

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Ali Güngörmüs

2011 - 2020

115 Rezepte

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

Inhalt

Beilagen	1
Radicchio-Linsen-Ragout	2
Dessert	3
Alis Schokoladen-Kuchen	4
Geschmorte Ananas mit Whisky und Vanille-Eis	5
Holunder-Buttermilch-Kaltschale mit Buchweizen-Mousse	6
Passionsfrucht-Margarita mit Kokos-Eis, gebackener Ananas	7
Quark-Soufflé mit Rhabarber und Limonen-Sauer-Rahm-Eis	8
Fisch	9
Forelle mit Granatapfel-Pak Choi und Belugalinsen	10
Frische Morcheln mit Spargel in Sherry a la Creme	11
Gebackene Lachs-Tasche mit Apfel-Meerrettich	12
Gegrillter Lachs mit Auberginen-Püree	13
Kabeljau auf Kopfsalat mit Speck und Grenobler Soße	14
Kabeljau mit geschmortem Kopfsalat	15
Kabeljau mit Perlgrauen-Risotto	16
Kartoffel-Rösti mit Lachs-Tatar, Gurken-Dill-Salat	17
Lachs mit Kartoffel-Taschen	18
Lachsforelle in Estragon-Butter mit Nuss-Cranberry-Pilaw	19
Lauwarmer Saibling mit Spargel und pochiertem Ei	20
Rotbarbe mit Gewürz-Kruste auf Fenchel-Ragout	21
Saibling mit Safran-Paprika-Kürbis und Koriander-Apfel	22
Sardinen mit Gamba-Calamaretti-Füllung	23

Seeteufel mit Harissa Rhabarber und Orangen-Hollandaise	24
Winter-Kabeljau, Graupen-Gurken-Ragout, Kürbis-Schaum	25
Zander mit Limetten-Mayonnaise und Taboulé	26
Zander mit Limetten-Mayonnaise und Taboulé	27
Zander mit Meerrettich-Mousseline und Rosenkohl-Blättern	28
Zander mit Zitronen-Schaum und Kräuter-Risotto	29
Geflügel	31
Bio-Huhn mit Ingwer, Kartoffeln, Vadouvan-Schalotten	32
Chili-Hähnchen mit Karotten-Mango-Salat	33
Ente á l'orange auf Radicchio-Linsen-Ragout	34
Ente mit Petersilienwurzel-Creme, Pfeffer-Cassis-Feigen	35
Enten-Brust mit roten Zwiebeln, Korinthen, Sellerie-Püree	36
Gebackenes Kokos-Hähnchen mit Gewürzlinen	37
Gebackenes Kokos-Hähnchen mit Mangold	38
Geflügel-Salat mit Orangen, Datteln und Mandeln	39
Geschmortes Gewürz-Brathähnchen	40
Hähnchen-Garnelen-Kebab mit Pinienkern-Bulgur	41
Hähnchen-Keulen mit Kartoffel-Knoblauch-Stampf	42
Hühnchen mit orientalischem Spitzkohl, Granatapfel-Soße	43
Orientalische Weihnachtsente	44
Perlhuhn-Brust mit Fregola Sarda und Brokkoli	46
Zitronen-Hähnchen mit Vadouvan-Schalotten	47
Hack	49
Hack-Spieße mit Paprikagewürz-Soße und Kardamom-Reis	50
Kebab aus Kalb-Hackfleisch mit Gewürz-Soße, Kardamom-Reis	51
Reh-Pflanzerl mit Apfel-Spalten, Waldpilzen, Rührei-Brot	52
Teigtaschen mit Hack und Schafskäse	53
Innereien	55
Kalb-Leber mit Kartoffel-Feigen-Püree	56
Kalb-Leber, Pfeffer-Pfirsich, Sellerie-Püree, Schalotten	57

Kalb	59
Gebackene Kalb-Bäckchen mit Koriander-Karotten	60
Kalb-Filet mit Artischocken und Pinienkern-Sellerie-Creme	61
Kalb-Filet mit Oliven-Kartoffel-Püree	62
Kalb-Schulter, Safran-Kartoffel-Püree und Frühling-Gemüse	63
Kalb-Tafelspitz mit Rote Bete, Rosenkohl	65
Saltimbocca mit Zitronen-Risotto	67
Tafelspitz mit Meerrettich-Soße	68
Lamm	71
Fregola mit Aprikosen-Lammspießen und Minz-Dill-Joghurt	72
Lamm-Carrée, Sultaninen-Haselnuss-Ragout, Käse-Börek	73
Lamm-Filet auf Artischocken-Erbesen-Ragout	74
Lamm-Karree mit Ofengemüse	75
Lamm-Koteletts mit Blumenkohl-Couscous und Granatapfel	76
Lamm-Koteletts mit Falafel und Harissa-Minz-Joghurt	77
Lamm-Koteletts mit Oliven-Korinthen-Bohnen	78
Meer	79
Jakobsmuscheln mit Kräuter-Lauch-Risotto	80
Jakobsmuscheln mit Trevisano, Kardamom-Orangen-Marinade	81
Legierter Spargel mit Tiger Prawns	82
Rind	83
Boeuf Stroganoff	84
Rinder-Filet-Streifen mit buntem Bohnen-Salat	85
Rinder-Kotelett mit Schalotten-Estragonconfit	86
Roastbeef mit Ofen-Kartoffeln und gebratenen Pilzen	87
Sashimi vom Wagyu Beef mit Auberginen-Miso-Püree	88
Salat	89
`Well fit-Salat` mit Ei-Brot und Zitronen-Aioli	90
Daikon-Kresse-Salat	90

Soßen	91
Orangen-Soße	92
Suppen	93
Blumenkohl-Muskatblüten-Suppe mit Seezungen-Streifen	94
Kalte Tomaten-Melonen-Suppe mit Estragon-Croûtons	95
Kichererbsen-Kokos-Suppe mit Koriander	95
Paprika-Rhabarber-Suppe	96
Vegetarisch	97
Aubergine mit Baharat-Feta und Maulbeer-Couscous	98
Back-Zwiebel, Peperonata-Gemüse, Barbecue-Hollandaise	99
Börek mit Ratatouille	100
Gebratene Steinpilze mit Ofenkartoffeln, Parmesan-Creme	101
Gefüllte Gurken mit Dill-Minz-Bulgur und Gewürzjoghurt	102
Gefüllte Spitzpaprika mit Bulgur, Petersilie-Minze-Salat	103
Gefüllte Zucchini-Blüten mit Apfel-Linsen-Salat	104
Geschmorte Auberginen mit Cranberry-Couscous	105
Grießknödel mit Feigen-Birnen-Kompott	106
Grüner Spargel mit Erdbeeren, Spinat, Ziegenkäse	107
Karotten-Hummus, Spinat-Salat, Feta und Sesam	108
Käse-Gnocchi mit Spinat-Creme	109
Kürbis-Ravioli mit Chicorée und Datteln	110
Röstbrot mit Spinat und gebackenem Ei	111
Sommer-Gemüse mit Orangen-Béarnaise	112
Steinpilze, Petersilien-Trifolati, Kartoffeln, Parmesan	113
Tiroler Schlutzkrapfen	114
Tomaten-Krapfen mit Pfifferlingen und Joghurt-Dip	115
Tomaten-Zucchini-Krapfen mit marinierten Pilzen	116
Tomatisierte Tagliatelle mit Rucola und Blaukrautsalat	117
Ziegenkäse mit mariniertem Gemüse	118
Ziegenkäse-Feigen-Tortellini mit Zitronen-Cumin-Joghurt	119

