kalbshackfleisch	1-2 weiße Zwiebeln	150 ml Milch
100 g Sauerteigbrot	1 Ei	4 Zweige Blattpetersilie
2 EL Semmelbrösel	2 EL Butter	Pflanzenöl, Brotgewürz
Salz, Pfeffer		

Das Sauerteigbrot von der Rinde befreien, in etwa einen halben bis einen Zentimeter große Würfel schneiden, in eine Schüssel geben und mit einer Prise Salz würzen. Die weißen Zwiebeln schälen, in Würfel schneiden und in einer Pfanne mit ein wenig Öl anschwitzen. Die Zwiebeln mit der Milch ablöschen und aufkochen lassen. Die Zwiebelsauce dann über die Brotwürfel gießen und quellen lassen. Die Petersilienblätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Den Mangold in kochendem, gesalzenem Wasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Anschließend den Mangold leicht überlappend zwischen zwei Lagen Küchenkrepppapier legen und trockentupfen. Um das restliche Wasser zu entfernen und die Mangoldblätter zu plattieren, mit einem Nudelholz über das Küchenkrepppapier rollen. Das Hackfleisch zusammen mit dem Ei in die gequollene Mich-Brot-Masse geben, kurz verkneten, mit etwas Salz, Pfeffer und Brotgewürz abschmecken und die Semmelbrösel sowie die gehackte Petersilie unterrühren. (Die Menge der Semmelbrösel kann immer etwas variieren, je nachdem wie gut das Brot die Milch aufgesaugt hat.) Die Füllung am oberen Rand der Mangoldblättern verteilen und eng aufrollen.

Tipp:

Wer es noch herzhafter mag, kann die Mangoldblätter erst mit etwas Senf bestreichen, bevor die Hackfleischfüllung hineingerollt wird. Die Mangoldwickel in der Mitte halbieren und in einer heißen Pfanne mit wenig Pflanzenöl ringsum braten. Wenn die ersten Röststoffe erkennbar sind, den Thymian und etwas Zitronenschale mit in die Pfanne geben. Die Butter in der Pfanne aufschäumen lassen, mit einem Deckel verschließen und bei schwacher Hitze circa sechs bis sieben Minuten garen. Die Mangoldwickel mit Pilzrahmsauce oder Knödel servieren.

Alexander Herrmann am 15. Januar 2015

Lamm

Lamm-Filet, Kräuter-Spinat, Meerrettich-Joghurt, Röster

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

4 Lammfilets à 75 g	1 EL Butter	2 Zweige Rosmarin
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Spinat:

150 g Babyspinat	50 g Rucola	2 Schalotten
2 EL Pinienkerne	2 EL Butter	6 Zweige Basilikum
6 Zweige glatte Petersilie	4 Zweige Estragon	2 Zweige Koriander
Salz		

Für den Joghurt:

100 g Naturjoghurt	50 g Tafelmeerrettich	1 Zitrone
$\frac{1}{4}$ TL Cayennepfeffer	Salz	

Für die Kartoffeln:

4 Drillinge	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
2 EL Butterschmalz	Salz	Pfeffer

Für das Fleisch:

Die Lammfilets waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch in einer Pfanne mit wenig Olivenöl rundum anbraten. Butter aufschäumen lassen, Rosmarin hinzufügen und die Lammfilets immer wieder mit der aromatisierten Butter übergießen.

Die Pfanne vom Herd nehmen und die Filets kurz in der Resthitze ziehen lassen.

Für den Spinat:

Die Schalotten abziehen, in Würfel schneiden und mit den Pinienkernen in der Butter hellbraun rösten. Den Spinat und Rucola waschen und trockenschleudern. Basilikum, Petersilie, Estragon und Koriander abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Kräuter und Spinat zugeben, kurz anschwanken und mit Salz abschmecken.

Für den Joghurt:

Den Naturjoghurt und Meerrettich miteinander verrühren, mit etwas Zitronenabrieb, Cayennepfeffer und Salz abschmecken.

Für die Kartoffeln:

Die Kartoffeln halbieren und in einem Topf mit Salzwasser ca. 8 Minuten halbgar kochen. Die Kartoffeln abgießen, ausdampfen und mit der Schnittfläche nach unten in eine Pfanne mit Butterschmalz legen. Die Kartoffeln langsam knusprig braun anbraten. Gegen Ende der Garzeit eine angedrückte Knoblauchzehe und Butter zugeben, aufschäumen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Lammfilets schräg in der Mitte durchschneiden, auf dem Spinat mit Joghurt anrichten und einige geröstete Kartoffeln darum verteilen und servieren.

Alexander Herrmann am 07. April 2017

Lamm-Lachse mit Senf-Kruste

Für zwei Portionen

2 Lammlachse 2 EL Senf 5-6 EL Panko
50 ml Pflanzenöl 1 EL Butter 2 Zweige Thymian
Meersalz

Die Lammlachse je auf einer Seite mit Salz würzen, mit Senf bestreichen und in einen Teller oder eine flache Schüssel mit Panko oder Semmelbröseln drücken. Die Brotbrösel haften durch den Senf am Fleisch.

Das Öl oder Butterschmalz in einer großen, beschichteten Pfanne erhitzen, die Lammlachse mit der Senfseite nach unten hineinlegen und bei mittlerer Hitze braten. Die ungewürzte Seite ebenfalls mit etwas Meersalz bestreuen, die Lammlachse wenden und von der Unterseite ebenfalls braten.

Zuletzt einen Esslöffel Butter in der Pfanne aufschäumen lassen (dabei keine Butter über die Senfkruste fließen lassen!), den Thymian zugeben, den Herd ausschalten und die Lammlachse in der Resthitze gar ziehen lassen.

Alexander Herrmann am 27. April 2015

Lamm-Schnitzel mit mediterranen Bratkartoffeln

Für zwei Personen

Für die Lammschnitzel:

4 Lammschnitzel	1 Zitrone	3 Eier
50 g Mehl	150 g Pankomehl	2 EL Butterschmalz
2 Zweige Basilikum	2 Zweige Rosmarin	4 EL Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Bratkartoffeln:

12 kleine Kartoffeln	2 Strauchtomaten	2 EL schwarze Oliven
2 Stangen Frühlingslauch	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
2 Zweige Rosmarin	2 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Frühlingslauch waschen, trockentupfen und in Ringe schneiden. Strauchtomaten mit einem Bunsenbrenner abflämmen, die Haut abziehen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Basilikum abbrausen, trockenwedeln, von den Stielen zupfen und fein schneiden.

Für die mediterranen Kartoffeln diese waschen und in einem Topf mit Salzwasser gar kochen. Abgießen, abkühlen lassen und halbieren. Kartoffeln mit der Schnittfläche nach unten in eine Pfanne legen und mit wenig Olivenöl knusprig braten. Anschließend Butter und eine angedrückte Knoblauchzehe zugeben, aufschäumen lassen, durchschwenken und mit Salz und Pfeffer würzen. Frühlingslauch, Tomatenwürfel und Oliven zugeben, kurz mit anschwenken, Basilikum unterheben und aus der Pfanne nehmen.

Lammschnitzel mit einem Tropfen Öl zwischen zwei Klarsichtfolien legen, mit dem Plattiereisen klopfen und aus der Folie herausnehmen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und einige Nadeln von den Zweigen zupfen. Rosmarin grob hacken und unter das Panko mischen.

Eier aufschlagen, etwas Zitronenschale hineinreiben und mit einer Gabel verquirlen.

Lammschnitzel mit Salz und Pfeffer würzen, mehlieren, in der Eiermasse und im Rosmarinpanko wenden. Lammschnitzel in einer Pfanne mit reichlich Butterschmalz ca. 3 Minuten goldbraun Seiten ausbacken. Schnitzel auf Küchentrepp abtropfen lassen.

Die Bratkartoffeln auf Tellern anrichten, das Lammschnitzel dazusetzen, mit einer kleinen Zitronenspalte garnieren und servieren.

Alexander Herrmann am 13. Mai 2016

Meer

Königskrabbe mit Parmesan-Nudeln

Für zwei Personen

1-2 Königskrabbenbeine	2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Basilikum
1 Zehe Knoblauch	1 Schalotte	2 Strauchtomaten
100 g Bucatini	100 g Parmesan	250 ml Milch
Olivenöl	Salz	

Die Strauchtomaten abziehen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen.

Die einzelnen Segmente der Königskrabbenbeine aus den Schalen lösen, abspülen, auf Küchentisch abtropfen lassen und auf die Seite stellen.

Die Krabbenschalen zusammen mit dem Rosmarin und dem Knoblauch in einen Topf mit etwas Olivenöl geben und bei mittlerer Hitze leicht rösten, damit die Aromen auf das Öl übergehen können.

Die Bucatini in gesalzenem Wasser nach Packungsangabe al dente kochen (knapp zehn Minuten). Die Nudeln dann nur ganz kurz abtropfen lassen, sodass ein kleiner Teil des Kochwassers an den Nudeln haften bleibt. Anschließend in eine große, beschichtete Pfanne mit etwas Olivenöl geben, die Hälfte des Parmesan hineinreiben und gut durchschwenken.

Die Schalotte schälen und in feine Streifen schneiden und die Basilikumblätter von den Stielen zupfen.

Das Krabbenfleisch in einer Pfanne mit etwas des zuvor aromatisierten Öls anschwanken, die Schalottenstreifen, die Tomatenfilets und die Basilikumstiele zugeben, durchschwenken und mit einer Prise Salz würzen. Wenn das Krabbenfleisch gegart ist, aus der Pfanne nehmen und in größere, schräge Tranchen schneiden.

Die Milch in einem kleinen Topf auf dem Herd erhitzen, den restlichen Parmesan hineinreiben, darin auflösen und mit Hilfe eines Pürierstabes schaumig aufmixen. Die Parmesannudeln auf tiefen Tellern zu „Nestern“ aufdrehen, Krabbenfleisch samt Tomaten und Schalotten darauf anrichten, mit dem Parmesanschaum überziehen und mit frischen Basilikumblättern garnieren.

Alexander Herrmann am 20. März 2015

Tintenfisch-Pizza

Für zwei Portionen

500 g Mehl	1/2 Würfel Hefe	10 g Salz
1 Prise Zucker	250 ml Wasser	8-10 Calamaretti
2 Schalotten	2-3 EL Oliven	1 Zehe Knoblauch
1 passierte Dosen-Tomaten	2-3 EL Olivenöl	100 ml Pflanzenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Die Hefe mit der Prise Zucker und etwas lauwarmem Wasser verrühren und kurz stehen lassen, damit die Hefebakterien aktiv werden können. Anschließend zusammen mit dem Mehl in eine Schüssel geben und mit dem restlichen Wasser und dem Salz zu einem glatten Teig verkneten und an einem warmen Ort (z.B. ein auf 30 °C vorgeheizter Backofen) circa 30 Minuten gehen lassen. Anschließend nochmals durchkneten, zu kleinen Teiglingen formen, ausrollen und in einer Pfanne mit etwas Fett, bei mittlerer Hitze (150-160 °C) ausbacken (der Hefeteig bläht sich zu kleinen „Luftkissen“ auf). Anschließend auf Küchentrepp abtropfen lassen.

Die Calamaretti sorgfältig putzen, waschen und in Ringe schneiden. Die Schalotten schälen und in Streifen beziehungsweise Ringe schneiden, den Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden und die Oliven grob hacken.

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Schalotten zugeben und durchschwenken.

Die Calamaretti, den Knoblauch und die Oliven zugeben und nochmals kurz durchschwenken.

Alles mit den passierten Tomaten ablöschen, aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die frittierten „Pizzabrötchen“ seitlich aufschneiden, mit dem Calamaretti-Ragout füllen und sofort servieren.

Tipp:

Je nach Belieben kann die Füllung wie eine Pizza mit sämtlichen mediterranen Kräutern und Gewürzen abgeschmeckt werden.

Alexander Herrmann am 12. Mai 2015

Rind

Gebratenes Beef-Tatar

Für zwei Personen

250 g Rindfleisch (aus der Keule)	1 kleines Romana-Salatherz	1 kleine, weiße Zwiebel
1 Gewürzgurke	50 g Kapern (aus dem Glas)	100 g Schmand
50 g Senf (mittelscharf)	1 Schale rote Basilikumkresse	1 ½ EL Mehl
1 ½ EL Stärke	Pflanzenöl	Cayenne
Salz	geschroteter, schwarzer Pfeffer	

Das Mehl und die Stärke in einer Schüssel miteinander vermischen. Die Zwiebel schälen und in möglichst dünne Ringe schneiden (am besten mit einer Aufschnittmaschine), in der Mehlmischung wälzen und in ein Sieb geben, um das überschüssige Mehl zu entfernen. Anschließend die mehlierten Zwiebelscheiben in einem Topf mit Öl bei mittlerer Hitze (120 bis 130 Grad) schwimmend frittieren, auf Küchenkrepp abtropfen und mit einer Prise Salz würzen.

Die Kapern aus dem Glas nehmen, unter fließendem Wasser gut abspülen, abtropfen lassen und mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen. Danach in einer kleinen Pfanne mit Öl, bei mittlerer Hitze, circa vier bis sechs Minuten langsam knusprig frittieren und anschließend auf Küchenkrepp abtropfen.

Das Rindfleisch durch einen Fleischwolf drehen, vorsichtig zu Patties (wie bei einem Burger) andrücken, von beiden Seiten mit Salz würzen, in eine Pfanne mit wenig Pflanzenöl legen und bei mittlerer Hitze von beiden Seiten braten, bis sich Röststoffe entwickeln.

Anschließend von beiden Seiten mit grobem Pfeffer bestreuen und die Pfanne vom Herd nehmen. (Wenn das pure Rindfleisch wie bei den Topfgeldjägern frisch gewolft ist, muss es nicht durchgebraten werden und kann deshalb medium gegart gegessen werden.)

Den Schmand mit dem Senf verrühren, mit einer Prise Salz würzen und in einem Bogen auf zwei Tellern ausstreichen. Die gezupften Romanasalatblätter, die Gewürzgurkenscheiben, die Röstzwiebeln und die frittierte Kapern dazwischen setzen, mit der roten Basilikumkresse bestreuen und mit einer Prise Cayenne bestäuben. Zuletzt das Fleisch in der Tellermitte anrichten und servieren.

Alexander Herrmann am 17. März 2015

Pochiertes Pfeffer-Steak

Für zwei Personen

300 g Rinderfilet	2 rote Zwiebeln	500 ml Rotwein
100 ml Gemüsebrühe (Rinderbrühe)	100 g Panko	2 EL grüner Pfeffer
3-4 EL Butter	1 EL Zucker	1 Lorbeerblatt
1 Zweig Thymian	Olivenöl	Meersalz

Das Panko in einem Topf mit Olivenöl rösten, bis die im Panko enthaltene Flüssigkeit verdampft ist und das Panko anfängt zu rösten. Anschließend durch ein Sieb schütten und gut abtropfen lassen.

Die roten Zwiebeln schälen und in Segmente schneiden (je nach Größe der Zwiebeln sechsteln oder zehnteln). Einen Schuss Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebelsegmente bei zarter Hitze anschwitzen. Anschließend einen Esslöffel Zucker zugeben, bernsteinfarben karamellisieren, mit dem Rotwein ablöschen und etwas einkochen lassen.

Das Lorbeerblatt und den Thymian zugeben, mit der Brühe auffüllen, aufkochen und mit einer großen Prise Salz abschmecken.

Das Rinderfilet in circa zwei Zentimeter dicke Scheiben schneiden, in den kochenden Sud legen, den Topf vom Herd nehmen und das Fleisch fünf bis sieben Minuten darin ziehen lassen.

Den grünen Pfeffer mit etwas Olivenöl in einer kleinen Pfanne anrösten, geröstetes Panko zugeben, durchschwenken und vom Herd nehmen.

Das Fleisch aus dem Rotweinsud nehmen, auf zwei Tellern anrichten, die Zwiebeln darauf legen, mit etwas Meersalz bestreuen und das Pfeffer-Panko darauf anrichten.

Den Rotweinsud mit der kalten Butter schaumig aufmixen und darum verteilen.

Alexander Herrmann am 04. März 2015

Rinder-Filet

Für zwei Portionen

250 g Rinderfilet	1 Schote Paprika (rot)	1 Schote Paprika (gelb)
2 Zweige Thymian	1 Zweig Rosmarin	$\frac{1}{2}$ Zehe Knoblauch
Olivenöl	Meersalz	schwarzer Pfeffer

Die Paprika putzen, schälen und die Kerngehäuse entfernen. Anschließend das Fruchtfleisch in grobe Würfel oder Rauten schneiden. Die Thymianblättchen und die Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen, die Knoblauchzehe schälen und in feine Scheiben schneiden.

Das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen, die Paprikastücke hineingeben und durchschwenken. Den Thymian, den Rosmarin und den Knoblauch zugeben, mit anschwanken, bis die Rosmarinnadeln knusprig werden, vom Herd nehmen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Rinderfilet in dünne Tranchen schneiden, mit einer Prise Salz würzen und in einer sehr heißen Pfanne ohne Fett von beiden Seiten rösten. (So kann das Fleisch außen Röststoffe entwickeln, bleibt in der Mitte aber schön rosa und saftig.)

Anschließend die Rinderfilet-Tranchen zusammen mit dem Paprikagemüse anrichten und mit einer Prise Meersalz bestreuen.

Alexander Herrmann am 13. Mai 2015

Rinder-Gulasch in einer Schüssel

Für 4 Personen:

500 g Rindergulasch, gewürfelt	500 g Zwiebeln	250 ml Rotwein
750 ml Brühe	1 Lauch	1 Karotte
1 Knollensellerie	1 Tomate	1 Lorbeerblatt
1 Zitrone	1 Orange	1 Zehe Knoblauch
2 Kartoffeln (mehligk.)	2 Zweige Blatt Petersilie	Paprikapulver
Kümmel gemahlen	Pflanzenöl	Salz, Pfeffer

Zwiebeln schälen und in grobe Würfel schneiden.