Verschiedenes	121
Mango-Curry-Dip	122
Vorspeisen	123
Balik Ekmek	124
Garnelen mit Mango-Curry-Dip und Daikon-Kresse-Salat	125
Gefüllte Mini-Gurken, Dill-Minz-Bulgur, Gewürz-Joghurt	126
Gurken-Apfel-Gazpacho	127
Knusper-Garnele mit Curry-Mango-Dip	127
Meeresfrüchte-Salat mit Palmherzen	128
Spargel mit Morcheln und jungen Erbsen	129
Wild	131
Damwild-Rücken, Grieß-Knödel, Zwiebelkraut, Steinpilzen	132
Fasanen-Brust im Spitzkohl-Mantel mit Ei und Trüffel	133
Reh-Medaillons mit Granatapfel-Soße und Walnuss-Risotto	134
Reh-Pflanzerl mit Apfel-Spalten und Waldpilzen	135
Reh-Rücken mit Aprikosen-Rosmarin-Püree	136
Reh-Rücken mit Roter Bete, Granatapfel, Mandarinen	137
Reh-Rücken mit Schwarzwurzeln, Radicchio-Chicorée-Salat	138
Reh-Rücken, Nougat-Blumenkohl-Püree, Preiselbeeren	139
Reh-Schnitzel in Kürbiskern-Panade mit süß-saurem Kürbis	140
Index	141

Beilagen

Radicchio-Linsen-Ragout

Für vier Personen

Radicchio-Linsenragout:

1 Kopf Radicchio	10 g Schalotten	20 g Zucker
3 g Salz	30 g Butter	25 g Himbeeressig
100 g Portwein	35 g Geflügelbrühe	35 g Geflügeljus
40 g Linsen	20 g Graupen	Butter, Zitrone
Schnittlauch	Zucker, Salz	

Den Radicchio putzen und zehn Minuten in warmes Zitronenwasser legen, dadurch gehen die Bitterstoffe weg. Die Schalotten in feine Streifen schneiden und in einem Topf mit Butter anschwitzen. Die Linsen dazugeben und ebenfalls anschwitzen. Mit Wasser aufgießen und circa 20 Minuten kochen. Die Linsen abgießen und in eine Schüssel geben. Die Graupen circa 15 Minuten in gesalzenem Wasser kochen, anschließend in einem Sieb abgießen. Für den Schmorfond Butter und Zucker leicht karamellisieren. Mit Himbeeressig ablöschen und reduzieren. Den Portwein dazugeben und reduzieren, danach die Jus dazugeben. Den gezupften Radicchio unterheben und garen. Zum Schluss die Linsen und Graupen dazugeben und mit Schnittlauch, Salz und Pfeffer abschmecken.

Ali Güngörmüs am 26. Oktober 2012

Dessert

Alis Schokoladen-Kuchen

Für zwei Personen

Vanilleeis:

250 g Sahne	250 ml Milch	100 g Zucker
$\frac{1}{2}$ Vanilleschote	5 Eigelbe	

Schokoladenkuchen:

60 g dunkle Kuvertüre (70%)	50 g Butter	2 Eier (90 g, ohne Schale)
75 g Zucker	25 g Mehl	

Erdbeeren:

175 g Erdbeeren	$\frac{1}{4}$ Bund Minze	25 g Zucker
$\frac{1}{2}$ Limette	Eismaschine	Aluminiumringe (8 cm)

Für das Vanilleeis die Sahne mit der Milch und dem Zucker aufkochen. Die Vanilleschote halbieren, das Mark herauskratzen und dazugeben. Die Eigelbe in eine Schüssel geben und die kochende Sahne-Milch-Mischung nach und nach dazu geben. Die Masse durch ein Sieb streichen und in der Eismaschine gefrieren lassen.

Für den Kuchen die Kuvertüre mit der Butter in einer Schüssel über einem heißem Wasserbad schmelzen lassen. Nebenbei mit einem Handrührgerät oder Quirl in einer Schüssel die Eier mit dem Zucker cremig aufschlagen.

Sobald die Kuvertüre geschmolzen ist, die Ei-Zucker-Mischung unter die Schokolade heben und das Mehl untersieben. Wenn keine Klümpchen mehr im Teig sind, die Masse kalt stellen. Sobald die Masse kalt ist, in mit Backpapier ausgelegte Aluminiumringe abfüllen.

125 g Erdbeeren vierteln. Die Minze fein schneiden. Die Limette auspressen. Die restlichen 50 g Erdbeeren durch ein Sieb streichen, sodass 40 g Erdbeermark entstehen. Die gewürfelten Erdbeeren mit dem Erdbeermark und der Minze vermengen und mit Zucker und Limettensaft abschmecken.

Damit der Kern flüssig bleibt, muss der Kuchen bei großer Hitze gebacken werden. Daher den Ofen auf 220 °C vorheizen und das Backblech sieben Minuten direkt auf den Boden stellen.

Den warmen Schokoladenkuchen mit Vanilleeis und Erdbeeren anrichten und sofort servieren.

Ali Güngörmüs am 15. Mai 2015

Geschmorte Ananas mit Whisky und Vanille-Eis

Für vier Personen

Ananas:

1 Ananas	50 g Butter	30 g Zucker
100 ml Orangensaft	1 Schote Vanille	1 Stange Zitronengras
Ingwer	Whisky	

Eis:

500 ml Milch	500 ml Sahne	2 Schoten Vanille
150 g Zucker	20 g Honig	250 g Eigelb

Zitronen-Crème-fraîche:

1 Zitrone, unbehandelt	300 g Crème-fraîche	Puderzucker
------------------------	---------------------	-------------

Anrichten:

Haselnüsse	Walnüsse	Pistazien
Puderzucker	Granatapfelkerne	

Ananas::

Die Ananas schälen, in Scheiben schneiden und die Mitte mit einem Ausstecher entfernen. Butter und Zucker in einer Pfanne zum Schmelzen bringen und die Ananasscheiben darin langsam von beiden Seiten leicht anbraten. Mit einem Schuss Whisky ablöschen, flambieren und die Flüssigkeit reduzieren lassen. Anschließend mit Orangensaft auffüllen und mit der Vanilleschote, Zitronengras und etwas Ingwer circa 15 bis 20 Minuten langsam schmoren lassen.

Eis:

Milch, Sahne, das Mark der Vanilleschoten und den Zucker mit dem Honig aufkochen. Anschließend kellenweise und unter ständigem Rühren die Eigelbe zugeben und die Masse zur Rose abziehen. Abkühlen lassen und abpassieren, dann in der Eismaschine frieren.

Zitronen-Crème-fraîche:

Die Schale der Zitrone abreiben. Die Crème-fraîche mit dem Zitronenabrieb vermengen und am Ende mit Puderzucker (nach Wunsch) abschmecken.