Die Fleischwürfel mit Salz und Pfeffer würzen und in einem großen Topf (am besten in einem großen, beschichteten Bräter) in etwas Butterschmalz anbraten und dabei darauf achten, dass der Bräter nicht zu voll ist. 1/3 des Bodens muss frei bleiben, damit die austretende Flüssigkeit verdampfen kann.

Anschließend das Fleisch herausnehmen, die Zwiebelwürfel im Bräter braun anbraten, das Fleisch wieder zugeben, mit dem Rotwein ablöschen, kurz reduzieren, mit der Brühe auffüllen, aufkochen, mit einem Deckel verschließen und bei geringer Hitze langsam weich schmoren.

Karotte schälen und der Länge nach halbieren, Lauch waschen, Tomate halbieren und auch den geschälten Knollensellerie schneiden. Alles zusammen mit einem Lorbeerblatt in den Fleischtopf geben, mit etwas Salz würzen, aufkochen, mit einem Deckel verschließen und bei schwacher Hitze langsam köcheln lassen. Solange bis das Gemüse gar und das Fleisch weich ist.

Danach die großen Gemüsestücke herausnehmen, in einen anderen Topf geben und den beim Schmoren entstandenen Sud durch ein Sieb gießen.

Die Kartoffeln schälen, fein hineinreiben, aufkochen, zwei bis drei Minuten köcheln lassen und mit einem Pürierstab gut durchmischen. Die so entstandene Sauce durch ein feines Sieb zurück in den Fleischtopf gießen. Alles gut durchrühren und mit Abrieb von Zitrone und Orange, Pfeffer, fein geschnittenem Knoblauch, fein gehackter Blatt Petersilie, Paprika, Kümmel und Cayenne und etwas Salz abschmecken.

Das Gulasch auf tiefen Tellern anrichten, je eine große Nocke Sauerrahm daraufgeben und mit Brot servieren.

Als außergewöhnliche Beilage empfehlen wir Bohnenpüree von weißen Bohnen.

Alexander Herrmann am 31. Oktober 2019

Roastbeef-Tranchen, Mango-Salat und Erdnuss-Butter-Dip

Für zwei Portionen

150 g Roastbeef	1-2 Mango	1 Mini Romanasalat-Herz
1/8 Stengel Zitronengras	2 EL Sesam (weiß, geröstet)	1-2 EL Sesamöl (geröstet)
2 EL Erdnussbutter	1 EL Crème-fraîche	1 Schuss Brühe
1 Schuss Pflanzenöl	Salz	Zucker
Chilipulver		

Die Mango schälen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Wenig Zitronengras mit einer feinen Reibe hineinraspeln, gerösteten Sesam und geröstetes Sesamöl zugeben, alles gut vermengen und mit je einer kleinen Prise Salz und Zucker abschmecken.

Die Erdnussbutter und die Crème Fraîche zusammen mit einem Schuss Brühe, einer Prise Salz und einer Prise Chili in einen Mixbecher oder einen kleinen Messbecher füllen und mit Hilfe eines Pürierstabes mixen. Anschließend so viel Pflanzenöl langsam mit dem Pürierstab hineinmixen, bis die Konsistenz des Dips ähnlich einer Mayonnaise ist.

Das Roastbeef der Länge nach halbieren, in dünne Tranchen schneiden und in einer sehr heißen Pfanne ohne Fett braten. (Das gleiche Prinzip wie bei einem asiatischen Teppanyaki-Grill). Die Oberseite des Fleisches mit einer Prise Salz würzen, das Fleisch wenden, von der anderen Seite ebenfalls rösten und aus der Pfanne nehmen, solange das Fleisch noch nicht durchgebraten ist. Einzelne Blätter des Romana-Salatherzens auf zwei Tellern verteilen, den Mangosalat in die Blätter füllen, die Roastbeeftranchen dazusetzen und mit dem Erdnussbutter-Dip überziehen.

Alexander Herrmann am 06. Mai 2015

Wagyu-Beef, Limetten-Soja-Gel, Cashewkerne, Kräuter-Salat

Für 2 Personen

200 g Wagyu-Beef	3 Limetten	1 Limetten-Kafirblätter
1 Stange Zitronengras	100 ml Sojasauce	200 ml Wasser
3 g Agar-Agar	50 g Cashewkerne	100 g Butter
1 Prise Cayenne	frische Kräuter	1 Prise Zucker
Meersalz	schwarzer Pfeffer	

Die Sojasauce zusammen mit dem Wasser in einem Topf erhitzen, Saft und Abrieb von zwei Limetten, ein Limettenblatt sowie einen angedrückten Stengel Zitronengras zugeben, ziehen lassen, mit einer Prise Zucker abschmecken, durch ein Sieb passieren, aufkochen, Agar Agar einrühren, vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Die fest gewordene Masse anschließend in einem Mixer oder mit Hilfe eines Pürierstabes mixen und durch ein feines Sieb streichen. Das entstandene Gel in einen Spritzbeutel füllen und bis zum Servieren kalt stellen.

Die Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, Cashewkerne darin langsam rösten und anschließend mit Limettenabrieb, Salz und Cayenne abschmecken.

Das Wagyu wenn nötig parieren und in dünne Tranchen schneiden. Eine Pfanne ohne Fett stark erhitzen und die Wagyuscheiben darin von beiden Seiten scharf anbraten, sodass sie außen Röststoffe entwickeln aber in der Mitte noch medium bis roh (je nach Geschmack) bleiben. Anschließend aus der Pfanne nehmen, mit Meersalz bestreuen, kurz entspannen lassen und zusammen mit den Cashewkernen samt Butter, einigen Tupfen Soja-Limetten-Gel und frischen Kräutern (z.B. Kerbel, Estragon und Petersilie) anrichten.

Alexander Herrmann am 22. April 2015

Salat

Bratkartoffel-Salat

Für zwei Personen

10 kleine Kartoffeln	1 Salat	1 Schalotte
2 Zweige Thymian	$\frac{1}{2}$ Bund Blattpetersilie	1 Sardelle
6 Scheiben Bacon	1 kleines Stück altes Brot	1 EL Senf (mittelscharf)
1 EL Senf (grob)	1 EL Crème-fraîche	100 ml Gemüsebrühe
150 ml Rapsöl (kaltgepresst)	50 ml Olivenöl	2 EL Butterschmalz
Weißweinessig	Zucker	Salz
schwarzer Pfeffer		

Das altbackene Brot mit einer Aufschnittmaschine in möglichst dünne Scheiben schneiden, flach nebeneinander auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit wenig Olivenöl beträufeln. Die Speckscheiben ebenfalls nebeneinander auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und beides im Backofen bei 160 Grad Umluft circa zwölf bis 15 Minuten hellbraun und knusprig rösten.

Die Brotchips anschließend mit einer kleinen Prise Salz würzen und alles auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Alternativ dazu kann der Speck auch in der Pfanne ohne Fett, bei wenig Hitze, langsam knusprig gebraten und anschließend auf Küchenkrepp abgetropft werden. Die Speckchips kräuseln sich hierbei zwar etwas stärker, da sie später aber ohnehin in grobe Stücke zerbrochen werden, ist das unproblematisch.

Die Kartoffeln waschen und in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser bei wenig Hitze gar köcheln. Anschließend etwas auskühlen lassen, halbieren und mit der Schnittfläche nach unten in eine mit Butterschmalz gefettete Pfanne legen und bei wenig Hitze langsam für circa 20 Minuten ringsum knusprig braun braten. Die Schalotte schälen und in Würfel schneiden und die Thymianblättchen von den Stielen zupfen. Beides zu den Kartoffeln geben, gut durchschwenken, kurz mit anschwitzen und die Pfanne vom Herd nehmen.

Den Senf, die Crème Fraîche, die Brühe und einen Schuss Essig in einer Schüssel verrühren, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und unter ständigem Rühren 100 Milliliter Rapsöl einlaufen lassen, bis das Senfdressing eine cremige Konsistenz hat.

Die Petersilienblätter von den Zweigen zupfen, mit einer Sardelle, einer Prise Salz, sowie je einem Schuss Raps- und Olivenöl in einen kleinen Mixbecher geben und mit Hilfe eines Pürierstabes schnell zu einem Kräuteröl mixen.

Den Salatkopf unter fließendem, kaltem Wasser abspülen, ausschütteln und durch den Strunk hindurch in Segmente schneiden. Je nach Größe des Salatkopfes entweder vierteln oder sechsteln. Den Strunk dabei etwas abschneiden, aber nicht vollständig entfernen, sodass die einzelnen Blätter nicht auseinanderfallen.

Anschließend das Senfdressing zwischen die Salatblätter träufeln und die Segmente auf zwei Tellern anrichten. Die gebratenen Kartoffeln samt Schalottenwürfel, sowie die Speck- und Brotchips in die Zwischenräume stecken und das Ganze mit dem Petersilienöl beträufeln.

Alexander Herrmann am 31. März 2015

Gekneteter Spitzkohl-Salat

Für 4 Personen

1 junger, grüner Spitzkohl 1 Bund Schnittlauch 150 g Cashewkerne, ungesalzen
200 ml Rapskernöl 100 ml Weißweinessig Salz, Zucker, Pfeffer

Die äußeren Blätter vom Spitzkohl entfernen, diesen vierteln, den Strunk rauschneiden und in möglichst feine Streifen schneiden. Mit einer Prise Salz und Zucker vermengen und im Anschluss kräftig mit den Händen kneten.

Die Cashewkerne in einer Auflaufform im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad Umluft für 10-12 Minuten hellbraun rösten, herausnehmen und grob zerstoßen.

Den Schnittlauch fein schneiden. Den gekneteten Kohl mit Schnittlauch, Rapsöl und Weißweinessig vermengen, ggf. mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken und kurz ziehen lassen. Zuletzt die gerösteten Cashewkerne unterheben.

Alexander Herrmann am 21. Oktober 2017

Rotkohl-Salat

Für zwei Personen

$\frac{1}{2}$ Kopf Rotkohl 1 Apfel (rot) 2 Orangen
2 EL Preiselbeeren Rotweinessig 2 EL Rapsöl
Salz, Zucker schwarzer Pfeffer

Die Orangen schälen, zu Filets schneiden und in eine kleine Schüssel geben. Den Rotkohl in feine Streifen schneiden, bzw. dünn hobeln, und in eine andere Schüssel geben. Den Kohl mit je einer Prise Salz und Zucker bestreuen, einen Schuss Rotweinessig zugeben und gut verkneten (am besten mit Gummihandschuhen). Das Rapsöl, die Preiselbeeren sowie den Orangensaft, der sich bei den Filets in der Schüssel gesammelt hat, unterrühren und den Salat mindestens eine halbe Stunde ziehen lassen. Den Rotkohlsalat nochmals abschmecken und samt den Orangenfilets auf zwei Tellern anrichten.

Alexander Herrmann am 23. Februar 2015

Salat vom gebratenen Romanesco mit Ziegen-Camembert

Für zwei Personen

1/2 - 1 Kopf Romanesco	250 g Haselnüsse (geschält)	1 Ziegencamembert (ca. 250 g)
1 Schote Chili (klein, rot)	½ Bund Thymian	1 Orange
1 EL Honig	1 EL Butter	2 EL alter Aceto Balsamico
50 ml weißer Essig	50 ml Gemüsebrühe	50 ml Haselnussöl
Olivenöl, Salz	schwarzer Pfeffer (grob)	

Den Romanesco in gleich große Röschen schneiden und in einer Pfanne mit etwas Olivenöl, bei mittlerer Hitze, ringsum leicht braun braten. Den Romanesco mit einer kleinen Prise Salz würzen und den Thymian, die längs eingeritzte Chilischote und zwei Streifen Orangenschale dazugeben. Anschließend die Butter in der Pfanne aufschäumen lassen, durchschwenken, die Pfanne mit einem Deckel verschließen und vom Herd nehmen. (Der Romanesco zieht jetzt im aufsteigenden Dampf der Butter gar und nimmt die Aromen auf.) Den Ziegencamembert in Ecken schneiden, Achtel oder Zehntel, und mit grobem Pfeffer bestreuen. Die Haselnüsse im vorgeheizten Backofen, bei 140 Grad Umluft circa 15 Minuten hellbraun rösten, anschließend grob zerstoßen und in eine Schüssel füllen. Den weißen Essig, sowie je einen kleinen Schuss Haselnussöl und Gemüsebrühe zugeben, gut mit einem Schneebesen verrühren und dabei etwas Olivenöl einlaufen lassen. Zuletzt mit einer großen Prise Salz abschmecken. Den Deckel von der Pfanne mit dem inzwischen gegarten Romanesco abnehmen und die Pfanne erneut auf den Herd stellen. Die überschüssige Flüssigkeit verdampfen lassen und den Romanesco in der entstehenden „Nussbutter“ kurz rösten. Je vier oder fünf Ecken Ziegencamembert auf zwei Tellern verteilen, mit dem Honig umträufeln und die gebratenen Romanescoröschen dazusetzen. Den Käse mit einigen Tröpfchen altem Balsamico beträufeln und das Ganze mit der Haselnussvinaigrette samt gestoßenen Haselnüssen marinieren.

Alexander Herrmann am 17. Februar 2015

Scharfer Avocado-Salat, Brösel-Schmelze, pochiertes Ei

Für zwei Personen

Für den Salat:

2 Avocados	2 Romanasalatherzen	1 Limette
2 EL Sauerrahm	Cayennepfeffer	Olivenöl, Salz

Für die Bröselschmelze:

4 EL Pankobrösel	1 Knoblauchzehe	100 g Butter
4 Zweige Thymian	2 Eier	30 ml Essig

Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$ TL grobes Meersalz

Für den Salat:

Die Avocados halbieren, den Kern entfernen, das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale nehmen, grob würfeln und in eine Schüssel geben.

Die Limette halbieren, auspressen und die Avocado-Würfel mit Limettensaft, Cayennepfeffer und Salz abschmecken.

Die Salatherzen waschen, die äußeren Blätter putzen, in feine Streifen schneiden und unter die Avocado-Würfel heben. Mit etwas Olivenöl und Sauerrahm marinieren. Mit Cayennepfeffer und Salz nochmals abschmecken.

Für die Bröselschmelze:

Die Butter in einem Topf aufschäumen lassen, die Pankobrösel und eine angedrückte Knoblauchzehe zugeben und bei mittlerer Hitze hellgolden rösten, sodass das Wasser aus der Butter verdampft. Thymian abrausen, trockenwedeln und einige Blättchen zupfen. Thymian zu den Bröseln geben und den Topf vom Herd nehmen, sobald die Blättchen aufhören zu knistern.

Für das pochierte Ei:

Wasser mit reichlich Essig in einem flachen Topf zum Kochen bringen, mit einem Kochlöffel einen Strudel erzeugen und ein aufgeschlagenes Ei vorsichtig hineingleiten lassen. Den Topf vom Herd nehmen und das Ei im heißen Essigwasser ziehen lassen.

Für die Garnitur:

Zum Anrichten einen Ring auf einem flachen Teller platzieren, den Salat darin anrichten und dabei mittig eine leichte Vertiefung hineindrücken.

Dann mit reichlich Bröselschmelze bestreuen, den Ring abziehen, das pochierte Ei darauf setzen und mit einer Prise Meersalz bestreuen.

Alexander Herrmann am 07. April 2017

Schwein

Erdnuss-Schnitzel

Für zwei Personen

400 g Schweinelachs	200 g Erdnüsse	100 g Erdnussmus
100 g Semmelbrösel	50 g Mehl	3 Eier
1 Zitrone	Olivenöl	Butterschmalz
Salz	Pfeffer	

Den Schweinelachs in dickere Scheiben schneiden und jeweils einen „Schmetterlingsschnitt“ machen (in der Mitte der Scheiben einschneiden, aber nicht durchschneiden). Die Scheiben auseinander klappen und mit einem Tropfen Öl zwischen zwei Klarsichtfolien legen. Das Fleisch mit einem Plattierisen plattieren und wieder aus der Folie herausnehmen (wer kein Plattierisen besitzt, kann es auch mit einem Stieltopf oder einer kleinen Pfanne machen).

Den Schweinelachs mit Salz würzen und das Erdnussmus mit Hilfe einer Spritztüte auf dem Fleisch gleichmäßig verteilen. Die beiden Hälften des Fleisches zusammenklappen und das Fleisch von außen mit Pfeffer würzen.

Die Erdnüsse in einem Mixer grob zerkleinern. Die Semmelbrösel hinzugeben und erneut durchmischen. Die Eier in eine flache Schüssel aufschlagen, mit einer Gabel oder einem Schneebesen verquirlen und mit Salz sowie dem Abrieb einer Zitrone würzen. Die zusammengeklappten Schweinelachse nun vorsichtig mehlieren, anschließend in der Eimasse und zum Schluss in der Erdnuss-Semmelbrösel-Mischung wenden.

Das Butterschmalz in einer Pfanne zum Schmelzen bringen und die Erdnusschnitzel darin goldgelb anbraten. Vor dem Servieren eine Minute auf einem Küchenpapier abtropfen und ruhen lassen. Dann die Schnitzel durchschneiden und anrichten.

Alexander Herrmann am 13. April 2015

Schweine-Filet mit Brezen-Kruste

Für zwei Personen

200 g Schweinefilet	2 Laugenbrezen (trocken)	1 schwarzer Rettich
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	2-3 EL Mehl	2-3 EL Butterschmalz
Weißweinessig	Rapsöl (kaltgepresst)	Salz

Die Laugenbrezen mit einer Küchenmaschine zu Semmelbröseln mixen (nicht zu fein!) und in eine kleine Schüssel oder auf einen tiefen Teller geben.

Das Schweinefilet in dünne Scheiben schneiden und leicht plattieren. Eine Seite mit Salz würzen, mit Mehl bestäuben, anschließend mit Senf bestreichen und in die Brezenbrösel drücken, sodass diese an den Schweinefilets haften. Etwas Butterschmalz in einer großen, beschichteten Pfanne erhitzen, die Schweinefilets mit der Brezen-Seite nach unten in die Pfanne legen und bei mittlerer Hitze braun braten. Anschließend die Unterseite des Fleisches ebenfalls mit Salz würzen, das Fleisch wenden, den Herd ausschalten und die Schweinefilets langsam gar ziehen lassen.