Anrichten:

Haselnüsse mit Walnüssen und Pistazien mischen. Mit Puderzucker bestäuben und bei niedriger Hitze langsam karamellisieren. Die Ananasscheiben auf Tellern verteilen, die geschmorte Sauce darauf verteilen und zusammen mit dem Vanilleeis, der Crème-fraîche, den karamellisierten Nüssen und einigen Granatapfelkernen servieren.

Ali Güngörmüs am 09. März 2012

Holunder-Buttermilch-Kaltschale mit Buchweizen-Mousse

Für zwei Personen

Für die Holunder-Kaltschale:

350ml Buttermilch	1 Sternanis	125 g Puderzucker
250 g Holunderbeeren	Bio-Orangen-Abrieb	

Für die Buchweizenmousse:

150 g griechischen Joghurt (10%)	35 g Buchweizenhonig	2 EL Milch
1 $\frac{3}{4}$ Blatt Gelatine	65 g Sahne	

Für den Buchweizen-Crumble:

100 g Buchweizenmehl	Bio-Zitronen-abrieb	Bio-Orangen-Abrieb
40 g weiche Butter	40 g Zucker	

Für den weißen Buttermilch-Schaum:

Buttermilch, Milch	Zitronensaft, Sahne	Puderzucker
--------------------	---------------------	-------------

Am Vortag die Buttermilch mit Sternanis und Puderzucker vermengen und 24 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

Die Holunderbeeren durch ein Sieb streichen, sodass 150 Gramm Holundermark entstehen. Das Holundermark in die Buttermilch rühren. Die Orangenschale abreiben und die Kaltschale damit abschmecken.

Für die Buchweizenmousse eine Schüssel halbvoll mit Wasser und Eiswürfeln füllen. Darin eine weitere kleinere Schüssel stellen. Den Joghurt und den Honig in die kleine Schüssel geben und verrühren. Währenddessen die Milch erwärmen und anschließend von der Herdplatte nehmen. Außerdem die Gelatine in eiskaltem Wasser einweichen, ausdrücken und dann in der Milch (lauwarm) auflösen.

Anschließend ein paar Esslöffel von dem Joghurt in die Milch geben und vermischen, sodass sich Joghurt und Milch besser verbinden können. Erst dann langsam die gesamte lauwarml Milch unter ständigem Rühren zu dem Joghurt geben. Die Sahne steif schlagen und vorsichtig unter das Joghurt-Milch-Gemisch heben und drei Stunden kaltstellen.

Für den Crumble den Backofen auf 170 Grad vorheizen. Die Zutaten miteinander verkneten und auf ein Backblech mit Backpapier krümeln. Dann 20 Minuten backen; alle vier Minuten den Crumble auf dem Blech mit einem Schneebesen verrühren. Für den weißen Schaum etwas Buttermilch, Milch, Sahne, Zitronensaft und Puderzucker mit einem Pürierstab schaumig schlagen. Die Mousse auf zwei tiefen Tellern anrichten, die Holunder-Kaltschale drumherum geben, die Mousse mit dem Crumble bestreuen und den Schaum auf die Kaltschale tröpfeln.

Ali Güngörmüs am 17. April 2015

Passionsfrucht-Margarita mit Kokos-Eis, gebackener Ananas

Für 4 Personen

Margarita:

0,5 Zitrone	2 Blatt Gelatine	200 ml Passionsfruchtmark
150 g Läuterzucker	35 ml Tequila	15 ml Orangenlikör
80 ml Wasser		

Kokoseis:

360 ml Vollmilch	60 g Sahne	50 g Milchpulver
95 g Zucker	35 g Trockengluco-	20 g Invertzucker
260 ml Kokosmark		

Ananas:

100 g Butter	1 Paket Kataifi	20 g Zucker
1 Stück Babyananas	100 g Läuterzucker	

Margarita:

Den Saft der Zitrone auspressen. Die Gelatine im kalten Wasser einweichen. Passionsfruchtmark, Läuterzucker, Tequila, Orangenlikör, Zitronensaft und Wasser in einer Schüssel vermischen. Anschließend die ausgedrückte Gelatine mit einem Viertel der Margarita in einem Topf erwärmen bis sich die Gelatine auflöst. Nun den Rest der Margarita unter ständigem Rühren langsam hinzugießen und kalt stellen.

Kokoseis:

Die Vollmilch und die Sahne in einem Topf aufkochen. Das Milchpulver, Zucker, Trockengluco- se und Invertzucker gut vermischen und unter ständigem Rühren langsam zu der aufgekochten Milch geben. Das Ganze noch einmal aufkochen und dann vom Herd nehmen. Wenn die Masse etwas abgekühlt ist (circa zwei Stunden) das Kokosmark hinzugeben und die Masse pürieren. Anschließend für circa 15 Minuten in der Eismaschine gefrieren lassen. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Ananas:

Die Butter zum Schmelzen bringen. Den Kataifi in länglichen Bündeln ausbreiten und mit geschmolzener Butter tränken. Anschließend Zucker darauf streuen. Nun die geschälte und entstrunkte Babyananas in zwei Zentimeter dicke Scheiben schneiden und in den Kataifi einwickeln. Die eingewickelten Scheiben auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech im vorgeheizten Backofen circa zehn Minuten goldgelb backen. Den Läuterzucker über die heißen Kataifi geben.

Anrichten:

Die Margarita in einer Cocktailschale gießen und eine Nocke vom Kokoseis in die Cocktailschale geben. Die Ananas-Kataifi auf einem Plastikspieß (oder Holz) aufspießen und dekorativ über den Rand der Schale legen.

Tipp:

Auf Wunsch kann man die Margarita mit Mangowürfel verfeinern. Als Deko können weiße Schokoladendrops bei 200 Grad für circa sieben Minuten geröstet werden. Die Drops zu dem Dessert reichen.

Ali Güngörmüs am 08. Juli 2011

Quark-Soufflé mit Rhabarber und Limonen-Sauer-Rahm-Eis

Für vier Personen

Soufflé:

3 Eier	50 g Zucker	200 g Quark, 20 %
0,25 Schote Vanille	0,5 Orange, unbehandelt	0,5 Zitrone, unbehandelt
4 Souffléformen		

Rhabarber:

3 Stangen Rhabarber	400 g Zucker	110 ml Wasser
20 Himbeeren	0,5 Schote Vanille	1 Scheibe Ingwer
0,5 Orange, unbehandelt	Zimt	

Limonen-Sauerrahmeis:

180 g Sauerrahm	140 g Puderzucker	180 g Joghurt
100 g Sahne	40 ml Limonensaft	

Den Backofen auf 220 Grad vorheizen.

Soufflé:

Eiweiß mit Zucker zusammen aufschlagen. Den Quark mit dem Eigelb vermischen, die ausgekatzte Vanilleschote und Orangen- und Zitronenabrieb vorsichtig unterarbeiten. Die Soufflémasse mit dem aufgeschlagenen Eiweiß vorsichtig vermischen und in die vorbereiteten Souffléformen füllen. Das Ganze im vorgeheizten Backofen circa 15 Minuten im Wasserbad backen. Den Backofen auf 150 Grad vorheizen.

Rhabarber:

Die Rhabarberstangen putzen und waschen. Anschließend in schräge Stücke schneiden und auf einem Backblech verteilen. Das Wasser mit dem Zucker aufkochen, Vanillemark, Ingwer, Orangenabrieb und etwas Zimt dazugeben und zusammen mit den Himbeeren auf den Rhabarber gießen. Zugedeckt im vorgeheizten Backofen circa 20 Minuten weich schmoren.