Den Schnittlauch fein schneiden und circa drei Zentimeter lange Spitzen dabei aufbewahren. Den schwarzen Rettich waschen, bürsten und durch einen Spiralschneider (oder Rettichschneider) drehen. Anschließend salzen, mit dem Schnittlauch mischen und mit Essig und Rapsöl abschmecken.

Den Rettichsalat auf zwei Tellern anrichten, die Schweinefilets anlegen und mit den Schnittlauchspitzen garnieren.

Alexander Herrmann am 19. März 2015

Schweine-Medaillons mit Kräutern und Champagner-Kraut

Für die Schweinemedailleurs:

300 g Schweinefilet	1 Zweig Basilikum	1 Zweig glatte Petersilie
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	Pflanzenöl	2 EL Butter

Für die Kartoffeln:

5 kleine Kartoffeln	10 Scheiben Parmaschinken	Pflanzenöl
---------------------	---------------------------	------------

Für das Champagnerkraut:

200 g Sauerkraut	100 ml Champagner	100 ml Gemüsefond
2 EL Schmand	Salz, Pfeffer	Zucker

Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Schweinefilet in sechs gleich große, gut daumendicke Medailleurs schneiden, eine kleine Tasche in jedes Medailon schneiden und mit Kräutern spicken. Anschließend die gespickten Medailleurs in einer Pfanne mit Pflanzenöl ringsum anbraten, herausnehmen und auf einem Backgitter, auf der Mittleren Schiene, im vorgeheizten Backofen garen. Butter in der Pfanne aufschäumen lassen, die gegarten Medailleurs nochmals hineinlegen und kurz in der Butter nachbraten.

Die Kartoffeln waschen, in einem Topf mit gesalzenem Wasser gar kochen, pellen und anschließend der Länge nach halbieren. Die halbierten Kartoffeln mit Parmaschinken umwickeln und in einer Pfanne mit wenig Öl ringsum knusprig braten.

Das Sauerkraut in ein Sieb schütten, unter fließendem Wasser abwaschen, abtropfen, zusammen mit der Hälfte des Champagners und dem Fond in einen Topf gießen und einkochen lassen. Wenn die Flüssigkeit fast vollständig verkocht ist, den Schmand zugeben, das Ganze mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und kurz vor dem Servieren den restlichen Champagner einrühren.

Champagnerkraut mit Schweinemedailleurs und Parmaschinken-Kartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Alexander Herrmann am 30. Dezember 2015

Soßen

Gorgonzola-Soße

Für zwei Personen

Gemüsebrühe	150 ml Sahne	200 g Gorgonzola
Zitronenabrieb	2 Schalotten	2 Zweige Thymian
Olivenöl	Salz	Meersalz
schwarzer Pfeffer		

Die Thymianblättchen von den Zweigen zupfen. Die Schalotten schälen, fein würfeln und in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen. Die Thymianblättchen zugeben, mit Sahne ablöschen, mit einem großzügigen Schuss Brühe auffüllen und aufkochen. Dann den Gorgonzola hineinrühren, darin auflösen und mit dem Salz, dem Pfeffer und Zitronenabrieb abschmecken.

Alexander Herrmann am 11. Februar 2015

Zwiebel-Soße

Für 4 Personen

4 kleine Zwiebeln	0,3 l Malzbier	0,1 l Helles Bier
0,4 l Brühe	Weizenstärke	1 EL Schnittlauch
30 g Butter	Salz, Pfeffer	Kümmel gemahlen

Die Zwiebeln in Scheiben schneiden, salzen und in einem Topf anschwitzen. Das Malzbier, das Bier und die Brühe angießen. Das Ganze zur Hälfte einkochen lassen und anschließend mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen. Etwas Stärke anrühren und damit die Sauce abbinden. Zum Schluss den Schnittlauch in Röllchen geschnitten und kalte Butter einrühren.

Alexander Herrmann am 06. Januar 2018

Suppen

Eintopf mit Fleisch

Für 4 Personen:

4 Gänsekeulen	6 Zwiebeln, mittelgroß	2 Karotten
1 Selleriekopf	2-3 L Gemüsebrühe	1 Packung Maronen
1/2 Kopf Wirsing, klein	2 rote Äpfel	2 Lorbeerblätter
1 TL Pfefferkörner	2 EL Butter	Salz

Zuerst müssen Sie den Gänsekeulen die Haut abziehen bzw. mit einem Messer wegschneiden. Das Wurzelgemüse schälen, putzen und in grobe Stücke schneiden. Danach die Keulen zusammen mit geschnittenen Zwiebeln, Sellerie und Karotten, sowie Lorbeer und Pfeffer in einen großen Topf geben und mit der Brühe großzügig bedeckt aufgießen. Suppe auf den Herd stellen und bei mittlerer Hitze die Keulen langsam garkochen.

Nach einer Weile die weich gegarten Gänsekeulen aus der Brühe nehmen, auf ein Blech legen und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. Gießen Sie den Sud durch ein Sieb ab. Das Gänsefleisch wird vorsichtig von den Keulen gezupft. Wir empfehlen dazu Gummihandschuhe zu tragen. Die größeren Stücke sollten Sie am besten in Würfel schneiden.

Die restlichen Zwiebeln werden geschält und in feine Würfel geschnitten. Die Maronen werden ebenfalls etwas klein schnitten. Den Wirsing putzen und in feine Streifen schneiden. Zwiebelwürfel, Maronen und Wirsingstreifen im Topf mit etwas Butter anschwitzen und mit dem Gänsesud ablöschen. Langsam den Wirsing darin garkochen. Sollte Ihnen die Flüssigkeit nicht reichen, dann gießen Sie noch Gemüsebrühe nach.

In der Zwischenzeit die Äpfel ebenfalls in Würfel schneiden und zusammen mit dem Gänsefleisch in den Eintopf geben. Den Gänseeintopf mit etwas Salz abschmecken.

Gewürzvariationen:

Beim Abschmecken gibt es verschiedene Möglichkeiten: Sie könnten zum Beispiel den Eintopf mit etwas altem Aceto Balsamico leicht säuerlich abschmecken, kleine Kartoffelklöße abdrehen (so groß wie Gnocci) und diese mit dem Fleisch in den kochenden Eintopf geben. Nach kurzem Köcheln vom Herd nehmen und 10 Minuten gar ziehen lassen.

Oder aber Sie schneiden Kartoffeln in kleine Würfel und geben diese zusammen mit Wirsing in den Eintopf. Später servieren Sie den Eintopf dann mit Croutons.

Alexander Herrmann am 21. November 2019

Grüne Spargel-Suppe mit Garam-Masala-Milchschaum

Für zwei Personen

1 Bund grüner Spargel	½ Bund Blatt Petersilie	2 Schalotten
200 ml Weißwein	500 ml Gemüsebrühe	250 ml Sahne
50 g Mehl	50 g Butter (zimmerwarm)	200 ml Milch
1 TL Garam-Masala	1 Prise Zucker	Pflanzenöl, Salz

Die Butter und das Mehl im Verhältnis 1:1 verkneten (Beurre Manier) und bis zur Weiterverarbeitung kühl stellen.

Die unteren zwei Drittel der Spargelstangen schälen, sowie ein bis zwei Zentimeter der Stangen am Ende abschneiden. Die Schalen und die Abschnitte zusammen mit der kalten Gemüsebrühe in einen Topf geben, langsam auf dem Herd erhitzen, einmal aufkochen und vom Herd nehmen. Den Spargelfond circa eine halbe Stunde ziehen lassen und anschließend passieren.

Von den Spargelstangen die Spitzen großzügig abschneiden und zusammen mit den Stangen in stark gesalzenem Wasser weich, bzw. bissfest kochen, anschließend sofort in Eiswasser abschrecken und danach gut abtropfen lassen. (Damit die grüne Farbe erhalten bleibt!)

Die Schalotten schälen, in Scheiben schneiden und in einem Topf mit wenig Pflanzenöl anschwitzen. Anschließend mit Weißwein ablöschen, reduzieren lassen, mit einem halben Liter Spargelfond und der Sahne auffüllen, aufkochen lassen, mit einer Prise Salz abschmecken und mit der vorbereiteten Mehlbutter (Beurre Manier) leicht binden und kurz weiterkochen lassen.

Die Petersilienblätter von den Stielen zupfen und zusammen mit den Spargelstangen (nicht den Spitzen) in einen Mixer geben, mit der heißen Suppe auffüllen und fein mixen. Anschließend nochmals mit Salz und ggf. einer kleinen Prise Zucker abschmecken, in Gläser bzw. tiefe Teller füllen und die Spargelspitzen als Suppeneinlage hineingeben (es empfiehlt sich, die Spargelspitzen kurz vor dem Servieren in leicht gesalzenem Wasser zu erwärmen, weil die Suppe dann nicht zu stark abkühlt, als wenn man die Einlage kalt hineingibt).

Die Milch in einem kleinen Topf erhitzen, mit Garam Masala abschmecken, mit Hilfe eines Pürierstabs schaumig aufmixen und auf der grünen Spargelsuppe anrichten.

Alexander Herrmann am 11. März 2015

Nobelsüppchen aus Garnelen

Für zwei Personen

8 Garnelen	1 Carabiniero	3 Schalotten
1 TL Tomatenmark	120 ml trockener Weißwein	250 ml Gemüsebrühe
100 ml Sahne	2 Strauchtomaten	2 Zehen Knoblauch
1 Zitrone	$\frac{1}{4}$ Bund Thymian	2 Zweige Basilikum
Olivenöl	Stärke	Salz
schwarzer Pfeffer		

Die Garnelen und den Carabiniero pulen, längs halbieren und den Darm entfernen. Die Schalentiere unter fließendem Wasser abspülen, anschließend trocken tupfen, beiseite Stellen und die Schalen waschen.

Die gewaschenen Garnelen- und Carabiniero-Schalen in einer Pfanne mit Olivenöl rösten. Die Schalotten schälen, grob zerschneiden und zusammen mit einer Zehe Knoblauch zu den Garnelenschalen geben. Danach das Tomatenmark zugeben, kurz mitrösten, mit Weißwein ablöschen, den Alkohol verdampfen und mit Brühe auffüllen. Die Strauchtomaten vom Strunk befreien, in grobe Stücke schneiden und zugeben. Die Stiele vom Basilikum und eine Prise Salz hinein geben, aufkochen lassen und mit einem Deckel zugedeckt eine Stunde bei schwacher Hitze, leicht köcheln, bzw. ziehen lassen.

Die Suppe durch ein feines Sieb drücken und erneut aufkochen lassen. Die Sahne zugeben, mit wenig, in kaltem Wasser angerührter Stärke binden und mit Zitronenabrieb und ggf. einer Prise Salz abschmecken.

Die halbierten Garnelen (mit der Außenseite nach unten) in einer Pfanne mit wenig Olivenöl braten. Anschließend mit einer Prise Salz würzen, einen großen Schuss Olivenöl, eine weitere Zehe Knoblauch und den Thymian zugeben, durchschwenken und die Pfanne vom Herd nehmen. Das Carabiniero-Fleisch in Segmente schneiden und roh in tiefen Tellern oder Suppenschüsseln anrichten, die gebratenen Garnelenhälften zugeben, die Suppe mit Hilfe eines Pürierstabes schaumig aufmixen, über die Garnelen gießen und servieren.

Etwas stärker gebunden passt die Suppe auch als Sauce hervorragend zu Nudeln oder gebratenen Krustentieren.

Alexander Herrmann am 24. März 2015

Rosenkohl-Eintopf mit Speck und Kartoffel-Stückchen

Für 4 Personen:

500 g Rosenkohl	6 Stk. Schalotten	2 Sch. Bauchspeck, geräuchert
4-8 Stk. Würste	1 L Gemüsebrühe	1/2 Bund Schnittlauch
1 Stk. Orange	1 Stk. Kartoffel	Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

Rosenkohl:

Die Schalotten schälen und in gröbere Würfel schneiden. Den Rosenkohl putzen, dabei die äußeren Blätter entfernen und die Röschen durch den Strunk halbieren.

Die Schalottenwürfel in einem großen, flachen Topf mit etwas Öl anschwitzen, die halbierten Rosenkohl-Röschen zugeben, mit einer Prise Salz würzen und ebenfalls mit anschwitzen, bis alles leicht Farbe bekommt.

Mit der Gemüsebrühe gut bedeckt auffüllen, ggf. 2 dicke Scheiben Speck mit hineinlegen und bei mittlerer Hitze etwa 15 Minuten leicht köcheln lassen, bis der Rosenkohl gar ist.

Eintopf:

Die Kartoffel schälen, fein reiben und nach und nach unter den kochenden Eintopf rühren, bis dieser damit zur gewünschten Konsistenz gebunden ist.

Anschließend mit Salz, schwarzem Pfeffer aus der Mühle und Orangenabrieb abschmecken, die Suppe vom Herd nehmen, die Würste hineinlegen und in der heißen Suppe warm werden lassen. In der Zwischenzeit den Schnittlauch, waschen, trockenschütteln, in feine Scheiben schneiden und unter den Eintopf rühren.

Den Eintopf auf tiefe Teller verteilen und mit frisch geröstetem Brot servieren.

Alexander Herrmann am 21. November 2019

Vegetarisch

Artischocken, Avocado-Püree, Ei, Rosmarin-Brottschmelze

Für zwei Personen

Für die Artischocken:

2 große Artischocken	1 Zitrone	2 Zweige Basilikum
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für das Avocadopüree:

2 Avocados	2 EL Crème-fraîche	2 Limetten
$\frac{1}{2}$ EL Wasabi-Paste	Salz	

Für die pochierten Eier:

2 Eier	150 ml Weißweinessig	Meersalz
--------	----------------------	----------

Für die Schmelze:

50 g Panko-Brösel	100 ml Olivenöl	2 Zweige Rosmarin
-------------------	-----------------	-------------------

Von den Artischocken die äußeren Blätter abzupfen, bis der Übergang zum dünneren Stielansatz freigelegt ist. Anschließend den Stiel etwa 3 cm unterhalb des Artischockenbodens abtrennen. Ebenso die oberen zwei Drittel der Blüte abschneiden und mit einem Kugelausstecher das „Heu“ herauskratzen. Die verbliebenen harten Blattreste an der Außenseite der Artischockenböden mit einem Messer entfernen und dabei mit einem kleinen Messer den verbliebenen Stielansatz der Artischocke schälen. Die fertig geputzten Artischocken direkt in eine Schüssel mit Wasser und reichlich Zitronensaft legen, damit sie nicht braun werden. Jeden Artischockenboden achteln, auf Küchentrepp trockentupfen, die Segmente in einer Pfanne mit etwas Olivenöl hellbraun braten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blätter von den Zweigen zupfen, fein schneiden und unter die gebratenen Artischockenecken rühren.

Avocados halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch aus der Schale heben. Avocadofleisch mit Saft und Abrieb einer Limette und der Crème Fraîche in einer Moulinette cremig aufmixen und mit Salz und Wasabi-Paste abschmecken.

Für das pochierte Ei Wasser in einem flachen Topf zum Kochen bringen (Das Wasser sollte gut 10 cm hoch im Topf stehen), den Essig zugeben, mit einem Kochlöffel einen kräftigen Strudel im Topf erzeugen und das Ei mittig ins Essigwasser gleiten lassen. Den Topf vom Herd nehmen und das Ei 4 Minuten wachweich ziehen lassen. Anschließend mit einer Schaumkelle aus dem Essigwasser heben.

Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen und zusammen mit dem Panko in einer Pfanne mit Olivenöl langsam goldbraun und knusprig rösten.

Die gebratenen Artischocken mit Avocadopüree, pochiertem Ei und Rosmarin-Brottschmelze auf Tellern anrichten und servieren.

Alexander Herrmann am 09. September 2016

Gebratener Bimi mit scharfem Couscous

Für zwei Personen

10 Bimi	2 Orangen	1 Zitrone
1 Limette	1 Schalotte	100 g Persischer Riesen-Couscous
2 EL Sesam	10 Macadamianüsse	150 ml Gemüsebrühe
200 g Naturjoghurt	1 Prise Chili (Piment-d'Espilette)	1 EL Raz-el-Hanout
0,5 g Safranfäden	2 EL Butter	3-4 EL Sesamöl (geröstet)
2 EL Olivenöl	Salz	

Den Sesam in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze rösten. Die Macadamianüsse in einer Auflaufform im Backofen bei 160 Grad Umluft circa zehn bis zwölf Minuten hellbraun rösten. Alle bis auf zwei Macadamianüsse grob zerstoßen.

Die Orangen schälen und mit einem scharfen Messer das Fruchtfleisch filetieren. Die Schalotte schälen und in Spalten schneiden.

Den Joghurt mit dem Abrieb einer Limette sowie einer Prise Salz abschmecken, in einen kleinen Spritzbeutel füllen und bis zum Anrichten kalt stellen.

Den Riesen Couscous etwa zwei Stunden weich dämpfen (oder circa 30 bis 45 Minuten in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser, bei schwacher Hitze garen). Anschließend in einem flachen Topf oder einer Pfanne zusammen mit der Brühe, den Orangenfilets, einer Prise Chili und dem Safran aufkochen und vom Herd nehmen.

Die zerstoßenen Macadamianüsse, das geröstete Sesamöl, das Olivenöl, das Raz el Hanout sowie den gerösteten Sesam zugeben, gut vermengen und gegebenenfalls mit einer Prise Salz und etwas gemahlenem Chili abschmecken.

Die unteren zwei Drittel der Stängel des Bimi schälen und abschneiden. Die geschälten Stiele und Köpfe zusammen in eine große, beschichtete Pfanne geben, mit einem großzügigen Schuß Olivenöl ringsum anbraten und mit einer Prise Salz würzen. Die Schalottenspalten und etwas Zitronenschale zugeben und durchschwenken. Die Butter darin aufschäumen lassen, mit einem Deckel verschließen, die Pfanne vom Herd nehmen und den Bimi gar ziehen lassen.

Den Couscous auf zwei Tellern anrichten, die beiseite gelegten Macadamianüsse mit einer feinen Reibe darüber hobeln, den gebratenen Bimi samt Schalottenspalten anstellen und einige Tupfer Limettenjoghurt darum spritzen.

Alexander Herrmann am 13. März 2015

Quinoa-Risotto mit Roter Bete

Für zwei Personen

200 g Quinoa (Inkareis)	2 Schalotten	100 ml Weißwein
500 ml Brühe	1 Rote Bete (roh)	1 Lorbeerblatt
1 Zweig Blattpetersilie	1 Zweig Estragon	Schnittlauch
4 Zweige Kerbel	50 g Parmesan	1 EL Butter
1 Chilischote	Olivenöl	Salz

Die Schalotten schälen, fein würfeln und in einem Topf mit etwas Olivenöl anschwitzen.

Den Quinoa zugeben und kurz mit anschwitzen.

Nun alles mit Weißwein ablöschen und reduzieren.

Anschließend den Inhalt des Topfes mit Brühe auffüllen, aufkochen und das Lorbeerblatt zugeben. Jetzt die Hitze auf ein Minimum reduzieren und den Topf mit einem Deckel verschließen. Das Risotto für ca. 20 min. leicht köcheln lassen und dabei gelegentlich umrühren.

Die Rote Bete sehr dünn aufschneiden (am besten mit einer Aufschnittmaschine) und einige Minuten in Eiswasser einlegen.

Die Petersilien- und Estragonblättchen von den Zweigen zupfen und zusammen mit dem Schnittlauch fein schneiden.

Wenn das Risotto weich gegart ist, gegebenenfalls nochmals einen Schuss Brühe zugeben.

Die kleingeschnittene Spitze einer Chilischote sowie einen großen Löffel Butter einrühren, den Parmesan hinein reiben und zu einem „schlotzigen“ Risotto verrühren. Anschließend die fein geschnittenen Kräuter unterrühren und das Ganze mit Salz abschmecken.

Das Risotto auf zwei Tellern anrichten, die Rote Bete hineinstecken und mit frischen Kerbelzweigen garnieren.

Alexander Herrmann am 02. März 2015

Spaghettini mit Gorgonzola-Soße und Basilikum-Öl

Für zwei Personen

200 g Spaghettini	500 ml Gemüsebrühe	150 ml Sahne
200 g Gorgonzola	1 Orange	1 Zitrone
2 Schalotten	2 Zweige Thymian	$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum
Olivenöl	Salz	Meersalz
schwarzer Pfeffer		

Die Nudeln je nach Packungsangabe (circa vier bis fünf Minuten) in leicht gesalzenem Wasser bissfest kochen, durch ein Sieb schütten, ausdampfen lassen (nicht abschrecken!) und mit einigen Tropfen Öl benetzen. Die Thymianblättchen von den Zweigen zupfen. Die Schalotten schälen, fein würfeln und in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen. Die Thymianblättchen zugeben, mit Sahne ablöschen, mit einem großzügigen Schuss Brühe auffüllen und aufkochen. Dann den Gorgonzola hineinrühren, darin auflösen und mit dem Salz, dem Pfeffer und etwas Zitronenabrieb abschmecken. Die Basilikumblätter von den Stielen zupfen, in einen Mörser geben und langsam mit einer großen Prise Meersalz verreiben. Anschließend etwa sechs bis acht Esslöffel Olivenöl zugeben und zu einem aromatischen Öl (bzw. einem Püree verreiben). Die restliche Brühe zusammen mit einigen Streifen Orangenschale in einem kleinen Topf aufkochen und ziehen lassen. Nach einiger Zeit die Schale wieder entfernen und dann die vorbereiteten Nudeln darin erwärmen. Die Spaghettini mit Hilfe einer Fleischgabel zu schönen Nudelnestern aufdrehen und auf zwei Pastatellern verteilen. Anschließend die Gorgonzolasauce darüber verteilen und mit etwas Basilikumöl (bzw. Basilikumpüree) beträufeln.

Alexander Herrmann am 11. Februar 2015

Zweierlei Avocado mit Frühlingskräutern und Erdnüssen

Für zwei Portionen

2-3 Avocados	6-8 Kirschtomaten	100 g Erdnüsse
2 Schalotten	1 Zehe Knoblauch	2 Zweige Rosmarin
1 Zweig Thymian	1 Limette	1 TL Wasabipaste
1 EL Crème fraîche	2 EL Weizendunst	200 ml Gemüsebrühe
100 ml Weißweinessig	Olivenöl	Salz
Zucker	Frühlingskräuter	

Die Kirschtomaten blanchieren oder mit einem Bunsenbrenner abflämmen und anschließend die Haut abziehen. Die Brühe und den Essig zusammen mit dem Thymian, einer Prise Salz und einer kleinen Prise Zucker in einem Topf leicht erwärmen. Die Kirschtomaten hineingeben, vom Herd nehmen, mit Frischhaltefolie abdecken und einen Tag ziehen lassen.

Die Schalotten schälen, in feine Würfel schneiden, kurz in gesalzenem Wasser blanchieren, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Die Erdnüsse in einer Auflaufform im Backofen bei 160°C Umluft circa 12-15 Minuten hellbraun rösten.

Eine Avocado halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch aus der Schale heben. Dies funktioniert besonders einfach, wenn man die Avocadohälften entlang des Randes eines Wasserglases drückt, sodass das Fruchtfleisch ins Glas gleitet und die Schale außen bleibt.

Das Avocadofleisch mit dem Saft einer Limette oder Zitrone, dem Wasabi (oder Tafelmeerrettich) und der Crème fraîche in einer Küchenmaschine cremig aufmixen und mit Salz abschmecken.

Die andere Avocado halbieren und ebenfalls den Kern und das Fruchtfleisch aus der Schale heben. Das Fruchtfleisch in Spalten schneiden, in Weizendunst mehlieren und zusammen mit einem großen Schuss Olivenöl, den Rosmarinnadeln und einer halbierten Knoblauchzehe in einer großen, beschichteten Pfanne braten und mit einer Prise Salz würzen. Anschließend die Erdnüsse mit in die Pfanne geben, durchschwenken und einen kurzen Moment in der Pfanne ruhen lassen. Einen Schuss Essigsud, in dem die Tomaten eingelegt waren, mit den blanchierten Schalottenwürfeln und etwas Olivenöl zu einer Vinaigrette verrühren und mit einer Prise Salz abschmecken. Die Avocadocreme mit Hilfe eines Plattenspieler (falls vorhanden) spiralförmig auf zwei Teller spritzen. Die Vinaigrette in die Zwischenräume träufeln und die gebratenen Avocadospalten samt den gerösteten Erdnüssen und den Rosmarinnadeln darauf verteilen. Die Kirschtomaten dazwischensetzen und mit reichlich Frühlingskräutern garnieren.

Alexander Herrmann am 10. April 2015

Zweierlei Blumenkohl mit Couscous

Für zwei Portionen

1 Kopf Blumenkohl	300 g Couscous	150 ml Gemüsebrühe
3 EL Butter	100 g Macadamianüsse	$\frac{1}{4}$ Vanilleschote
1 Chilischote	6 Zweige Thymian	1 Zitrone
Olivenöl	Salz	Ras-el-Hanout
frische Kräuter		

Blumenkohlröschen von einem Viertel des Blumenkohls mit einer feinen Reibe direkt in die Pfanne hobeln, den Couscous (Mengenverhältnis: 2/3 Couscous zu 1/3 Blumenkohl) und die Gemüsebrühe hinzugeben und bei geschlossenem Deckel garen und quellen lassen. Den Couscous mit dem Ras-el-Hanout und dem Zitronenarabieb abschmecken. Die restlichen Blumenkohlröschen in einer Pfanne mit viel Butter rösten und anschließend die Macadamianüsse hinzugeben. Ein kleines Stück Vanilleschote und eine angeschnittene Chilischote in die Pfanne geben, salzen, den Thymian dazulegen und bei geschlossenem Deckel etwa zwei Minuten braten. Die Hitze reduzieren. Anschließend den Deckel abnehmen und den Blumenkohl weiter rösten lassen. Den Couscous auf zwei Tellern verteilen, Blumenkohlröschen samt Macadamianüssen darauf anrichten, mit einer Prise Meersalz bestreuen und mit wenig Olivenöl sowie etwas von der Bratbutter übergießen. Eventuell nach Belieben mit frischen Kräutern dekorieren.

Alexander Herrmann am 02. April 2015

Verschiedenes

Alexander Herrmanns Frucht-Glühwein

Für 6 Portionen

3 L Rotwein (Rioja)	0,5 L naturtrüber Apfelsaft	250 g schwarzes Johannisbeergelee
2 Orangen	1 Zitrone	2 Teebeutel Kräutertee
3 Zimtstangen	3 Vanilleschoten	3 Nelken
4 Zimtblüten	2 TL Kardamom	2 Prisen Glühweingewürz
3 EL Wildblütenhonig	2 TL brauner Zucker	

Johannisbeergelee in einem Topf geben, einkochen und karamellisieren lassen. Mit Apfelsaft ablöschen und anschließend den Rotwein dazu gießen.

Die Orangen und die Zitrone inklusive der Schale in Scheiben schneiden und mit in den Topf geben. Die Vanilleschoten der Länge nach aufschneiden und zusammen mit den Zimtstangen ebenfalls mit in den Topf geben. Die Kräuterteebeutel dazu geben.

Mit Glühweingewürz, den Nelken, den Zimtblüten und Kardamom auffüllen und den Honig und braunen Zucker ebenfalls mit in den Topf geben. Umrühren, Temperatur reduzieren und abschließend in Gläser füllen und servieren!

Alexander Herrmann am 02. Dezember 2016

Power-Drink mit Goji-Beere, Pflaume und Birne

Für zwei Personen

50 g getrocknete Goji-Beeren	200 ml Cranberry-Saft	1-2 Stangen Zimt
2 Birnen	9 Pflaumen	Eiswürfel

Den Cranberry-Saft in einen kleinen Topf füllen und die getrockneten Goji-Beeren sowie ein bis zwei Zimtstangen (je nach Größe) dazugeben. Die Saftmischung aufkochen lassen, vom Herd nehmen und so lange ziehen lassen, bis der Saft vollständig erkaltet ist. Anschließend die Zimtstange(n) entfernen, die Beeren samt Saft in einen Mixbecher füllen und mit einem Pürierstab gut durchmischen. Die Birnen und die Pflaumen vierteln, dabei die Kerne bzw. das Kerngehäuse entfernen und die Früchte durch einen Entsafter drücken. Den Goji-Cranberry-Saft zu dem Birnen-Pflaumen-Saft geben, gut vermischen und in zwei Gläser füllen. Besonders erfrischend schmeckt der Power-Drink, wenn man ihn mit Eiswürfeln serviert.

Alexander Herrmann am 05. Februar 2015

Power-Drink mit Obst und Gemüse - Kaki und Rote Bete

Für zwei Personen

1-2 Rote Bete	2 Kaki	3 Karotten
2 Stangen Zitronengras	1 Stück Ingwer (daumengroß)	100 ml Agavendicksaft
1 TL Pflanzenöl	Eiswürfel	

Die Rote Bete unter fließendem Wasser gut abbürsten, den Strunk entfernen und die Bete in grobe Stücke schneiden. Von den Kakis den Strunk entfernen und das Fruchtfleisch vierteln, sowie von den Karotten den Strunk entfernen und den Ingwer in grobe Scheiben schneiden. Anschließend die Rote Bete, die Kaki, die Karotten, das Zitronengras und den Ingwer abwechselnd in einen Entsafter geben (wer keinen Entsafter hat, kann das Obst und Gemüse z.B. auch in einen Zerkleinerer mixen und durch ein feines Sieb gießen). Den aufgefangenen Saft mit etwas Agavendicksaft abschmecken und einige Tropfen Öl einrühren (das Pflanzenöl ermöglicht es, dass auch fettlösliche Vitamine aufgenommen werden können). Wer den Power-Drink noch erfrischender mag, kann ihn entweder in Gläsern mit Eiswürfeln servieren oder direkt ein paar Eiswürfel mit dem Gemüse durch den Entsafter lassen.

Alexander Herrmann am 20. Januar 2015

Vorspeisen

Asiatisches Rinder-Carpaccio

Für zwei Personen

250 g Rinderfilet	3 Stangen Frühlingslauch	250 g Sojasprossen
4 Macadamia-Nüsse	½ TL Karashi	60 ml Yuzu-Saft
40 ml Sojasauce	80 ml geröstetes Sesamöl	Meersalz
Zucker	Pfeffer	

Den Ofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Für die Marinade Frühlingslauch waschen, von der äußeren Schale befreien und in feine Ringe schneiden.

Macadamia-Nüsse in einer kleinen Auflaufform in den Ofen geben und ca. 12 Minuten hellbraun rösten.

Rinderfilet in dünne Tranchen schneiden und mit der Messerseite auf dem Schneidebrett etwas austreichen, damit die Fasern leicht einreißen und das Fleisch zarter wird.

Yuzu-Saft, Sojasauce und Karashi vermischen, das Sesamöl langsam mit einem Schneebesen einrühren und die Vinaigrette mit etwas Salz und Zucker abschmecken.

Sojasprossen kurz in einer Pfanne mit geröstetem Sesamöl anschwanken und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rinderfiletscheiben flach auf zwei Tellern anrichten, großzügig mit der Vinaigrette bestreichen, mit einer Prise Meersalz würzen, Sojasprossen darauf verteilen und mit dem dünn geschnittenen Frühlingslauch bestreuen. Geröstete Macadamia-Nüsse mit einer feinen Reibe darüber reiben und das asiatische Carpaccio vom Rinderfilet servieren.

Alexander Herrmann am 22. Januar 2016

Blaukraut-Salat mit Walnüssen und Orangen

Für 4 Personen

1 kleiner Kopf Blaukraut	2 Stk. Orangen	5 EL Rotweinessig
1 EL Zucker	1/2 roter Apfel	2 EL Walnussöl
3 EL Rapsöl	1/2 TL Lebkuchengewürz	150 g Creme-fraiche
2 EL Preiselbeeren	4 EL gehack. geröst. Walnüsse	Meersalz, Pfeffer

Orangen schälen und filetieren und dabei den Saft auffangen. Die Filets im vorgeheizten Backofen bei 120°C Umluft ca. 15-20 Minuten trocknen.

Den Blaukrautkopf halbieren, vierteln und dabei den Strunk entfernen.

Anschließend in feine Streifen schneiden, mit Zucker, Essig und einer Prise Meersalz würzen, mit Gummihandschuhen kräftig verkneten und 5 Minuten ziehen lassen.

Apfel entkernen, in dünne Scheiben schneiden und mit Blaukraut, den Ölen, aufgefangenem Orangensaft, Lebkuchengewürz und zum Schluss den Orangenfilets mischen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Blaukraut-Salat mit Äpfeln und Walnüssen | Bild: BR Creme Fraiche und Preiselbeeren verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit einem Spritzbeutel in großen Tupfen auf dem Salat anrichten. Zuletzt mit den gehackten Walnüssen bestreuen und servieren.

Alexander Herrmann am 20. Oktober 2019

Blumenkohl-Couscous mit Orangen, Gewürzen, Reh-Tranchen

Für 4 Personen

Für das Blumenkohl-Couscous:

1 Blumenkohl, mittelgroß 4 EL Ras el-Hanout 200 g Cashewkerne
Salz, Öl

Für die Orangen:

3 Orangen 2 EL Weißweinessig

Für die Rehtranchen:

300 g Rehrückenfilet 200 ml Sonnenblumenöl 30 ml Kürbiskernöl
10 Stück Lorbeerblätter 1 EL langen Pfeffer $\frac{1}{2}$ Bund Blattpetersilie

Für die Gemüsekonfetti:

1 Karotte 1 Zucchini $\frac{1}{4}$ Knollensellerie
Olivenöl Balsamicoessig Kürbiskernöl

Für das Blumenkohl-Couscous:

Blumenkohl zu großen Röschen putzen und zusammen mit einer Prise Salz im Mixer zu kleinen Bröseln mixen. Die Brösel in einer Pfanne mit etwas Öl anschwitzen, bis sich leichte Röstaromen bilden. Anschließend mit Salz und Ras el-Hanout abschmecken.

Die Cashewkerne in eine Auflaufform geben und im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad Umluft 10-12 Minuten hellbraun rösten. Die Cashewkerne zerkleinern und zu dem Blumenkohl-Couscous geben.

Für die Orangen:

Die Orangen schälen und die Filets herausschneiden. Mit dem Weißweinessig marinieren.

Für die Rehtranchen:

Die Rehrückenfilets in 3 mm dünne Tranchen schneiden, auf einen tiefen Teller legen und rundum mit Sonnenblumen- und Kürbiskernöl einstreichen. Die Lorbeerblätter dazugeben und den langen Pfeffer darüber reiben. Das Ganze mit Klarsichtfolie abdecken und im Ofen bei 80 Grad lauwarm garen.

Für die Gemüsekonfetti:

Für das Gemüsekonfetti aus dem Gemüse kleine Kreise ausstechen und anschließend kurz in Salzwasser blanchieren. Nach Belieben mit etwas Öl und Balsamicoessig beträufeln und ganz leicht salzen.

Den Salat auf Tellern verteilen, die Rehtranchen darauflegen, salzen und pfeffern. Die Orangenfilets darüber verteilen und alles mit dem Konfetti bestreuen. Anschließend mit Kürbiskernöl beträufeln.

Alexander Herrmann am 11. November 2017

Blumenkohl-Creme-Suppe mit Blumenkohl-Röschen und Pesto

Für zwei Personen

Für die Suppe:

1 Blumenkohl	1 Zwiebel	400 ml trockener Weißwein
400 l Gemüsefond	250 ml Sahne	100 g Butter
50 g Mehl	Salz	Pfeffer

Für das Pesto:

100 g gehobelte Mandeln (geschält)	1 Limette	½ Bund glatte Petersilie
100 ml Rapsöl	Salz	Pfeffer

Den Ofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Für die Suppe Mehl mit zimmerwarmer Butter verkneten und kalt stellen. Blumenkohl in feine Röschen schneiden, putzen und etwa 100 Gramm feine Röschen in einer Pfanne mit einer Flocke Butter braun braten, mit einer Prise Salz abschmecken und beiseite stellen.