Limonen-Sauerrahmeis:

Den Sauerrahm mit dem Puderzucker glatt rühren, anschließend Joghurt, Sahne und Limonensaft unterheben und in der Eismaschine frieren.

Das Anrichten:

Den Rhabarber und die Himbeeren auf Tellern verteilen, das Eis und das Soufflé darauf setzen.

Tipp:

Das Dessert zusätzlich mit Vanillesahne servieren.

Ali Güngörmüs am 16. März 2012

Fisch

Forelle mit Granatapfel-Pak Choi und Belugalinsen

Belugalinsen:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	30 g Butter
70 g Belugalinsen	$\frac{1}{2}$ TL Anapura-Currypulver	$\frac{1}{2}$ TL Ras el-Hanout
2 EL Balsamicoessig	etwa 300 ml Gemüsefond	1 TL Speisestärke
30 g kalte Butter	2 EL fein gehackte Petersilie	Salz

Pak Choi:

$\frac{1}{2}$ Schalotte	1 EL braune Butter	300 g Pak Choi
Salz	Muskatnuss	50 g gerös. Haselnusskerne
$\frac{1}{2}$ Granatapfel, Kerne		

Forelle:

2 EL Sonnenblumenöl	4 Forellenfilets à 140 g	Salz
---------------------	--------------------------	------

Belugalinsen:

Die Butter in einem Topf erhitzen und Knoblauch und Schalotte darin langsam anschwitzen. Die Linsen sowie Currypulver und Ras el-Hanout zugeben und mitschwitzen lassen. Mit dem Essig ablöschen und diesen vollkommen verkochen lassen, dann den Fond zugießen. Die Linsen köcheln lassen, bis sie weich sind, gegebenenfalls weiteren Fond dazugeben. Die Speisestärke mit 2 EL kaltem Wasser anrühren und unter ständigem Rühren zu den weichen Linsen geben. Die kalte Butter klein würfeln und zufügen. Die Linsen dürfen jetzt nicht mehr kochen. Die Petersilie zugeben und die Linsen mit Salz abschmecken. Die Hülsenfrüchte erst zum Schluss salzen, da sich ansonsten die Garzeit erheblich verlängert.

Pak Choi:

Die braune Butter in einem Topf erhitzen und die Schalotte darin anschwitzen. Den Pak Choi zugeben und mit Salz und Muskatnuss würzen.

Dann die Haselnüsse und Granatapfelkerne zugeben.

Forelle:

Das Sonnenblumenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen.

Forellenfilets salzen und mit der Hautseite nach unten bei mittlerer Hitze zwei Minuten anbraten.

Dann die Filets wenden und in 30 Sekunden fertig braten.

Anrichten:

Pak Choi und Linsen auf Tellern anrichten und Forellenfilets darauf setzen.

Ali Güngörmüs am 16. Oktober 2020

Frische Morcheln mit Spargel in Sherry a la Creme

Für 4 Personen

Spargel:

20 Stangen Spargel 1 EL Butter Zucker
Salz

Morcheln:

150 g Morcheln, frisch 1 Schalotte 1 EL Butter
100 ml Sherry, trocken 200 ml Geflügelfond 250 g Sahne
4 EL Geflügeljus 1 Zitrone Cayennepfeffer
Butterstückchen, kalt Salz

Erbsen:

70 g Erbsen, jung 1 EL Butter Geflügelfond
Zucker Salz

Seezungenfilets:

1 Zitrone 4 Seezungenfilets Butter, Salz

Spargel:

Den Spargel schälen und in leicht gesalzenem Wasser mit etwas Zucker und Butter bissfest kochen. Anschließend in etwas Butter mit einer Prise Zucker glasieren und abschmecken.

Morcheln:

Die Morcheln putzen. Die Schalotte schälen und fein würfeln. Die Schalottenwürfel in Butter ausschwitzen, die Morcheln zufügen und kurz andünsten. Danach mit Sherry ablöschen. Den Geflügelfond hinzugeben und leicht einkochen lassen. Die Sahne und die Jus hinzugeben und alles noch mal fünf Minuten köcheln lassen. Den Saft der Zitrone auspressen. Die Morcheln mit Salz, Cayennepfeffer, Zitronensaft und ein paar kalten Butterstückchen abschmecken.

Erbsen:

Die Erbsen mit der Butter in einen Topf geben, mit etwas Geflügelfond aufgießen und darin circa zwei Minuten garen. Mit Zucker und Salz abschmecken.

Seezungenfilets:

Den Saft der Zitrone auspressen. Die Seezungenfilets mit Salz und Zitrone würzen. In etwas Butter kurz und heiß von beiden Seiten glasig braten. Den Spargel und die Seezungenfilets auf den Tellern verteilen. Die Morcheln mit den Erbsen darauf anrichten und servieren.

Ali Güngörmüs am 13. Mai 2011

Gebackene Lachs-Tasche mit Apfel-Meerrettich

Für zwei Personen

Für den Teig:

400 g Mehl	200 g Magerquark	10 EL neutrales Öl
8 EL Milch	1 Prise Salz	

Für den Lachs:

2 Lachsfilets à 200 g	2 EL Senf	1 Kästchen Brunnenkresse
4 TL flüssiger Honig	1 Zitrone	2 Eier
Öl	Salz	Pfeffer

Für den Dip:

2 Äpfel	100 g Butter	4 cm Meerrettich
1 Zitrone	2 EL Crème-fraîche	

Für die Garnitur:

Babyspinat	$\frac{1}{2}$ Bund Dill
------------	-------------------------

Für den Teig:

Alle Zutaten in der Küchenmaschine miteinander zu einem Teig vermischen. Mehl auf Arbeitsplatte geben und Teig mit den Händen kneten, bis er geschmeidig wird, anschließend dünn ausrollen und etwas ruhen lassen.

Für den Lachs:

Lachs in Tranchen schneiden, mit Senf bestreichen und mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb würzen. Brunnenkresse mit Honig mixen und auf den Lachs geben.

Eier trennen und Eigelb verrühren.

Kreise mit Hilfe eines Servierings aus dem vorbereiteten Teig ausstechen und Lachs auf den Teig legen. Ränder mit Eigelb bepinseln und mit Hilfe einer Gabel festdrücken. Teigtasche von außen mit Eigelb bestreichen. Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen und Lachstasche darin goldgelb ausbacken.

Für den Dip:

Äpfel schälen, entkernen und in sehr feine Stücke schneiden. Äpfel in einen Topf geben, in Butter anschwitzen und pürieren. Meerrettich reinreiben. Crème Fraîche drunter heben. Zitronenschale abreiben und anschließend auspressen. Dip mit Zitronenabrieb und Zitronensaft abschmecken.