Die Zwiebel abziehen, in grobe Würfel schneiden, in einem Topf mit Butter anschwitzen, die restlichen Blumenkohlröschen grob gehackt zugeben, kurz mit anschwitzen, mit Weißwein ablöschen und reduzieren lassen. Anschließend mit Fond und Sahne auffüllen, aufkochen, bei mittlerer Hitze den Blumenkohl darin weich köcheln, mit einem Stabmixer fein mixen und mit etwas Mehlbutter binden. Die Mehlbutter muss in die kochende Flüssigkeit eingerührt werden. Für das Pesto die gehobelten Mandeln in einer Auflaufform im vorgeheizten Ofen circa acht Minuten leicht hellbraun rösten und abkühlen lassen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und einige Blätter von den Stielen zupfen, zusammen mit Mandeln, Rapsöl und Limettenabrieb in einen hohen Becher füllen, mit Hilfe eines Stabmixers zu einem Pesto verarbeiten und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Blumenkohlröschen in tiefen Tellern anrichten, die aufgemixte Cremesuppe darüber gießen und mit zwei Teelöffeln Pesto beträufeln.

Alexander Herrmann am 25. Februar 2016

Burrata-Brotsalat

Für zwei Portionen

3 Burrata-Mozzarella	6 Strauchtomaten	1 Bund Frühlingslauch
1 Bund Basilikum	1 Bund Thymian	1 Focaccia
200 g Kalamata-Oliven	2 EL alter Aceto Balsamico	1 Knoblauch
5 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Die Focaccia in fingerdicke Würfel schneiden und in dem Olivenöl in einer Pfanne rösten. Den Knoblauch kleinschneiden und zusammen mit dem Thymian dazugeben. Den Burrata auf einem Teller mit Hilfe von zwei Löffeln auseinander ziehen und in kleine Stücke teilen. Die geröstete Focaccia aus der Pfanne nehmen. Den Frühlingslauch klein schneiden und in die Pfanne, in der vorher die Focaccia geröstet wurde, geben. Die Tomaten vom Strunk befreien, abziehen, vierteln und dazugeben. Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen und die Nadeln über den Lauch und die Tomaten streuen. Die Basilikumblätter mit etwas Olivenöl und Salz in einem Mörser zerreiben. Den Burrata auf einem Teller anrichten, salzen und pfeffern. Die Focaccia dazulegen und Thymian drüber streuen. Die Tomaten und den Frühlingslauch anrichten. Die Kalamata-Oliven hinzufügen. Das Ganze mit Balsamico und dem selbsthergestellten Basilikumöl begießen.

Alexander Herrmann am 09. April 2015

Feldsalat mit Speckchips und gebratenen Birnen-Spalten

Für zwei Personen

Für den Feldsalat:

150 g Feldsalat	2 Zitronen	1 EL helle Sojasauce,
1 EL Wasser	kaltgepresstes Rapsöl	Zucker, Salz, Pfeffer

Für die Speckchips:

6 Sch. Frühstücksspeck

Für die Birnenspalten:

2 Birnen	2 EL Mandeln, gehobelt	1 EL Butter
Rapsöl, kaltgepresst	Salz	Pfeffer

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Die Speckscheiben nebeneinander auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und im Backofen etwa zwölf Minuten zu knusprigen Chips ausbacken. Anschließend aus dem Ofen nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Die Birnen schälen, achteln und dabei das Kerngehäuse entfernen. Anschließend in einer heißen Pfanne mit ein wenig Öl hellbraun anbraten, die Mandelblättchen und die Butter zugeben, kurz aufschäumen lassen und die Hitze reduzieren. Unter regelmäßigem Schwenken weiterbraten, bis die Mandeln, samt Butter, hellbraun sind, mit Salz und Pfeffer abschmecken und aus der Pfanne nehmen.

Für die Vinaigrette die Zitronen halbieren und auspressen. Anschließend die Schale abreiben. Den Saft und den Abrieb der Zitronen mit Sojasauce und Wasser vermischen und mit Pfeffer und Zucker abschmecken. Das Ganze in einer großen Schüssel kräftig mit einem Schneebesen verrühren, dabei einen Esslöffel Rapsöl einlaufen lassen und mit Salz abschmecken.

Den Feldsalat waschen, trocken schleudern und mit der Vinaigrette marinieren. Nochmals abschmecken und mittig auf einem Teller anrichten. Die Birnenspalten, samt Mandelbutter darum verteilen, die Speckchips in den Feldsalat stecken und alles servieren.

Alexander Herrmann am 02. Dezember 2016

Gefülltes Carpaccio vom Rinder-Filet

Für 2 Personen

200 g Rinderfilet	$\frac{1}{2}$ Bund Rucola	2 EL alter Aceto Balsamico
50 g Parmesan	4 Kirschtomaten	1 Zitrone
50 g geröstete Pinienkerne	Olivenöl, Meersalz	Pfeffer, geschroteter Pfeffer
Frischhaltefolie		

Das Rinderfilet in circa acht, etwas dickere Scheiben schneiden. Die Frischhaltefolie mit ein wenig Öl einstreichen, die Rinderfilet-Scheiben darauf legen, mit der Folie einschlagen und vorsichtig mit einem Plattierisen (oder dem Boden eines Topfes oder einer Pfanne) plattieren. Die Kirschtomaten schälen, vom Strunk befreien und vierteln. Den Rucola waschen, trocken tupfen, samt Stielen klein schneiden, mit einer Prise Salz und wenig Pfeffer würzen und mit einigen Tropfen altem Balsamico marinieren. Den Parmesan dazu reiben und gut vermengen. Das Rindercarpaccio in Halbkugelformen legen, mit dem Rucola-Salat, je zwei Kirschtomatenvierteln sowie einigen gerösteten Pinienkernen füllen und die Enden einschlagen. Das Rindercarpaccio für circa eine Stunde im Kühlschrank kaltstellen und danach mit Hilfe eines Löffels vorsichtig aus der Form stürzen. Die Zitrone auspressen, den gleichen Teil Olivenöl zugeben, mit einem kleinen Schneebesen verquirlen und mit einer Prise Salz würzen. Die Carpaccios mit der Marinade beträufeln, auf zwei Tellern anrichten und mit etwas geschrotetem Pfeffer und Meersalz (z.B. Meersalz) bestreuen.

Alexander Herrmann am 12. Januar 2015

Gekneteter Spitzkohl-Salat mit Blutwurst und Sauerrahm

Für 4 Personen

Für den Spitzkohlsalat:

1 junger, grüner Spitzkohl	1 Bund Schnittlauch	150 g Cashewkerne, ungesalzen
200 ml Rapskernöl	100 ml Weißweinessig	Salz, Zucker, Pfeffer

Für die gebratene Blutwurst:

400 g Blutwurst	$\frac{1}{2}$ Bund Thymian	3 EL Mehl
2 EL Butterschmalz	1 EL Butter	

Für den Sauerrahm:

250 ml Sauerrahm, stichfest	2 Zitronen	4 EL scharfer Senf
-----------------------------	------------	--------------------

Salz, Pfeffer

Für den Spitzkohlsalat:

Die äußeren Blätter vom Spitzkohl entfernen, diesen vierteln, den Strunk rauschneiden und in möglichst feine Streifen schneiden. Mit einer Prise Salz und Zucker vermengen und im Anschluss kräftig mit den Händen kneten.

Die Cashewkerne in einer Auflaufform im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad Umluft für 10-12 Minuten hellbraun rösten, herausnehmen und grob zerstoßen.

Den Schnittlauch fein schneiden. Den gekneteten Kohl mit Schnittlauch, Rapsöl und Weißweinessig vermengen, ggf. mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken und kurz ziehen lassen. Zuletzt die gerösteten Cashewkerne unterheben.

Für die gebratene Blutwurst:

Thymianblättchen von den Zweigen zupfen. Die Blutwurst in ca. 1 cm dicke Tranchen schneiden, in Mehl wenden und in einer großen Pfanne mit heißem Butterschmalz von beiden Seiten knusprig ausbraten. Die Butter und die Thymianblättchen dazugeben, aufschäumen lassen, herausnehmen und auf einem Küchentrepp abtropfen lassen.

Für den Sauerrahm:

Den Sauerrahm mit scharfem Senf, Zitronensaft, Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer verrühren und abschmecken.

Den Spitzkohlsalat auf den Tellern anrichten und die Blutwurst darauf legen. Den Sauerrahm nach Belieben auf die Teller geben und die restliche Butter aus der Pfanne über den Salat träufeln.

Alexander Herrmann am 21. Oktober 2017

Geschmortes Weißkraut deluxe

Für zwei Personen

½ Kopf Weißkraut	3 Schalotten	1 Chili (klein, rot)
1 Zitrone	1 Orange	½ Bund Thymian
½ Bund Schnittlauch	3 EL Butter	1 Prise Kümmelsamen
1 Prise brauner Zucker	100 g Walnüsse (geschält)	50 ml Weißweinessig
100 ml Rapsöl (kaltgepresst)	50 ml Walnussöl	Meersalz, Pfeffer

Die Walnüsse in einer Auflaufform oder auf einem Backblech im Ofen bei 160 Grad Umluft fünf bis acht Minuten leicht rösten, abkühlen lassen und mit einem Messer grob hacken. Das Weißkraut in Spalten schneiden (je nach Größe des ganzen Kopfes etwa Achtel oder Zwölftel) und dabei nur so viel vom Strunk entfernen, dass die Spalten beim Braten nicht auseinander fallen. Die Schalotten schälen und sechsteln sowie die Chilischote längs einritzen. Die Butter in einer großen Pfanne aufschäumen lassen, die Weißkrautspalten nebeneinander hineinlegen (pro Person ein bis zwei Spalten), die Schalottensechstel und die Chilischote zugeben und mit einer Prise Kümmelsamen bestreuen. Zwei Streifen Zitronenschale sowie vier Streifen Orangenschale, den Thymian und eine Prise braunen Zucker zugeben, mit einem Deckel verschließen und bei mittlerer bis schwacher Hitze schmoren. Wenn das Kraut fast gar und die Unterseite braun geröstet ist, den Deckel abnehmen, das Kraut wenden und von der anderen Seite ebenfalls rösten. Den Deckel jetzt nicht mehr darauf setzen, damit die überschüssige Flüssigkeit verdampfen kann. Den Essig, das Rapsöl und das Walnussöl mit einem Schneebesen in einer Schüssel gut verrühren, mit einer großen Prise Salz und etwas schwarzem Pfeffer abschmecken und so lange weiter rühren, bis sich das Salz im Essig aufgelöst hat. Anschließend die gehackten Walnüsse zugeben. Das geschmorte Kraut samt den Zwiebelspalten auf zwei Tellern anrichten, mit einer Prise frischem Meersalz bestreuen, mit der Walnussvinaigrette beträufeln und mit einigen Schnittlauchspitzen garnieren.

Alexander Herrmann am 29. Januar 2015

Gratinierte Salsiccia-Aubergine

Für zwei Personen

1 Aubergine	1 Zwiebel	3 Salsiccia
1 Zweig Rosmarin	2 EL Crème-fraîche	4-5 EL Semmelbrösel
100 g Parmesan	Olivenöl	1 Prise Raz el Hanout
schwarzer Pfeffer	Meersalz	

Die Aubergine in etwa einen Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Eine der Schnittflächen leicht mit einem Messer einritzen und mit einer Prise Meersalz einreiben. Die Aubergine in einer Pfanne ohne Fett von beiden Seiten anrösten und herausnehmen. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden, die Salsiccia-Würste pellen und grob schneiden und die Rosmarinnadeln vom Zweig zupfen und ganz fein hacken. Die Zwiebelwürfel in einer Pfanne mit etwas Olivenöl anschwitzen. Die Salsiccia zugeben, gut anbraten, durchschwenken und in eine Schüssel geben. Anschließend mit je einer Prise Pfeffer und Raz el Hanout würzen, die gehackten Rosmarinnadeln, die Crème Fraîche und die Semmelbrösel unterrühren (die Masse sollte die Konsistenz eines Kartoffelpürees haben) und ggf. nochmals mit einer kleinen Prise Salz abschmecken. Die Auberginenscheiben, mit den eingeritzten Schnittflächen nach oben, nebeneinander in eine Auflaufform setzen, jede Scheibe mit einer „Salsiccia-Haube“ versehen und mit wenig frisch geriebenem Parmesan bestreuen. Die Auflaufform auf der mittleren Schiene in den auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorgeheizten Backofen schieben. Den Ofen auf 240 Grad Grillfunktion einstellen und circa fünf bis zehn Minuten gratinieren.

Alexander Herrmann am 18. Februar 2015

Grüne Gazpacho mit Joghurt-Schaum und Thymian-Croûtons

Für zwei Personen

Für die Gazpacho:

2 grüne Paprika	2 Salatgurken	1 Avocado
1 Knoblauchzehe	2 Limetten	75 ml Gemüsefond
2 Zweige Minze	Cayennepfeffer	Salz

Für den Joghurtschaum:

250 g Naturjoghurt	2 Limetten	Salz
--------------------	------------	------

Für die Croûtons:

2 Scheiben Toast	1 Knoblauchzehe	2 EL Butter
$\frac{1}{2}$ Bund Thymian		

Für die Gazpacho Avocado halbieren, Kern entfernen und das Fruchtfleisch aus der Schale lösen. Knoblauch häuten. Paprika und Gurken mit einem Sparschäler schälen, die Kerne und Strunk entfernen und das Fruchtfleisch zusammen mit dem Avocadofruchtfleisch fein pürieren. Gegebenenfalls etwas Gemüsefond hinzugeben, falls die Gazpacho zu dick sein sollte. Limette auspressen. Gazpacho mit Salz, Limettensaft und Cayennepfeffer kräftig abschmecken.

Für den Joghurtschaum Schale von zwei Limetten abreiben. Joghurt mit Salz und Limettenarabieb abschmecken und schaumig aufmixen.

Für die Croutons Rinde vom Toastbrot entfernen und das Brot in feine Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, Toastwürfel, die angedrückte Knoblauchzehe zugeben. Thymianblättchen von den Zweigen zupfen ebenfalls dazugeben. Die Croutons langsam knusprig braten. Anschließend auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Die Gazpacho in einen tiefen Teller füllen, mit Joghurtschaum beträufeln, die lauwarmen Croutons darauf verteilen und mit in feine Streifen geschnittener Minze dekorieren und servieren.

Alexander Herrmann am 05. August 2016

Hamachi-Ceviche mit gebackenem Wan Tan

Für vier Personen

Für das Hamachi-Ceviche:

600 g Hamachi-Filet	2 Zwiebeln	1 EL Sesam, geschält
2 Limetten	1 Knoblauchzehe	1 TL Chiliflocken
$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	2 EL bestes Olivenöl	Salz

Für den gebackenen Wan Tan:

150 g Butterschmalz	8 Blatt Wan Tan Teig
---------------------	----------------------

Für das Hamachi-Ceviche:

Das Hamachi-Filet in 3-4 mm dicke Tranchen schneiden.

Die Zwiebeln in dünne Streifen schneiden und in kochendem Salzwasser für 10 Sekunden kurz blanchieren, abgießen und abkühlen lassen. Sesam in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Die Zwiebeln können alternativ auch in der Pfanne mit dem Sesam angeschwitzt werden.

Die Schale der Limette mit einer feinen Reibe abreiben und den Saft auspressen. Den Koriander fein hacken.

Den Knoblauch mit Olivenöl mit dem Pürierstab zu einem Knoblauchöl mixen.

Die Hamachi-Tranchen auf eine große Porzellanplatte geben und zunächst mit Salz würzen.

Anschließend Zwiebeln, Sesam, Limettensaft und -abrieb sowie Knoblauchöl, Chiliflocken und Koriander zugeben.

Alles einmal gut durchmischen und zwei bis drei Minuten ziehen lassen. Erneut abschmecken und zum Schluss etwas Olivenöl zugeben.

Für den gebackenen Wan Tan:

Das Butterschmalz in einem Topf erhitzen, die Wan-Tan-Blätter einzeln darin frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Zum Anrichten das Hamachi-Ceviche erneut abschmecken (es soll eine gute Säure und Schärfe haben) und die Hamachi-Scheiben einzeln, dekorativ auf einer Platte oder einem großen Teller anrichten. Mit der Marinade beträufeln, und grob zerbrochene Wan-Tan-Chips dekorativ dazwischen stecken. Mit frischen Kräutern ausgarnieren.

Alexander Herrmann am 15. Juli 2017

Jakobsmuscheln, Zitronen-Mandel-Vinaigrette, Spargel

Für zwei Personen

Für die Jakobsmuscheln:

4 ausgelöste Jakobsmuscheln	2 Zitronen	3 EL Pflanzenöl
Piment-d'Espelette	Meersalz	

Für die Vinaigrette:

2 Schalotten	1 Zitrone	2 EL Mandelblättchen
50 ml Gemüsefond	$\frac{1}{2}$ Bund Kerbel	100 ml Olivenöl
Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

Für den Spargel:

5 Stangen grüner Spargel	3 EL Butter	Salz
--------------------------	-------------	------

Für die Jakobsmuscheln diese waschen, trockentupfen und mit einem scharfen Messer, je nach Größe, in 2 bis 3 Scheiben schneiden. Anschließend nebeneinander auf ein leicht geöltes Blech legen, die Oberseite mit einem Bunsenbrenner abflämmen, mit wenig Öl einpinseln und mit Fleur de Sel, Piment d'Espelette und Zitronenabrieb abschmecken.

Für die Vinaigrette Schalotten abziehen, in feine Würfel schneiden, zusammen mit den Mandelblättchen in einer Pfanne mit einem Schuss Pflanzenöl hellbraun rösten, mit etwas Gemüsefond ablöschen, aufkochen und zur Seite stellen. Anschließend das Olivenöl einrühren und mit Salz, Pfeffer sowie Abrieb und Saft der Zitrone abschmecken.

Das untere Drittel vom Spargel abschneiden und beiseitelegen. Spargel nun mit einem Sparschäler wenige Zentimeter schälen. Butter in einer großen Pfanne aufschäumen lassen, Spargel hineingeben, langsam von allen Seiten in der schäumenden Butter braten und mit etwas Salz abschmecken.

Einige Korbelspitzen zupfen und bis zum Anrichten in etwas Eiswasser legen. Den restlichen Kerbel waschen, trocken schütteln, fein schneiden und unter die Vinaigrette rühren.

Zum Anrichten 4 Stangen Spargel parallel nebeneinander auf den Teller legen, geflammte Jakobsmuscheln darauf setzen, Zitronen-Mandel-Vinaigrette großzügig darüber träufeln und mit gezupften Korbelspitzen dekorieren. Zusammen servieren.

Alexander Herrmann am 09. September 2016

Kalb-Zunge mit Nuss-Brot-Schmelze, Kürbis, Curry-Milch

Für 4 Personen

Für die Kalbszunge:

1 gekochte Kalbszunge 250 ml Kalbsbrühe Zitronenschale
½ Bund Thymian 4 EL Butter

Für die Nuss-Brotschmelze:

3-4 EL Erdnüsse 200 g Panko

Für den Kürbis:

1 Hokkaidokürbis, klein 4 Schalotten 1 EL Honig
1 Prise Cayennepfeffer

Für die Currymilch:

0,5 L Milch 1 EL Curry Salz
Macadamianüsse

Für die Kalbszunge:

Die Kalbszunge in zwei bis drei Stücke zerteilen, in der Kalbsbrühe mit Zitronenschale und etwas von dem Thymian vorsichtig lauwarm erwärmen, herausnehmen abtropfen lassen. Anschließend in fingerdicke Tranchen schneiden und in Butter und dem restlichen Thymian von beiden Seiten leicht braun anbraten.

Für die Nuss-Brotschmelze:

Währenddessen alle Nüsse in einer Auflaufform im Backofen bei 160 Grad Umluft braun rösten und anschließend grob zerstoßen. Dann mit der restlichen Butter und dem Panko in der Pfanne zu einer Brösel-schmelze rösten.

Für den Kürbis:

Den Kürbis schälen und in 1x1 cm große Würfel schneiden. Die Schalotten schälen und fein schneiden. Zunächst die Schalotte in etwas Fett anschwitzen, anschließend den Kürbis dazugeben. Etwas von der Brühe angießen und mit geschlossenem Deckel dünsten. Anschließend mit Salz, Cayennepfeffer und etwas Honig abschmecken. Nicht zu viel Brühe dazugeben, lieber erst weniger und bei Bedarf immer wieder etwas angießen.

Für die Currymilch:

Die Milch erwärmen, nicht kochen, mit Salz und Curry abschmecken und mit dem Pürierstab fein schaumig aufschlagen.

Den geschmorten Kürbis auf einem Teller anrichten, die Kalbszunge darauf setzen, mit der Nuss-Brotschmelze bestreuen und die schaumige Currymilch um den Kürbis herumträufeln. Etwas von der Macadamianuss darüber raspeln.

Alexander Herrmann am 14. April 2018

Kaninchen-Frikassee im Blätterteig-Törtchen

Für zwei Personen

2 Blätter Blätterteig	3 Kaninchenrücken	3 Stangen Spargel (weiß)
3-4 Champignons (weiß)	1 Zitrone	2 Zweige Estragon
250 ml Sahne	1 Ei	4 EL Butter
2 EL Mehl	Zucker	Salz

Zwei unterschiedlich große, runde Teig-Ausstecher in heißem Wasser temperieren.

Vom Blätterteig je eine große „Bodenplatte“ und einen „Ring“ ausstechen. Den Boden mehrmals mit einer Gabel einstechen, mit Eigelb einpinseln, den Ring darauf setzen, ebenfalls mit Eigelb einpinseln und auf ein mit Backpapier vorbereitetes Blech legen. Anschließend im vorgeheizten Backofen bei 210 Grad Ober-/Unterhitze circa 15 Minuten zu knusprigen Blätterteig-Törtchen backen. Der Rand geht dabei aufgrund des aufgeklebten Teig-Rings höher auf, und der Blätterteig kann somit später gefüllt werden.

Zwei Esslöffel Butter und zwei Esslöffel Mehl zusammen verkneten.

100 ml der Sahne aufschlagen und bis zur Verwendung kühl stellen.

Den Spargel schälen und die Enden abschneiden. Etwas Wasser mit je einer Prise Salz und Zucker in einem Topf aufkochen lassen, die Spargelschalen und die Abschnitte hinein geben (die Wassermenge sollte die Spargelreste gerade bedecken) und circa zwei Stunden ziehen lassen. Anschließend durch ein Sieb passieren, die restliche Sahne zugeben, aufkochen und mit der Mehlbutter binden.

Die Champignons putzen und vierteln (große Pilze sechsteln), den Kaninchenrücken in kleinere Stücke, bzw. Würfel schneiden und die Spargelstangen ähnlich klein schneiden. Zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, die Kaninchenrücken hineingeben und durchschwenken. Den Spargel und die Champignons zugeben, alles anbraten, mit einer Prise Salz würzen und in die Spargelsauce geben. Das Frikassee mit etwas Abrieb und Saft einer Zitrone, einer Prise Salz und dem frisch geschnittenem Estragon abschmecken.

Zwei Esslöffel geschlagene Sahne unter das Frikassee heben, in die Blätterteig-Törtchen füllen und sofort servieren. Das restliche Frikassee in einer Schüssel auf dem Tisch stellen (wenn das Frikassee vollständig in Blätterteig-Törtchen gefüllt werden soll, müssen mehr Törtchen gebacken werden).

Alexander Herrmann am 30. März 2015

Karotten-Tatar, Eigelb, Morcheln und Zitronen-Panko

Für zwei Portionen

4 Karotten	6-8 Champignons	1 Limette
3 Schalotten	2 EL Kapern (Glas)	$\frac{1}{2}$ Liter Karottensaft
$\frac{1}{4}$ Liter Wasser	500 ml Gemüsebrühe	2 Eigelb
1 EL Senf	4 EL Schmand	1 Prise Cayenne
4 EL Panko	frische Kräuter	1 Schuß Himbeeressig
Olivöl	Pflanzenöl	Meersalz
Pfeffer		

Die Gemüsebrühe in einen Topf füllen und auf dem Herd auf 61°C erhitzen. (Mit einem Thermometer kontrollieren.)

Die Eier trennen, die Eiweißreste um das Eigelb vorsichtig in kaltem Wasser entfernen und die Eigelbe in die 61°C heiße Brühe legen. Anschließend mit einem Deckel verschließen, in den auf 61°C Umluft vorgeheizten Backofen stellen und zwei Stunden garen (confieren).

Das Panko in einem Topf mit Pflanzenöl, bei mittlerer Hitze, unter ständigem Rühren, goldbraun rösten, anschließend abtropfen lassen, auf Küchenkrepp entfetten und mit Salz und Limettenarabieb abschmecken.

Die Kapern unter fließendem Wasser abspülen, abtropfen lassen und grob hacken.

Den Karottensaft in einen Topf füllen, mit Wasser mischen, mit Himbeeressig und einer Prise Salz abschmecken und aufkochen.

Nun die Karotten schälen, grob zerschneiden, bei schwacher Hitze im Karottensud weich köcheln, anschließend heraus nehmen, abtropfen lassen, in eine Schüssel füllen und mit einem Kartoffelstampfer grob zerdrücken oder durch den Fleischwolf drehen.

Die Schalotten schälen, in Würfel schneiden, in kochendem Wasser blanchieren, kalt abschrecken und zusammen mit den klein gehackten Kapern zu den Karotten geben. Anschließend mit Meersalz, Senf, Cayenne, Himbeeressig und einem kleinen Schuss Olivenöl abschmecken.

Die Champignons putzen, halbieren, in einer Pfanne ohne Fett anbraten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Schmand ebenfalls mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Karottentatar auf zwei Tellern anrichten, je ein bis zwei Esslöffel Panko darauf verteilen, vorsichtig je ein confiertes Eigelb darauf setzen, mit einer Prise Meersalz bestreuen, gebratene Champignonhälften darum verteilen und mit einigen Tupfern Schmand und etwas Kräutern garnieren.

Alexander Herrmann am 21. April 2015

Knuspriges Sushi à la Forelle Blau

Für 2 Personen

200 g Eismeerforellenfilet	2 Zweige Dill	40 ml Weißwein
40 ml Weißweinessig	70 g Isomalt-Zucker	100 g gepuffter Reis
100 g Sahnemeerrettich	6 Perlzwiebeln (aus dem Glas)	1 EL Blausud-Gewürz
200 g Butterschmalz	Meersalz	

Das Butterschmalz in einem Topf erhitzen und den Parboiled Reis wenige Sekunden darin fritieren. (Sobald die Reiskörner aufpuffen, müssen sie aus dem Fett geholt werden, da sie sonst zu dunkel werden.) Anschließend auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Den Weißwein, den Essig und den Isomalt-Zucker in einem Topf zusammen aufkochen lassen. Sobald der Isomalt-Zucker anfängt zu karamellisieren, den Reis zugeben, rasch verrühren, mit einer Prise Salz würzen und auf ein auf etwa 60°C vorgewärmtes Backblech geben. (Die Masse lässt sich nur gut verarbeiten, solange sie warm ist.)

Aus dem Reis kleine Nocken (wie man es von Sashimi kennt) formen, etwas zusammenpressen und abkühlen lassen. (Hierfür ist es empfehlenswert zwei Paar Gummihandschuhe übereinander zu tragen, da die Masse noch sehr warm ist.)

Die Eismeerforelle in Tranchen schneiden, die Spitzen vom Dill abzupfen und die Perlzwiebeln in feine Ringe (Scheiben) schneiden.

Etwas Sahnemeerrettich auf die knusprigen Reis-Nocken verteilen, je zwei Tranchen der Forelle darauf legen, mit einer Prise Blausud-Gewürz und evtl. einer kleinen Prise Meersalz bestreuen, anschließend mit einem Tupper Sahnemeerrettich, Perlzwiebelringen und frischem Dill garnieren.

Alexander Herrmann am 20. April 2015

Krabbenbrot - pochierte Wachteleier mit Nordseekrabben

Für zwei Portionen

4 Scheiben Tramezzini	8-10 Wachteleier	6 EL Nordseekrabben
1 Schalotte	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	1 Zitrone
100 g Sauerrahm	Salatspitzen	Olivenöl
Rapsöl	Weißweinessig	Salz
schwarzer Pfeffer		

Aus jeder Scheibe Tramezzini zwei gleich große, runde Scheiben ausstechen, in einer Pfanne mit etwas Olivenöl von beiden Seiten hellbraun braten und auf Küchentrepp abtropfen lassen.

Die Schalotte schälen, in feine Würfel schneiden, wenige Sekunden in kochendem Wasser blanchieren, anschließend sofort kalt abschrecken und abtropfen lassen. Schnittlauch in feine Ringe schneiden.

Die Krabben kurz unter fließendem Wasser abspülen und in eine Schüssel geben. Einen Esslöffel blanchierte Schalottenwürfel und die Schnittlauchröllchen unterrühren und mit einigen Spritzern Saft und etwas Abrieb einer Zitrone, sowie Salz und schwarzem Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Die Wachteleier vorsichtig aus den Schalen lösen und in eine kleine Schüssel geben. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, einen großen Schuss Essig hineinlaufen lassen, mit einem Kochlöffel oder Schneebesen stark rühren, bis ein Strudel in der Topfmitte entsteht und die Wachteleier einlaufen lassen. Anschließend den Topf vom Herd nehmen und die Wachteleier im nicht mehr kochenden Wasser gar ziehen lassen.

Die Salatspitzen mit einer kleinen Prise Salz und etwas Rapsöl marinieren. In die Mitte zweier Teller je einen kleinen Klecks Sauerrahm geben und je eine Scheibe geröstetes Tramezzini darauf setzen. Das Brot mit etwas Sauerrahm bestreichen, einige Salatspitzen darauf verteilen und je einen großen Löffel marinierte Krabben darauf setzen.

Anschließend erneut eine Schicht Brot, etwas Sauerrahm, Salat, Krabben und Eier darauf setzen. Zuletzt mit einigen Salatspitzen oder frischen Kräutern garnieren und sofort servieren.

Alexander Herrmann am 25. März 2015

Lauwarmes Doraden-Carpaccio mit Spitzkohl und Papaya

Für zwei Personen

2 Doradenfilets	2 Scheiben Parmaschinken	1 Papaya
1 Zitrone	4-6 Blätter Spitzkohl	$\frac{1}{2}$ Bund Thymian
1 Knoblauchzehe	100 ml Olivenöl	Quatre Epices
Meersalz	Pfeffer	

Die Spitzkohlblätter kurz in kochendem Salzwasser blanchieren und anschließend sofort in Eiswasser abschrecken. Die Spitzkohlblätter gut abtropfen lassen, flach zwischen zwei Lagen Küchenkrepp ausbreiten und mit einem Nudelholz vorsichtig die Restfeuchtigkeit heraus rollen. Den Knoblauch schälen, klein schneiden und zusammen mit dem Thymian und dem Schinken in einen kleinen Topf geben. Den Topf mit Olivenöl auffüllen bis die Zutaten bedeckt sind und langsam erhitzen. Die Papaya schälen, dabei die Kerne mit einem Löffel herauskratzen und das Fruchtfleisch in Dreiecke schneiden. Die Papayastücke in eine Schüssel geben und mit etwas Meersalz, Pfeffer, Zitronenabrieb und zwei bis drei Esslöffel des aromatisierten Öls marinieren. Eine Pfanne ohne Fett erhitzen, den trockenen Spitzkohl flach hineinlegen, von beiden Seiten rösten und mit einer Prise Quatre Epices würzen. Die Doradenfilets in etwa 2 bis 4 Millimeter dünne Scheiben schneiden und dabei von der Haut lösen. Einen Teller mit etwas Öl bestreichen, den Fisch flach darauf verteilen und großzügig mit dem warmen, aromatisierten Olivenöl beträufeln. (Wer den Fisch etwas weiter gegart haben möchte, zieht den Teller straff mit Frischhaltefolie ab und stellt ihn etwa fünf bis zehn Minuten in den auf 70 Grad Umluft vorgeheizten Backofen, dann wird der Fisch schonend gegart). Anschließend mit einer Prise Meersalz bestreuen und mit etwas Zitronensaft beträufeln. Zum Anrichten je zwei bis drei Blätter Spitzkohl auf zwei Tellern verteilen, die Papaya-Ecken dazwischen setzen und die marinierten Doraden-Tranchen locker über die Papaya legen.

Alexander Herrmann am 09. Februar 2015

Pesto-Tomate

Für zwei Portionen

1 Oxsenherz-Tomate	4-6 Zweige Blattpetersilie	2 Zweige Basilikum
1 Zehe Knoblauch	1 Zitrone	2 EL Pinienkerne
1 Scheibe Toastbrot	50-100 g Parmesan (am Stück)	Rapsöl, Olivenöl
Meersalz		

Die Pinienkerne auf einem Blech im Backofen, bei 160 °C Umluft, circa zehn bis zwölf Minuten hellbraun rösten.

Vom Toastbrot die Rinde entfernen, das Brot in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit Rapsöl, bei mittlerer Hitze, von allen Seiten knusprig braun braten. Anschließend auf Küchenkrepp abtropfen lassen und die Croûtons mit einer kleinen Prise Salz würzen.

Die Petersilienblättchen von den Zweigen zupfen und zusammen mit einer Prise Meersalz und drei dünnen Scheiben Knoblauch in einem Mörser zerreiben. Anschließend einen Schuss Olivenöl zugeben und das Ganze zu einem aromatischen Petersilienöl verreiben.

Die Oxsenherztomate in zwei daumendicke Scheiben schneiden und dabei „Boden“ und „Deckel“ der Tomate entfernen. Die Tomatenscheiben in eine heiße Pfanne ohne Fett legen und von beiden Seiten rösten.

Je eine geröstete Tomatenscheibe auf jeden Teller setzen, mit einer Prise Meersalz bestreuen, etwas Zitronenschale darüber reiben und mit Pinienkernen, sowie Croûtons bestreuen. Das Petersilienöl großzügig um die Tomatenscheibe träufeln.

Die Basilikumblättchen von den Zweigen zupfen, mit einer kleinen Prise Salz, sowie einigen Tröpfchen Olivenöl marinieren und den Basilikum-Salat mittig auf den Tomatenscheiben anrichten. Mit einem Sparschäler dünne Streifen vom Parmesan abziehen und die „Pesto-Tomate“ damit bestreuen.

Alexander Herrmann am 07. Mai 2015

Räucherlachs-Praline im Schüttelbrot-Mantel

Für zwei Personen

400 g Räucherlachs	2-3 Scheiben Schüttelbrot	1 TL Ricotta
1 EL Sahnemeerrettich	1 EL grober Senf	1 EL Honig
2 EL Pinienkerne	Salz	schwarzer Pfeffer

Die Pinienkerne in einer Auflaufform im Backofen bei 160 Grad Umluft circa acht Minuten hellbraun rösten, anschließend herausnehmen und abkühlen lassen. Das Schüttelbrot in einer Küchenmaschine fein mixen und in einen tiefen Teller schütten. Den Räucherlachs fein schneiden und in eine Schüssel füllen. Den Ricotta, den Sahnemeerrettich, den Senf, den Honig und die gerösteten Pinienkerne zugeben, gut vermischen und mit dem schwarzem Pfeffer sowie einer kleinen Prise Salz abschmecken. Anschließend gleich große Pralinen aus der Lachsmasse formen (wenn die Masse nicht gut genug halten sollte, für circa 20 Minuten in den Kühlschrank stellen und dann zu Pralinen formen), in den Schüttelbrot-Bröseln wälzen und zusammen mit frischen Blattsalaten servieren.