Für die Garnitur:

Babyspinat putzen und Dip damit garnieren. Dill abbrausen, trockenwedeln und zupfen. Lachstasche mit Dill garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Ali Güngörmüs am 22. Dezember 2020

Gegrillter Lachs mit Auberginen-Püree

Für 4 Personen

4 Auberginen	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
2 Zehen Knoblauch	100 ml Olivenöl	2 EL Olivenöl
2 Schalotten	4 (à 180 g) Lachsfilets	Salz, Pfeffer, Zucker

Backofen auf 160 Grad vorheizen. Auberginen der Länge nach halbieren, das Fruchtfleisch in Rautenform einritzen und die Früchte mit der Schnittseite nach unten auf ein Backblech geben. Rosmarin und Thymian mit auf das Backblech geben, Knoblauchzehen schälen, durch eine Presse drücken, ebenfalls hinzufügen und alles mit 100 ml Olivenöl beträufeln. Die Auberginen 30 Minuten im Ofen garen.

Die Schalotten schälen, in feine Würfel schneiden und in 2 EL Olivenöl in einer großen Pfanne anschwitzen.

Die fertigen Auberginen aus dem Backofen nehmen, das Fruchtfleisch mit einem Teelöffel herauslösen, zu den Schalotten in die Pfanne geben und unter ständigem Rühren etwa 20 Minuten leicht köcheln lassen. Danach mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Die Lachsfilets in einer Grillpfanne glasig braten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Tipp: Lachs richtig braten und würzen. Den Lachs können Sie nach dem Braten mit etwas Zitronensaft beträufeln. Ansonsten benötigt er nicht viele Gewürze - Lachs von wirklich guter Qualität braucht oft nicht einmal viel Salz und Pfeffer, er schmeckt einfach so aus der Pfanne schon ganz wunderbar.

Auch die Bratzeit dürfen Sie knapp bemessen. Am besten schmeckt der Lachs, wenn er noch nicht ganz durchgebraten, sondern innen noch ein wenig glasig ist. Wenn Sie ihn zu lange in der Pfanne lassen, wird er leicht trocken und schmeckt nicht halb so gut.

Ali Güngörmüs am 01. April 2020

Kabeljau auf Kopfsalat mit Speck und Grenobler Soße

Für zwei Personen

2 Kabeljaufilets, à 150 g	2 Scheiben Bauchspeck	1 Kopfsalat
1 Gurke	1 Tomate	1 Schalotte
1 Zitrone	0,5 Bund Schnittlauch	1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin	1 hart gekochtes Ei	1 EL Kapern
Butter, Olivenöl, Salz	Zucker, Cayennepfeffer	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kabeljaufilets waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in dem Olivenöl auf der Hautseite anbraten. Anschließend für sechs bis acht Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Die Schalotte abziehen, klein schneiden und in der Butter anschwitzen. Die Kopfsalatblätter waschen, zerkleinern, hinzugeben und das Ganze langsam schmoren, anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zitrone waschen und Filets aus der Zitrone schneiden. Die Gurke und die Tomate waschen, schälen und in feine Würfel schneiden. Den Schnittlauch waschen und fein hacken. Das gekochte Ei klein hacken. Die Zitronenfilets mit der Gurke, den Kapern, dem klein gehackten Ei, den Tomaten, dem Schnittlauch und Olivenöl vermischen. Anschließend den Thymian und den Rosmarin waschen und fein hacken. Die Sauce mit dem Thymian, Rosmarin, Cayennepfeffer und Zucker würzen. Den Speck in einer Pfanne auslassen, bis dieser kross ist. Den Fisch aus dem Ofen nehmen und mit dem geschmorten Salat auf einem Teller anrichten, mit dem Speck und der Grenobler Sauce garnieren und servieren.

Ali Güngörmüs am 24. Mai 2013

Kabeljau mit Perlgraupen-Risotto

Für 4 Personen

Perlgraupenrisotto:

150 g Karotten	2 Schalotten	150 g Staudensellerie
50 g Butter	250 g Perlgraupen	100 ml Riesling
500 ml Gemüsebrühe	5 EL gerieb. Parmesan	½ Bd. glatte Petersilie

Kabeljau:

4 Kabeljaufilets á 150 g	4 Salbeiblätter	4 dünne Scheiben Parmaschinken
--------------------------	-----------------	--------------------------------

Salz, Pfeffer

Garnitur:

Limetten-Abrieb

Perlgraupenrisotto:

Karotten und Schalotten schälen und mit dem Staudensellerie in kleine Würfel schneiden. In 1 EL Butter anschwitzen, salzen und pfeffern. Die Graupen unterrühren, kurz mitanschwitzen und mit dem Riesling ablöschen. Die heiße Gemüsebrühe zufügen, einmal aufkochen und etwa 15 Minuten leicht köcheln lassen. Die restlichen 4 EL Butter und den Parmesan unter den Risotto rühren. Die Petersilie fein schneiden und unterrühren. Den Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kabeljau:

Den Kabeljau mit Salz und Pfeffer würzen. Jede Portion mit einem Salbeiblatt in eine Scheibe Schinken einwickeln. In einer Pfanne das Rapsöl erhitzen, den Fisch zunächst mit der Nahtstelle des Schinkens nach unten hineinlegen und braten.

Tomaten-Basilikum-Vinaigrette:

4 Strauchtomaten, gehäutet, gewürfelt 10 Blätter Basilikum weißer Balsamicoessig Olivenöl, Salz, Zucker .

Tomaten und Basilikum mit Öl und Essig zu einer Vinaigrette verarbeiten und mit Salz und Zucker abschmecken.

Garnitur:

Anrichten:

Die gebratenen Kabeljaufilets mit dem Perlgraupenrisotto und der Tomaten-Basilikum-Vinaigrette auf Tellern anrichten. Wer möchte, zum Schluss etwas Limettenabrieb darüber verteilen und gleich servieren.

Ali Güngörmüs am 30. April 2020

Kartoffel-Rösti mit Lachs-Tatar, Gurken-Dill-Salat

Für 4 Personen

Für die Rösti:

600 g Kartoffeln, festk. 2 Eigelb Salz
5 EL Rapsöl

Für den Gurkensalat:

2 Salatgurken Salz $\frac{1}{2}$ Bund Dill
50 g Crème-fraîche 1 EL Apfelessig Pfeffer
Zucker

Für das Lachstatar:

$\frac{1}{2}$ Bio-Limette $\frac{1}{2}$ Schalotte 350 g Lachsfilet (Sushi-Qualität)
2 EL Olivenöl Salz Pfeffer

Kartoffeln schälen, waschen und abtropfen lassen. Kartoffeln auf einer groben Küchenreibe (Röstireibe) raspeln. Mit Eigelben und Salz vermengen.

Eine mittlere beschichtete Pfanne erhitzen. 3 EL Öl hinein geben. Die Kartoffelraspel gleichmäßig in der Pfanne verteilen und mit einem Pfannenwender zu einem flachen, kompakten Rösti andrücken.

Kartoffeln zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 15 Minuten sacht braten, bis sich eine goldbraune, knusprige Kruste gebildet hat.

In der Zwischenzeit Gurken schälen, putzen, nach Belieben die weichen Kerne in der Mitte entfernen. Gurken in feine Scheiben hobeln und mit etwas Salz mischen.

Dill abspülen, trocken schütteln und fein hacken.

Crème fraîche, Apfelessig und Dill verrühren. Die Gurken ausdrücken und untermischen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Die Rösti dann auf einen großen flachen Deckel oder Teller stürzen.