Tipp:

Die Pralinen können sehr gut vorbereitet werden, wenn für mehrere Gäste gekocht wird. Im Brot sollten sie allerdings erst kurz vor dem Servieren gewälzt werden, damit der „Schüttelbrot-Mantel“ schön knusprig bleibt.

Alexander Herrmann am 19. Februar 2015

Roh marinierter Lachs Ceviche mit Kräuter-Pesto

Für zwei Personen

300 g Lachsfilet	2 Limetten	2 Schalotten
1 Zehe Knoblauch	1 Zweig Kerbel	1 Zweig Estragon
$\frac{1}{4}$ Bund Blatt Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum	2 EL Kürbiskerne
2 EL Pinienkerne	1 Handvoll Wildkräuter	Olivenöl
Piment-d'Espillette	Meersalz	

Die Schalotten schälen, in feine Streifen schneiden und in kochendem, leicht gesalzenem Wasser blanchieren. Die Schalotten kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Die Pinien- und Kürbiskerne im Backofen bei circa 160°C Umluft etwa zehn bis zwölf Minuten hellbraun rösten (die Kürbiskerne sind fertig geröstet, wenn sie sich leicht aufblähen).

Den Lachs in dickere Scheiben (circa acht Scheiben pro Person) schneiden, mit dem Saft der Limetten beträufeln und mit etwas Meersalz und Espillette-Chili bestreuen.

Die Knoblauchzehe in dünne Scheiben schneiden, dazwischen setzen, die blanchierten Schalottenstreifen darauf setzen und etwa zehn Minuten marinieren lassen.

Die Blätter von Basilikum, Estragon, Kerbel und Blatt Petersilie von den Zweigen zupfen und mit einer Prise Meersalz im Mörser verreiben. Anschließend etwas Olivenöl zugeben und zu einem aromatischen Öl verreiben.

Den Lachs auf zwei Tellern anrichten, mit dem Kräuteröl beträufeln, mit den gerösteten Kernen bestreuen und die Wildkräuter darauf setzen.

Alexander Herrmann am 05. März 2015

Roh mariniertes Damwild mit süß-sauren Pilzen

Für vier Personen

Für das Damwild-Tatar:

400 g Damwildrücken, ausgelöst 1 EL Butter 5 Wacholderbeeren
1 Zitrone 80 g Macadamia-Nüsse

Für die süß-sauren Pilze:

15 braune Champignons 1 TL brauner Zucker 1 EL sämiger Aceto Balsamico
2 Zweige Thymian 1 EL Macadamia-Öl 0,1 l Brühe
0,1 l Olivenöl Salz, Pfeffer 1 grüner Apfel
2 EL Crème-fraîche 1 TL Brotgewürz

Den Damwildrücken in feine Würfel schneiden.

Die Butter in einer kleinen Pfanne mit den angedrückten Wacholderbeeren und etwas Zitronenschale einmal kräftig aufschäumen lassen, zur Seite ziehen, etwas abkühlen lassen und lauwarm unter die vorbereiteten Damwildwürfel mischen.

Die Macadamia-Nüsse in einer Auflaufform im Backofen bei 160 Grad Umluft ca. 12 Minuten hellbraun rösten.

Für die süß-sauren Pilze:

Die Champignons putzen, schneiden und vierteln, ohne Fett in eine Pfanne geben, erhitzen und von allen Seiten rösten. Anschließend den braunen Zucker, etwas Olivenöl, sowie die Thymianzweige hinzugeben, rasch durchschwenken, sofort in eine kleine Schüssel umfüllen und mit Salz, Pfeffer sowie etwas Balsamico abschmecken und mit Olivenöl und einem Schuss Macadamia-Öl (und ggf. etwas Brühe) marinieren.

Den Apfel in Würfel schneiden und unter das Tatar mischen.

Die Crème fraîche mit Salz, Pfeffer, Zitronenabrieb, Brotgewürz anrühren und abschmecken.

Das Tatar auf einem Teller anrichten und mit den Champignons und der Crème fraîche garnieren.

Die Macadamia-Nüsse mit einer feinen Reibe darüberspeln.

Alexander Herrmann am 08. April 2017

Roher Carabinero mit Spargel-Salat, Safran-Vinaigrette

Für zwei Personen

2-4 Carabineros	1 Bund weißer Spargel	1 Zitrone
2 Limetten	2 Schalotten	1 g Safranfäden
100 g Sauerrahm	100 ml Olivenöl	50 ml Spargelessig
1 Schälchen Kresse	Cayennepfeffer	Zucker, Meersalz

Den Spargel schälen und die holzigen Enden abschneiden. Wasser in einem Topf aufkochen, mit Salz, Zucker und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Die Spargelschalen und die Abschnitte hineingeben, vom Herd nehmen und ein bis zwei Stunden ziehen lassen. Anschließend den entstandenen Spargelfond durch ein feines Sieb passieren.

Den Spargelfond in einem Topf erhitzen, die Spargelstangen hinein geben und unterhalb des Siedepunktes bissfest ziehen lassen. Anschließend heraus nehmen und auf die Seite stellen.

Den Sauerrahm mit einer Prise Salz sowie etwas Zitronensaft abschmecken, in einen Spritzbeutel füllen und bis zum Anrichten im Kühlschrank aufbewahren.

Die Carabineros aus der Schale brechen, den Darm entfernen und mit kaltem Wasser abspülen. Dann längs halbieren, in dünne Tranchen schneiden und auf einem tiefen Teller mit etwas Limettenabrieb, Meersalz und einer Prise Cayenne würzen. Anschließend mit etwas Limettensaft beträufeln und einige Minuten stehen lassen.

Die Schalotten schälen, in feine Würfel schneiden und anschwitzen. Mit dem Spargelfond ablöschen, aufkochen und mit etwas Olivenöl, Spargelessig und Safran abschmecken. Die noch bissfesten Spargelstangen in den heißen, aber nicht mehr kochenden Sud geben und wenige Minuten ziehen lassen (bis der Spargel die gelbe Farbe des Safrans angenommen hat). Anschließend herausnehmen, längs halbieren und auf zwei Tellern verteilen.

Den Spargel-Safran-Sud mit einer Prise Salz und einem Schuss Spargelessig abschmecken und einen Schuss Olivenöl mit Hilfe eines Schneebesens hineinrühren.

Die Carabineros-Tranchen auf dem Spargel verteilen, alles mit der Spargel-Safran- Vinaigrette beträufeln, einige Tupfen Zitronen-Sauerrahm dazwischen setzen und mit frischer Kresse garnieren.

Alexander Herrmann am 17. April 2015

Rote-Bete-Suppe, Frühlingsrollen von Forelle, Meerrettich

Für zwei Personen

Für die Rote-Bete-Suppe:

4 Knollen Rote Bete	2 Zwiebeln	200 ml Sahne
400 ml Gemüfefond	Rotweinessig	1 EL brauner Zucker
1 Prise gem. Kümmel	Pflanzenöl	Salz, Pfeffer

Für die Frühlingsrollen:

4 Blatt Frühlingsrollenteig	2 Forellenfilets à 100 g	2 Forellenfilets à 75 g, geräuchert
100 g Sahnemeerrettich	1 Eiweiß	4 Zweige Dill
Butterschmalz	Salz	Pfeffer

Für die Rote-Bete-Suppe:

Die Zwiebeln abziehen, in grobe Stücke schneiden und mit wenig Öl in einem Topf anschwitzen. Die Rote Bete ebenfalls grob schneiden, zugeben, kurz mit anschwitzen, mit Fond ablöschen, einen Schuss Rotweinessig zugeben, mit Sahne bedeckt auffüllen, etwas einkochen und mit Hilfe eines Pürierstabs fein mixen.

Wenn die Suppe etwas zu dickflüssig sein sollte, mit etwas Fond und Sahne bis zur gewünschten Konsistenz auffüllen.

Anschließend mit Salz, braunem Zucker, einer kleinen Prise Kümmel und etwas Rotweinessig süß-säuerlich abschmecken.

Für die Frühlingsrollen:

Den Dill von den Zweigen zupfen und fein schneiden. Dabei einige Spitzen zur späteren Dekoration der Suppe auf die Seite legen.

Forellenfilets frisch und geräuchert in Würfel schneiden, im Verhältnis 1:1 mischen, mit Salz und Pfeffer würzen, den fein geschnittenen Dill sowie 1- 2 EL Sahnemeerrettich unterrühren. Die Ränder der Frühlingsrollenteigblätter mit Eiweiß einpinseln, längliche Bahnen der Forellenfüllung darauf geben, die Enden einschlagen, etwa fingerdick und über die gesamte Kantenlänge der Teigblätter einrollen, und in reichlich heißem Butterschmalz herausbraten.

Die Rote Bete Suppe mit einem Pürierstab schaumig aufmixen, in Suppentassen füllen, je einen Klecks Sahnemeerrettich darauf geben, mit Dillspitzen garnieren und je 2 Frühlingsrollen an den Tellerrand bzw. über die Tasse legen, sodass die Frühlingsrollen nicht in der Suppe hängen und aufweichen und servieren.

Alexander Herrmann am 04. Januar 2017

Rucola-Salat mit Champignons und Laugen-Crostini

Für zwei Personen

2 Laugenstangen	1 Bund Rucola	2 Champignons
$\frac{1}{2}$ Bund Thymian	1 Zehe Knoblauch	1 Zitrone
250 g Frischkäse	10 Scheiben Schinken	4 EL Butter
Olivenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Die Laugenstangen schräg in „dreieckige“ Stücke schneiden. Die Butter in einer großen Pfanne aufschäumen lassen und die Laugenstücke mit einer der Schnittflächen nach unten in die Pfanne setzen. Sobald die Unterseite leicht gebräunt ist, den Thymian sowie den in Scheiben geschnittenen Knoblauch zugeben und die Laugenstücke wenden. Wenn die Laugenstücke ringsum gut gebraten sind, herausnehmen und kurz auf etwas Küchenkrepp abtropfen lassen. Den Frischkäse in eine Schüssel geben und mit etwas Salz, Pfeffer sowie dem Abrieb und dem Saft einer halben Zitrone abschmecken. Den Rucola waschen, trocken tupfen und die Stiele kürzen. Anschließend in einer anderen Schüssel mit einer Prise Salz, einigen Tröpfchen Olivenöl und etwas Zitronenabrieb marinieren. Mit dem Frischkäse je einen breiten Streifen auf zwei Teller streichen, die Laugenstücke darauf setzen und den Schinken dazwischen legen. Den Rucola darauf anrichten und die Champignons dünn darüber hobeln (z.B. mit einem Trüffelhobel).

Alexander Herrmann am 16. Februar 2015

Safran-Spargel-Salat

Für zwei Personen

Für den Salat:

$\frac{1}{2}$ Kopf Salat	10 Stangen weißer Spargel	2 Zitronen
1 Orange	15 Safranfäden	

Für das Dressing:

2 Schalotten	200 g Naturjoghurt	1 EL Zucker
2 Zweige glatte Petersilie	2 Zweige Kerbel	2 Zweige Estragon
2 EL Rapsöl	1 TL feines Salz	Pfeffer

Für den Spargelsalat Wasser mit Salz und Zucker in einem großen Topf zum Kochen bringen. Spargel schälen und im Sud etwas weicher als bissfest kochen. Spargel herausnehmen, abkühlen lassen und schräg in etwa 2 cm breite Stücke schneiden. Den Sud auffangen. Schalotten abziehen, fein würfeln und in einer kleinen Pfanne mit Rapsöl anschwitzen. Etwas Spargelsud angießen, Safran zugeben und erhitzen bis sich der Safran im Sud gelöst hat. Von der Zitrone und Orange einige Zesten reißten und die Zitrone anschließend auspressen. Pfanne vom Herd nehmen, Spargelstücke hineinlegen und mit Salz, Zucker, etwas Zitronensaft und einigen Zitronen- und Orangenzesten abschmecken.

Petersilie, Kerbel und Estragon abrausen, trockenwedeln und von den Stielen zupfen. Kräuter grob hacken und mit Joghurt in einen hohen Becher geben. Joghurt mit Salz, Pfeffer, Zucker und wenig Zitronensaft abschmecken und mit einem Pürierstab schaumig aufmixen.

Den Kopfsalat waschen, trockenschleudern und in grobe Stücke reißen.

Den Kopfsalat auf Tellern anrichten, mit Kräuter-Joghurt-Schaum beträufeln und dem Safran-Spargel garnieren und servieren.

Alexander Herrmann am 13. Mai 2016

Salat von Fenchel mit Orangen-Safran-Vinaigrette

Für zwei Personen

Für den Salat:

2 Knollen Fenchel mit Grün 2 Romanasalatherzen Olivenöl, Salz

Für die Vinaigrette:

2 Orangen 2 Schalotten 1 Msp. Safranfäden

1 Prise Cayennepfeffer Weißweinessig Salz, Zucker

Fenchelgrün vom Fenchel abzupfen und auf die Seite stellen. Die Knolle längs halbieren, den Strunk etwas herausschneiden und den Fenchel quer in dünne Streifen schneiden (oder mit dem Gemüsehobel möglichst dünn aufhobeln – aber aufgrund der Verletzungsgefahr bitte nur mit Schutzhandschuhen).

Anschließend mit Salz und je einem kleinen Schuss Essig und Olivenöl marinieren und leicht mit den Händen ankneten.

Romanasalatherzen in feine Streifen schneiden, Fenchelgrün fein schneiden und beides unter den Salat mischen.

Orangen schälen, filetieren und den Saft aus dem verbliebenen Gehäuseresten pressen. Schalotten schälen, in feine Würfel schneiden, kurz in einem kleinen Topf anschwitzen, mit dem Orangensaft ablöschen, aufkochen, vom Herd nehmen, Safranfäden zugeben und ziehen lassen.

Einen Schuss Olivenöl unterrühren und mit Weißweinessig, Salz, Cayennepfeffer und ggf. einer kleinen Prise Zucker abschmecken.

Die Orangenfilets nebeneinander auf einen Teller oder in eine Auflaufform legen, mit wenig Olivenöl beträufeln und im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad Umluft zehn Minuten schmoren. Den Salat kurz vor dem Servieren mit der Vinaigrette marinieren, auf dem Teller anrichten und die Orangenfilets darauf verteilen.

Alexander Herrmann am 07. Oktober 2016

Wild

Kaninchen-Rücken mit Datteln

Für zwei Portionen

3-4 Kaninchenrücken (ausgelöst)	4 Scheiben Frühstücksspeck	6 Datteln
1 Chili (klein, rot)	2 Zweige Thymian	1 Orange
1 Zitrone	150 g Joghurt	1 EL Honig
1 EL Butter	Löwenzahn, Salz, Pfeffer	

Die Thymianblättchen von den Zweigen zupfen und die Chilischote längs einritzen.

Den Speck in breite Streifen schneiden, in eine Pfanne ohne Fett legen, auf den Herd stellen und bei mittlerer Hitze braten. Die Kerne aus den Datteln herausdrücken, das Fruchtfleisch in grobe Stücke schneiden und zum Speck in die Pfanne geben. Die Kaninchenrückenstränge in etwa ein bis zwei Zentimeter breite Stücke schneiden, mit Salz würzen, ebenfalls mit in die Pfanne geben und kurz braten.

Die Butter in der Pfanne aufschäumen lassen und die Thymianblättchen, die Chilischote und den Orangenabrieb zugeben und kurz durchschwenken. Jetzt die Pfanne vom Herd nehmen und das Ganze mit Honig, Pfeffer und gegebenenfalls einer kleinen Prise Salz abschmecken.

Den Joghurt mit Salz und Zitronensaft abschmecken und mit Hilfe eines Pürierstabes schaumig aufmixen. Einige Blätter Löwenzahn putzen, kurz unter fließendem Wasser abspülen, abtropfen lassen und je nach Größe gegebenenfalls längs halbieren.

Die Kaninchen-Dattel-Pfanne auf zwei Tellern verteilen, den Löwenzahn durch den schaumigen Joghurt ziehen, auf dem Kaninchen anrichten und servieren.

Alexander Herrmann am 04. Mai 2015

Kaninchen-Saté-Spieße

Für 2 Personen

4 Kaninchenrücken	2 Zweige Koriander (frisch)	$\frac{1}{2}$ Bund Frühlingslauch
1 Knoblauchzehe	1 Stange Zitronengras	1 rote Chilischote
1 Schuss Erdnussöl	100 g Erdnüsse (geschält)	150 g Sauerrahm
1 EL Butter	Salz	

Die Erdnüsse in einer Auflaufform oder auf einem Backblech im Backofen bei 160 Grad Umluft circa zehn Minuten rösten. Die Chilischote und die Knoblauchzehe fein schneiden und den Frühlingslauch in dünne Ringe schneiden. Den Koriander samt Stielen grob hacken. Den Sauerrahm mit einer kleinen Prise Salz abschmecken. Den Kaninchenrücken der Länge nach halbieren und auf lange Holzspieße (z.B. Schaschlik-Spieße) fädeln. Einen kleinen Schuss Erdnussöl in eine heiße, beschichtete Pfanne geben, die Kaninchenspieße hineinlegen, mit einer Prise Salz würzen und von beiden Seiten braten. Den Frühlingslauch sowie den Knoblauch mit in die Pfanne geben, anschwanken und die Pfanne auf die Seite ziehen. Die gerösteten Erdnüsse zugeben und etwas Zitronengras mit einer feinen Reibe über die Pfanne reiben. Die Butter mit in die Pfanne geben, aufschäumen lassen, den Chili und den Koriander zugeben, durchschwenken und ggf. nochmals mit einer Prise Salz abschmecken.

Serviervorschlag:

Die Kaninchenspieße überkreuzt auf zwei Tellern anrichten, je zwei Kleckse Sauerrahm dazwischensetzen und mit den Zutaten aus der Pfanne das Fleisch bestreuen.

Alexander Herrmann am 02. Januar 2015

Reh-Medaillons mit Orangen-Butter, Pilzen, Feldsalat

Für zwei Personen

Für die Medaillons:

1 Rehrücken à 400 g	1 Orange	1 TL Wildgewürz
2 EL Butter	4 EL neutrales Pflanzenöl	Salz
Pfeffer		

Für die Pilze:

300 g Champignons	200 ml Gemüsefond	25 ml Aceto Balsamico
1 EL Speisestärke	1 EL brauner Zucker	6 Zweige Thymian
1 EL Butter	Salz	Pfeffer

Für den Feldsalat:

150 g Feldsalat	1 Zitrone	3 EL Rapsöl
grobes Meersalz		

Für die Garnitur:

100 g saure Sahne	Salz	Pfeffer
-------------------	------	---------

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für den Rehrücken diesen waschen, trockentupfen und in sechs Medaillons schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und von allen Seiten in einer Pfanne mit wenig Öl anbraten. Fleisch herausnehmen, auf dem Ofengitter circa zwölf Minuten rosa garen.

Für die Pilze die Stielenden abschneiden, vierteln und in einer Pfanne hellbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Butter zugeben, aufschäumen lassen, mit braunem Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Mit Aceto Balsamico ablöschen und Gemüsefond angießen. Kurz aufkochen. Speisestärke in einer Schüssel mit kaltem Wasser anrühren und die Sauce damit binden. Thymian abbrausen, trockenwedeln, von den Zweigen zupfen und zu den Pilzen geben. Mit Aceto Balsamico und braunem Zucker süß-sauer abschmecken.

Fleisch aus dem Ofen nehmen, kurz ruhen lassen und in einer Pfanne mit aufgeschäumter Butter, Wildgewürz und Orangenabrieb schwenken. Pfanne vom Herd nehmen und die Rehmedaillons herausnehmen.

Für den Feldsalat diesen waschen, putzen und trockenschleudern. Mit Meersalz, wenig Zitronenabrieb und etwas Rapsöl marinieren.

Für die Garnitur die saure Sahne mit Salz und reichlich schwarzem Pfeffer abschmecken.

Zum Anrichten die süß-sauren Pilze in einen tiefen Teller geben, drei Reh-Medaillons darauf anrichten, mit etwas Wildgewürz-Orangenbutter beträufeln und eine Nocke Pfeffer-Sauerrahm dazusetzen. Mit dem marinierten Feldsalat garnieren und servieren.

Alexander Herrmann am 28. Oktober 2016

Wurst-Schinken

Bratwurst-Salat

Für zwei Portionen

4-6 Bratwürste, gebraten	4 Scheiben Graubrot	1 weiße Zwiebel
1 Romana-Salatherz	1 Zitrone	2 EL Senf (mittelscharf, fein)
2 EL Senf (scharf, grob)	1 Schuss Brühe	50 g Butter
Rapsöl	Weißweinessig	Zucker
Salz	schwarzer Pfeffer	1 TL Brotgewürz
2 Zweige Kerbel		

Die Butter in einem kleinen Topf auf dem Herd flüssig werden lassen. Die Brotscheiben flach nebeneinander auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, mit der Butter beträufeln und im vorgeheizten Backofen bei 160 °C (Umluft) circa 15 Minuten hellbraun rösten. Anschließend auf Küchentrepp abtropfen und abkühlen lassen. Die gerösteten Brotscheiben in einen Mixer geben, zu feinen Bröseln („Crumble“) mixen und mit dem Brotgewürz abschmecken.

Die Zwiebel schälen, in Spalten schneiden und kurz in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser blanchieren.

Den feinen Senf, den groben Senf, eine Prise Zucker und einen Schuss Brühe in einen Mixbecher geben und mit Hilfe eines Pürierstabes aufmixen. Dabei langsam Rapsöl einlaufen lassen und das Ganze zu einer cremigen Emulsion mixen.

Die Bratwürste schräg in grobe Stücke schneiden, in eine Schüssel füllen und die blanchierten Zwiebspalten zugeben. Mit Salz, Pfeffer, Essig und Zitronenabrieb abschmecken und mit einem kleinen Schuss Rapsöl marinieren.

Die Senfcreme flach auf zwei Tellern ausstreichen, großzügig mit dem knusprigen „Brotcrumble“ bestreuen und einzelne Blätter vom Romana-Salatherz kreisförmig darauf legen. Den Bratwurstsalat darauf anrichten und mit frischen Kerbel-Blättchen garnieren.

Alexander Herrmann am 15. Mai 2015

Nudel-Muffins mit Kochschinken

Für vier Stück:

250 g Makkaroni 1 TL Butter 4-6 Scheiben Kochschinken (dünn)
3 Eier (Größe M) 150 g Sahne 50 g Parmesan (frisch gerieben)
Salz

Die Makkaroni in gut gesalzenem Wasser nach Packungsanweisung al dente kochen und durch ein Sieb gießen (nicht abschrecken!). Die Nudeln aneinandergereiht auf ein Backblech legen und ausdampfen lassen. Vier Tassen oder Muffin-Förmchen mit Butter ausstreichen, den Kochschinken in die richtige Größe schneiden (knapp unterhalb des Tassenrandes) und die Tassen vollständig damit auslegen. Dabei auch den Boden der Tassen mit einem kleinen Schinkenstück belegen. Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Die ausgedampften Makkaroni nun in gleich lange Stücke (mindestens so hoch wie die Tassen, maximal einen Zentimeter länger) schneiden und eng aneinandergereiht in die Tassen stecken. Überstehende Nudeln einfach mit einer Schere abschneiden. Die Eier und die Sahne (im Verhältnis 1:1) mit einem Pürierstab mischen und mit einer Prise Salz würzen. Die Tassen mit den Nudeln zu zwei Drittel füllen, mit frisch geriebenem Parmesan bestreuen und im Backofen für 20 Minuten backen.

Tipp:

Einen frischen Kopfsalat mit Joghurtdressing zubereiten und die Nudelmuffins („Schinkennudeln“) auf Tellern mit einem Salatbett anrichten.

Alexander Herrmann am 04. Februar 2015

Schinken-Nudeln

Für 4 Personen:

250 g Penne 1 Zwiebel 150 bis 250 g Kochschinken
2 Zweige Blattpetersilie 4 EL Butter 1 EL Pflanzenöl
3 Eier Milch Salz, Pfeffer

Lassen Sie die Nudeln in gesalzenem Wasser gar (leicht bissfest) kochen. Penne kalt abschrecken, einen Löffel Öl unterrühren und vollständig abkühlen lassen.

Während die Nudeln kochen, können Sie die Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden und in einer großen, beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze in der schäumenden Butter glasig werden lassen.

Kochschinken in dünne Streifen oder kleine Würfel schneiden und zu den Zwiebeln in die Pfanne geben. Schinken ebenfalls bei mittlerer Hitze langsam anbraten.

Jetzt die Nudeln zugeben und ebenfalls bei mittlerer Hitze sanft braten. Wichtig ist, je nach Portionsgröße eine ausreichend große Pfanne oder sogar einen Bräter zu verwenden, damit man genug Fläche hat, um die Schinkennudeln schön anzubraten.

Die Petersilienblättchen von den Zweigen zupfen. Schneiden Sie auch die obere Stielhälfte in feine Scheiben (ähnlich wie Schnittlauchröllchen). Die untere Stielhälfte einfach entfernen.

Blättchen und fein geschnittene Stiele der Petersilie in die heiße Pfanne geben, unter die Nudeln schwenken und Pfanne vom Herd nehmen.

Jetzt die Eier in einer Schüssel aufschlagen, einen kleinen Schuss Milch zugeben, mit einer Gabel kräftig vermischen und direkt mit Salz und Pfeffer würzen. Alles zusammen unter die Schinkennudeln rühren und sofort servieren.

Servieren Sie dazu etwas Parmesan und frischen Feldsalat.

Alexander Herrmann am 15. März 2019

Schupfnudeln mit Kürbis-Ragout und Speck

Für zwei Personen

Für die Schupfnudeln:

4 große mehligk. Kartoffeln	3 EL Mehl	2 EL Kartoffelstärke
1 Eigelb	150 g Kürbiskerne	2 EL Butter
Mehl, Pflanzenöl, Salz		

Für das Kürbisragout:

1 Hokkaido-Kürbis	1 Zwiebel	1 Zitrone
1 Orange	500 ml Gemüsebrühe	2 EL Honig
1 Prise Cayennepfeffer	1 Msp. Curry	2 EL Speisestärke
Pflanzenöl, Salz	6 Scheiben Frühstücksspeck	2 Zweige Blattpetersilie
2 Zweige Kerbel	2 Zweige Estragon	

Kartoffeln in kochendem Wasser gar kochen, pellen und auskühlen lassen.

Die vorbereiteten Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken, 250 Gramm abwägen, mit zwei Esslöffel Mehl, einem Esslöffel Kartoffelstärke und einem Eigelb mischen und zu einem festen Teig verkneten. Den Teig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche zu Schupfnudeln rollen, in einem Topf mit kochendem Salzwasser garen, herausnehmen, abschrecken und gut abtropfen lassen.

Kürbiskerne im Mixer grob zerkleinern.

Schupfnudeln in einer Pfanne mit wenig Öl ringsum anbraten, Butter zugeben, aufschäumen lassen, Kürbiskerne zu den Schupfnudeln in die Pfanne geben und durchschwenken, bis sich die knusprigen Kürbiskernsplitter um die Schupfnudeln legen.

Speckscheiben nebeneinander auf Backpapier bzw. ein Backblech legen und bei 160 Grad Umluft zehn bis zwölf Minuten zu knusprigen Chips backen.

Kürbis schälen, Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in 1x1 Zentimeter große Würfel schneiden. Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Beides in einer Pfanne mit etwas Öl anbraten, mit einem großen Schuss Brühe ablöschen, aufkochen lassen, mit einem Deckel verschließen, vom Herd nehmen und gar ziehen lassen. Anschließend den Deckel entfernen und das Ragout mit Honig, Zitronen- und Orangenabrieb einer Prise Cayennepfeffer und einer Messerspitze Curry süßlich scharf abschmecken, den Sud aufkochen und ggf. mit wenig zuvor in kaltem Wasser angerührter Stärke leicht abbinden.

Die gebratenen Schupfnudeln samt Kürbissplittern mittig auf dem Teller anrichten, das Kürbisragout darüber geben, die Speckchips hineinstecken und mit frischen gezupften Kräutern garnieren.

Alexander Herrmann am 07. Oktober 2016

Selbstgemachte Grissini mit Paprika-Antipasti

Für zwei Personen

Für Grissini:

100 g Mehl	50 g Butter (zimmerwarm)	25 g Parmesan (fein gerieben)
1 TL Thymianblättchen	4 EL Wasser	Olivenöl, Salz

Für Antipasti

8-10 Scheiben Schinken	1 Schote Paprika (rot)	1 Schote Paprika (gelb)
2 Schalotten	1 Schote Chili (klein, rot)	1 Zweig Rosmarin
1 Zehe Knoblauch	1-2 EL alter Aceto-Balsamico	Olivenöl, Salz

Das Mehl, die Butter, den Parmesan, vier Esslöffel Wasser, eine Prise Salz sowie die Thymianblättchen rasch zu einem glatten Teig kneten. Den Teig zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und mindestens 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Vom Teig kleine Stücke abnehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu acht bis zehn bleistiftdicken Grissini-Stangen rollen. Die Grissini auf ein mit Olivenöl gefettetes Blech legen und im Ofen zehn bis zwölf Minuten knusprig backen.

Das Kerngehäuse der Paprikaschoten entfernen, die Schoten mit einem Sparschäler schälen und das Fruchtfleisch in Dreiecke schneiden.

Die Rosmarinnadeln vom Zweig zupfen, die Knoblauchzehe schälen und in feine Scheiben schneiden und die Chilischote längs einritzen.

Einen großen Schuss Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Paprika, den Knoblauch, den Rosmarin sowie den Chili zugeben, bei mittlerer Hitze langsam braten und mit einer Prise Salz abschmecken.

Das Paprika-Antipasti auf zwei Tellern anrichten, dünne Scheiben San Daniele Schinken darauf setzen, die Grissini dazwischen stecken und mit etwas altem Aceto Balsamico umträufeln.

Alexander Herrmann am 10. März 2015

Wollene Bratwürste

Für zwei Personen

3 Kalbsbratwürste	2 EL Senf (mittelscharf)	1 EL Senf (grob)
2 EL Honig	100 ml Pflanzenöl	6-8 EL Semmelbrösel
3-4 EL Butterschmalz	1 Zweig Blatt Petersilie	1 kleines Romana-Salatherz
Salz		

Die Kalbsbratwürste halbieren, den Darm vorsichtig entfernen und die Würste anschließend in den Semmelbröseln wälzen.

Das Butterschmalz in einer großen, beschichteten Pfanne erhitzen. Die Würste bei schwacher bis mittlerer Hitze darin langsam braten, bis sie innen gar und außen knusprig braun sind. Anschließend die Würste auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Den feinen und den groben Senf, sowie den Honig mit einem Schneebesen verrühren, langsam unter ständigem Weiterrühren das Pflanzenöl einlaufen, „emulgieren“ lassen und mit einer Prise Salz abschmecken.

Die Senfcreme zum Anrichten mittig auf zwei Teller streichen, die Würste schräg in dicke Stücke schneiden und auf der Senfcreme platzieren. Einige Romana- Salatblätter und etwas Blatt Petersilie dazwischen stecken (Den Salat extra zu marinieren ist nicht nötig, da dieser auch mit der Senfcreme gegessen wird. Wer dies dennoch tun möchte, kann die Salatblätter vorher kurz in eine leichte Essig-Öl- Vinaigrette tauchen).

Alexander Herrmann am 09. März 2015

Index

- 'asiatisch', 17
- 'deutsch', 17
- 'mediterran', 17

- Apfel, 11, 71
- Artischocke, 88
- Aubergine, 107
- Avocado, 25, 73, 88, 92, 108

- Beef, 64, 67
- Beeren, 7
- Blätterteig, 112
- Blumenkohl, 93, 101, 102
- Brät, 50
- Brathähnchen, 30
- Bratkartoffeln, 3, 58
- Bratklops, 40, 42, 43
- Bratwurst, 130, 134
- Brot, 102, 111, 115, 117, 119
- Butter, 80

- Carpaccio, 100, 104, 116
- Ceviche, 109, 118
- Chinakohl, 27
- Couscous, 89, 93, 101

- Doraden-Filet, 23

- Eier, 73, 88
- Eintopf, 82, 85
- Ente, 34
- Enten-Brust, 31–33
- Erbsen, 30

- Feld-Salat, 103
- Fenchel, 123
- Filet, 50, 52, 56, 65, 76, 77
- Fisch, 117
- Fisch-Filet, 114, 118, 121
- Fleisch, 53, 64, 82, 111, 112
- Fleisch-Filet, 100, 104
- Forellen-Filet, 15, 16, 27
- Frühlingsrolle, 121

- Garnelen, 84
- Geflügel, 82, 121
- Gorgonzola, 91
- Gulasch, 66
- Gurke, 64, 108

- Hähnchen-Brust, 33, 35–37
- Hühner-Brust, 31–33, 35–37
- Hackfleisch, 44
- Heidelbeeren, 7
- Heilbutt, 20, 21
- Himbeeren, 7, 10

- Jakobsmuscheln, 110

- Käse, 90, 102, 104, 107, 117, 122
- Kürbis, 2, 32, 35, 101, 111, 118, 132
- Kabeljau, 27
- Kalb, 48
- Kaninchen-Rücken, 126
- Karpfen, 22
- Kartoffeln, 2, 70, 85
- Kaviar, 25
- Kohl-Roulade, 44
- Krabben, 60
- Kuchen, 100

- Lachs, 57, 117
- Lachs-Filet, 14, 17, 23–25
- Lamm, 43
- Lauch, 40, 45, 52, 100

- Möhren, 3, 14, 66, 82, 97, 101, 113
- Müllerin, 15
- Makrele, 19
- Mandeln, 8, 11
- Mangold, 21, 53
- Maronen, 82
- Mascarpone, 9
- Matjes, 26
- Medaillons, 77
- Meeresfrüchte, 115
- mit-Alkohol, 96

Nudeln, 60, 91, 131
 Obst, 96, 97, 100, 101, 103, 106, 119, 122, 123
 Orangen, 7, 8, 11
 Paprika, 33, 65, 108, 133
 Perlhuhn-Brust, 38
 Pfeffer-Steak, 65
 Pfirsich, 8
 Pilze, 40, 41, 45, 50, 112, 113, 119, 122, 127
 Pizza, 61
 Quark, 7
 Radieschen, 37
 Reh-Medaillon, 127
 Reis, 23, 90, 114
 Rettich, 22, 23, 27, 40, 56, 76, 114, 117, 121
 Rhabarber, 10, 11
 Rinder-Hack, 40, 45
 Roastbeef, 67
 Romanesco, 72
 Rosenkohl, 85
 Rote-Bete, 90, 97, 121
 Rotkraut, 2, 31, 32, 34, 71, 100
 Roulade, 51
 Rucola, 56, 104, 122
 Saibling-Filet, 28
 Salat, 130, 134
 Sauerampfer, 52
 Sauerkraut, 77
 Schinken, 116, 122, 131, 133
 Schmarrn, 9, 10
 Schnitzel, 50, 58, 76
 Schoko, 7
 Schoten, 19, 21, 96
 Schwein, 41
 Sellerie, 15, 16, 20, 22, 48, 66, 82, 101
 sonstige, 80
 Sorbet, 6, 12
 Spaghetti, 91
 Spargel, 21, 83, 110, 112, 120, 122
 Speck, 85, 103, 132
 Spinat, 15–17, 51, 56
 Spitzkohl, 24, 44, 71, 105, 116
 Stubenküken, 30
 Suppe, 102, 121
 Sushi, 23
 Tatar, 16, 64, 113
 Tintenfische, 61
 Toast, 108, 117
 Topinambur, 27
 Weißkohl, 106
 Wild, 72, 101, 118, 119, 127
 Wirsing, 82
 Wurst, 85, 105
 Zucchini, 101