Übriges Öl in die Pfanne geben, erhitzen. Rösti mit der noch ungebratenen Seite wieder in die Pfanne gleiten lassen und bei schwacher bis mittlerer Hitze offen weitere ca. 10–15 Minuten sacht fertig braten, sodass die Kartoffeln gar sind.

Inzwischen Limette heiß waschen, trocken reiben und etwas Schale fein abreiben.

Schalotte schälen und ebenfalls sehr fein würfeln.

Lachsfilet kalt abspülen, gründlich trocken tupfen und in sehr feine Würfel schneiden. Mit Olivenöl, Limettenschale und Schalottenwürfeln vorsichtig vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Lachstatar z. B. mit Hilfe von Garnieringen auf vier Teller verteilen. Rösti in Portionsstücke teilen und mit dem Gurkensalat und Tatar anrichten.

Ali Güngörmüs am 07. Mai 2018

Lachs mit Kartoffel-Taschen

Für 4 Personen

300 g Kartoffeln, mehlig	Salz	1 Bund Lauchzwiebeln
2 Stiele Thymian	1 Peperoni	2 EL schwarze Oliven
2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl
8 getr. Tomaten	Pfeffer	4 EL Butter
150 g Filoteig	4 Lachsfilets à 150 g	1 Zitrone

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in einem Topf mit Salzwasser weich kochen.

In der Zwischenzeit Lauchzwiebeln putzen, waschen und abtropfen.

Thymian abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen vom Stiel streifen.

Peperoni der Länge nach aufschneiden, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch fein schneiden.

Die Oliven fein hacken.

Das Weiße vom Frühlingslauch in dünne Scheiben schneiden.

Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden.

Die gekochten Kartoffeln abschütten, ausdampfen und durch eine Kartoffelpresse drücken.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, Schalotte und Knoblauch darin anschwitzen.

Getrocknete Tomaten abtropfen, grob schneiden und mit den Frühlingszwiebeln und Peperoni zu den Schalotten geben und langsam weich dünsten.

Thymianblättchen und gehackte Oliven zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alles zu den gepressten Kartoffeln geben, vermengen und kalt stellen.

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Butter in einem Topf schmelzen.

Den Filoteig auf der Arbeitsfläche ausbreiten und in Quadrate mit 15 cm Kantenlänge schneiden. Die Teigquadrate mit flüssiger Butter bestreichen, etwas Kartoffelmasse auf eine Teighälfte geben, die Teigenden zu einem Dreieck zusammenschlagen und fest zusammendrücken. Die Teigdreiecke mit restlicher Butter bestreichen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.

Im vorgeheizten Ofen die Kartoffeltaschen ca. 6-8 Minuten goldbraun backen.

In der Zwischenzeit die Lachsfilets mit Salz und Pfeffer würzen.

Eine Pfanne ohne Bratfett erhitzen und Lachsfilets auf der Hautseite darin glasig braten.

Von der Zitrone den Saft auspressen und die gebratenen Lachsfilets vor dem Anrichten mit dem Zitronensaft beträufeln.

Fischfilet mit Kartoffeltaschen anrichten.

Ali Güngörmüs am 12. März 2018

Lachsforelle in Estragon-Butter mit Nuss-Cranberry-Pilaw

Für 4 Personen

Pilaw:

2 Schalotten	ca. 90 g Butter	50 g Sehriye
200 g Langkornreis	Meersalz	1 EL getrock. Aprikosen
1 EL Mandelstifte	1 EL Pistazien	1 EL Pinienkerne
1 EL getrock. Cranberrys		

Dip:

1 kleine Salatgurke	Salz, Zucker, Cayennepfeffer	150 g türk. Joghurt (10%)
3 EL Olivenöl	2 EL Zitronensaft	Abrieb von $\frac{1}{2}$ Zitrone

Lachsforelle:

500 g Lachsforellenfilet	2 EL Rapskernöl	2 EL Butter
2 Zweige Estragon	Meersalz	1-2 EL Zitronensaft

Pilaw:

In einem Topf 30 g Butter aufschäumen und Zwiebeln darin anschwitzen.

Sehriye und Reis darin bei schwacher Hitze 7-8 Minuten andünsten, eine kräftige Prise Meersalz dazugeben. 400 ml heißes Wasser angießen und den Reis zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 15 Minuten ausquellen lassen. Die Aprikosen in Streifen schneiden. Die restliche Butter (60 g) in einer kleinen Pfanne aufschäumen und Aprikosen, Mandelstifte, Pistazien, Pinienkerne und Cranberrys darin 1-2 Minuten anschwitzen.

Die Aprikosenmischung auf dem Reispilaw verteilen.

Dip:

Gurke schälen, grob raspeln, mit je einer Prise Salz und Zucker bestreuen und Wasser ziehen lassen. Den Joghurt mit dem Öl verrühren und mit Zitronensaft, Salz und Cayennepfeffer würzen. Die Gurkenraspel ausdrücken und untermischen. Den Dip in Schälchen füllen und mit der Zitronenschale garnieren.

Lachsforelle:

Lachsforellenfilets waschen, trocken tupfen und in acht Medaillons schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und den Fisch darin bei starker Hitze auf jeder Seite 1-2 Minuten anbraten. Die Hitze reduzieren und die Butter in die Pfanne geben. Den Fisch 2-3 Minuten weitergaren. Den Estragon waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Den Estragon zur Butter geben. Den Fisch in der Estragonbutter wenden und mit Meersalz und Zitronensaft abschmecken.

Anrichten:

Je zwei Medaillons mit etwas Estragonbutter auf vier Teller geben und mit Nuss-Cranberry-Pilaw servieren. Den Gurkendip dazu reichen.

Ali Güngörmüs am 04. September 2020

Lauwarmer Saibling mit Spargel und pochiertem Ei

Für zwei Personen

6 Stangen grüner Spargel	1 EL Apfelessig	2 Eier (sehr frisch)
1 Schalotte	15 g Butter	250 g frischer Spinat
2 Saiblingsfilets	1 EL Öl	Zucker
Salz	Pfeffer	

Den Backofen auf 60 °C (Umluft) vorheizen. Den Spargel schälen, die Enden abschneiden und die Stangen in Salzwasser mit einer Prise Zucker etwa fünf Minuten lang bissfest blanchieren. Einen Topf mit reichlich Wasser und dem Apfelessig einmal aufkochen und vom Herd nehmen. Die Eier nacheinander und vorsichtig in das Essigwasser schlagen und jeweils dreieinhalb Minuten ziehen lassen.

Die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. In der zerlassenen Butter anschwitzen, den gewaschenen Spinat hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Saiblingfilets auf einen eingeölten Teller legen und mit ofenfester Klarsichtfolie abdecken. Den Teller für etwa zehn Minuten in den Ofen geben.

Die warmen Saiblingfilets mit dem Spargel und den pochierten Eiern anrichten und mit dem Spinat servieren.

Ali Güngörmüs am 08. Mai 2015

Rotbarbe mit Gewürz-Kruste auf Fenchel-Ragout

Für zwei Personen

2 Rotbarbe mit Haut à 150g	100 g Butter	100 ml Olivenöl
2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	$\frac{1}{4}$ Bund frischer Koriander
$\frac{1}{4}$ Bund frische Minze	2 – 3 Stängel Wermut	1 EL Fenchelsamen
1 Fenchel	100 ml Fenchelsaft	2 EL schwarze Oliven
5 EL Panko	1 Prise Zucker	1 Orange (unbehandelt)
1 Zitrone (unbehandelt)	2-3 Fäden Safran	Prise Cayenne Pfeffer
Salz aus der Mühle	Pfeffer aus der Mühle	

Für die Gewürzkruste die Schalotten und den Knoblauch in etwas Olivenöl und etwas Butter anschwitzen. Die Oliven, den Koriander und die Minze hinzugeben und mit anschwitzen. Die Masse in einem Zerkleinerer hacken. Etwas Butter und Olivenöl in eine weitere Pfanne geben und das Panko darin goldgelb rösten. Die Olivenmasse hinzugeben und zur Gewürzkruste vermischen. Etwas Orangen- und Zitronenschale hineinreiben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Fisch waschen, trockentupfen und die Kruste auf die Hautseite streichen. Auf einen Teller etwas Butter, Olivenöl und Zitronensaft geben und den Fisch hinaufsetzen. Die Rotbarbe im vorgeheizten Ofen bei 180 °C (Grill) für vier bis fünf Minuten auf mittlerer Schiene garen. Für das Fenchelragout die eine Hälfte des Fenchels kleinschneiden und die andere Hälfte in Spalten schneiden. Etwas Butter in einem Topf erhitzen und den Fenchel darin anschwitzen. Den kleingeschnittenen Fenchel früher hinaus nehmen und in einem hohen Gefäß zusammen mit einem Esslöffel Butter und etwas Zitronensaft mit dem Pürierstab zerkleinern. Die Fenchelspalten mit den Safranfäden würzen. Für die Fenchelsauce die Fenchelreste in etwas Olivenöl anschwitzen. Den Wermut hinzufügen und mit Fenchelsaft ablöschen (Tipp: Fenchelsaft lässt sich aus den äußeren Fenchelblättern leicht selbst herstellen). Die Sauce reduzieren und mit einem Pürierstab mixen. Mit etwas Salz, Zucker und Cayenne abschmecken, durch ein Sieb passieren und mit kalten Butterflocken montieren. Die Fenchelsamen in etwas Butter, Zucker und Wasser karamellisieren lassen. Zum Anrichten den pürierten Fenchel mittig auf zwei Teller streichen und den Fisch und den geschmorten Fenchel dazulegen. Den karamellisierten Fenchel darüberstreuen, die Fenchelsauce beträufeln und mit grünen Fenchelblättern ausgarnieren.

Ali Güngörmüs am 20. Februar 2015

Saibling mit Safran-Paprika-Kürbis und Koriander-Apfel

Für 4 Personen

Für den Fisch:

1 EL weiche Butter Salz 1 Spritzer Zitronensaft
400 g Saiblingfilet 30 g Portulak

Für das Gemüse:

500 g Muskatkürbis 2 rote Paprika 2 Schalotten
1 Knoblauchzehe 2 EL Zucker 50 ml Apfelessig
1 Zweig Thymian 1 Kardamonkapsel 200 ml Gemüsebrühe
1 Msp. Safranfäden Salz Pfeffer
2 EL Butter 1 TL Speisestärke

Für den Apfel:

2 Äpfel 1 EL Butter 1 TL Zucker
1 Bund Koriander

Den Backofen auf 110 Grad Umluft vorheizen.

Einen hitzebeständigen Teller mit der weichen Butter bestreichen, etwas Salz darauf streuen und ein paar Tropfen Zitronensaft darauf geben. Fischfilet in Portionsgrößen schneiden, auf den vorbereiteten Teller geben. Den Teller mit einer hitzestabilen Frischhaltefolie abdecken.

Den Kürbis schälen, entkernen und in ca. 2 cm große Spalten schneiden. Die Spalten dann in feine ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden.

Die Paprika waschen, mit einem Sparschäler die Haut fein abschälen. Paprikaschoten halbieren, das Kerngehäuse entfernen und die Paprika vierteln. Diese dann in feine ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden.

Schalotten schälen, fein schneiden. Knoblauch schälen.

In einem Topf Zucker goldgelb karamellisieren, mit Apfelessig ablöschen, Schalotte zugeben und andünsten. Dann Paprika und Kürbisscheiben zugeben und mit andünsten. Knoblauchzehe, Thymianzweig und angedrückten Kardamonkapsel zugeben. Gemüsebrühe angießen, Safran unterrühren und zugedeckt das Gemüse leicht köcheln lassen, bis es weich ist, jedoch nicht verkocht ist (ca. 10 Minuten).

Den vorbereiteten Fischteller im vorgeheizten Ofen je nach Stärke des Fischfilets ca. 10-15 Minuten garen.

Die Äpfel schälen, vierteln und entkernen.

In einer Pfanne Butter erhitzen, Zucker zugeben und die Apfelspalten darin andünsten.

Koriander abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden. Koriander unter die Apfelspalten mischen und die Pfanne vom Herd ziehen.

Kürbisgemüse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kalte Butter zum Abrunden unterrühren. Evtl. das Gemüse mit Stärke abbinden. Dazu Stärke mit 2 EL Wasser anrühren, zum Gemüse geben und aufkochen lassen.

Portulak abbrausen und trocken schütteln.

Das Gemüse mit dem Saibling und den Äpfeln anrichten, mit Portulak garnieren.

Ali Güngörmüs am 27. Oktober 2017

Sardinen mit Gamba-Calamaretti-Füllung

Für vier Personen

Sardinen:

8 Schalotten	3 Zehen Knoblauch	8 Garnelen
4 Calamaretti	0,5 Zitrone	Olivenöl
Butter	Cayennepfeffer	Salz

Ragout:

3 Schalotten	2 Zehen Knoblauch	60 g Fregola Sarda
1 Orange, unbehandelt	500 ml Geflügelfond	5 Strauchtomaten
Zitronenthymian	Butter	Olivenöl
Cayennepfeffer	Zucker	Pfeffer, Salz

Kräuterbrösel:

40 g Petersilie	20 g Estragon	7 g Rosmarin
2 EL Pinienkerne, geröstet	80 g Panko	

Fertigstellung:

8 Sardinenfilets	0,5 Zitrone	Rucola, Salz
------------------	-------------	--------------

Sardinen:

Die Schalotten und den Knoblauch in feine Streifen schneiden. Etwas Olivenöl und Butter zerlassen, Schalotten und Knoblauch dazugeben und bei milder Hitze glasig (farblos) dünsten. Die Garnelen und Calamaretti in kleine Stücke schneiden und zu den Schalotten geben. Anschließend vom Herd nehmen und mit Salz, Cayennepfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken, dann auf die Seite stellen.

Ragout:

Die Schalotten und den Knoblauch in feine Streifen schneiden und in etwas Butter und Olivenöl farblos anschwitzen. Fregola Sarda dazugeben und kurz mit anschwitzen. Orangenabrieb und Zitronenthymian dazugeben und mit der Tomatenessenz auffüllen. Das Ganze aufkochen lassen und circa 20 Minuten ziehen (quellen) lassen. Die Strauchtomaten häuten, vierteln und in grobe Stücke schneiden. Das Olivenöl leicht erhitzen, die Tomatenstücke dazugeben und mit Salz, Cayennepfeffer, Pfeffer und Zucker abschmecken. Bei milder Hitze ohne Deckel schmoren.

Kräuterbrösel:

Petersilie, Estragon, Rosmarin, Pinienkerne und Panko in eine Küchenmaschine geben und fein mixen, so dass die Brösel grün sind. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Fertigstellung:

Die Sardinenfilets mit Salz und Zitrone würzen. Die Garnelen und die Calamarettimasse auf die Innenseite der Sardinen verteilen und zusammenlegen. Die restliche Masse auf den Sardinen verteilen und mit Kräuterbröseln bestreuen. Die Sardinen circa drei Minuten im vorgeheizten Backofen garen. Fregola Sarda mit Tomaten und etwas Rucola vermischen. Auf einem Teller anrichten und die gefüllten Sardinen darauf servieren.

Ali Güngörmüs am 21. September 2012

Seeteufel mit Harissa Rhabarber und Orangen-Hollandaise

Für vier Personen

Seeteufel:

500 g Seeteufelfilet	70 g Butter	1 TL Harissa
Olivenöl	Rosmarin	Thymian
Knoblauch	Pfeffer	Salz

Reduktion:

300 ml Orangensaft, frisch gepresst	1 Lorbeerblatt	1 Zehe Knoblauch
1 Zweig Thymian		

Hollandaise:

90 ml Orangensaft, reduziert	4 Eier	250 g Butter, zerlassen
Cayenne	Pfeffer	Salz

Rhabarber:

2 Stangen Rhabarber	2 Stücke Babymangold	50 g Butter
40 g Macadamia Nüsse, geröstet	Ingwer	Zucker
Pfeffer	Salz	

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Seeteufel:

Seeteufel salzen, pfeffern und anschließend in einer beschichteten Pfanne in etwas Olivenöl von allen Seiten anbraten. Für circa acht bis zehn Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Butter mit den Kräutern, Knoblauch und Harissa in die Pfanne geben, Seeteufel aus dem Ofen nehmen und in der Butter nochmals von allen Seiten wenden und mit Butter immer wieder übergießen.

Reduktion:

Orangensaft, Lorbeerblatt, die angedrückte Knoblauchzehe und den Thymianzweig in einem Topf auf 90 Milliliter einreduzieren und anschließend durch ein Sieb gießen.

Hollandaise:

Die Reduktion mit dem Eigelb auf einem Wasserbad aufschlagen und die temperierte zerlassene Butter langsam einrühren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Cayenne abschmecken und auf die Seite stellen.

Rhabarber:

Rhabarber in kleine Stücke schneiden, Babymangold in Butter bei milder Hitze weich garen, Rhabarber und die Macadamia Nüsse dazugeben mit etwas Zucker, Salz, Pfeffer und Ingwer abschmecken.

Anrichten:

Rhabarbergemüse auf Tellern verteilen, den Seeteufel in Scheiben schneiden und zusammen mit der Orangenhollandaise servieren.

Ali Güngörmüs am 13. April 2012

Winter-Kabeljau, Graupen-Gurken-Ragout, Kürbis-Schaum

Für 4 Personen

Kürbisschaum:

¼ Hokkaidokürbis	2 Schalotten	50 g Butter
1 Stängel Zitronengras	20 g Ingwer	1 TL Currypulver
100 ml Weißwein	500 ml Geflügelfond	200 ml Schlagsahne
20 ml Passionsfruchtsaft		

Graupen-Gurken-Ragout:

160 g Perlgraupen	Salz	1 Schalotte
1 EL Olivenöl	200 ml Geflügelfond	40 g kalte Butter
30 g Parmesan	Pfeffer, Cayennepfeffer	Saft von ½ Bio-Limette
Abrieb von 1 Bio-Limette	½ Salatgurke	2 EL fein gehackter Dill

Winterkabeljau:

4 Winterkabeljaufilets á 180 g	Salz	Sonnenblumenöl
--------------------------------	------	----------------

Garnitur:

frischer Dill

Kürbisschaum:

Butter in einer Pfanne erhitzen und Schalotten und Kürbis darin anschwitzen. Das Zitronengras kurz mit einem Plattiereisen zerdrücken, ganz fein schneiden und hinzufügen. Den Ingwer samt Schale hacken und zugeben. Alles langsam anschwitzen, das Currypulver zugeben und kurz mit-schwitzen lassen. Mit Weißwein ablöschen und diesen vollkommen verkochen lassen. Mit dem Fond auffüllen und den Kürbis in etwa 30 Minuten weich kochen. Dann die Sahne zugeben und aufkochen lassen. Den Topfinhalt pürieren und durch ein feines Sieb streichen. Mit Salz abschmecken und mit Passionsfruchtsaft abrunden. Vor dem Servieren mit dem Stabmixer aufschäumen.

Graupen-Gurken-Ragout:

Perlgraupen in reichlich Salzwasser bissfest kochen, dann abgießen.

Die Schalotte abziehen und fein würfeln. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Schalotte darin anschwitzen. Die Graupen zugeben und nach und nach Geflügelfond angießen, bis die Graupen weich sind und den Fond aufgenommen haben. Die kalte Butter sowie den Parmesan zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Cayenne abschmecken. Damit das Ragout etwas an Frische gewinnt, Limettenschale und -saft zufügen. Die Gurke in 5 mm große Würfel schneiden und mit dem Dill unterrühren.

Winterkabeljau:

Den Kabeljau auf beiden Seiten salzen. Etwas Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen, die Filets darin scharf anbraten und je nach Dicke in 2-3 Minuten langsam fertig braten. Sind die Filets sehr dick, empfiehlt es sich, den Fisch scharf anzubraten und dann bei 160 Grad für 4-6 Minuten im vorgeheizten Ofen fertig zu garen.

Anrichten:

Den Fisch auf dem Ragout anrichten und den Kürbisschaum daneben träufeln, mit Dill garnieren.

Ali Güngörmüs am 23. Februar 2020

Zander mit Limetten-Mayonnaise und Taboulé

Für 4 Personen

Für das Taboulé:

100 g Bulgur	300 ml Gemüsebrühe	2 EL Pinienkerne
70 g getrocknete Tomaten	5 EL Olivenöl	1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Minze	$\frac{1}{2}$ Orange	1 Zitrone

Für die Limetten-Mayonnaise:

$\frac{1}{2}$ Bio-Limette	2 Eigelb	1 EL fertige Gemüsebrühe
100 ml Rapsöl	4 Zanderfilets mit Haut (à 80 g)	3 EL Rapsöl
Salz, Pfeffer, Zucker		

Bulgur in einen Topf geben. Gemüsebrühe aufkochen und übergießen. Zugedeckt ca. 10 Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten. Auf einem Teller auskühlen lassen. Die getrockneten Tomaten fein hacken.

Tomaten, Pinienkerne und Olivenöl unter den Bulgur mischen. Petersilie und Minze abrausen, abzupfen und fein hacken. Orange und Zitrone auspressen. Das Taboulé mit den Kräutern, Salz, Pfeffer, Orangen- und Zitronensaft abschmecken. Kühl stellen.

Für die Limetten-Mayonnaise Limette heiß waschen, trocken reiben und die Schale fein abraspeln. Limette auspressen.

Eigelbe und Gemüsebrühe in einen hohen Mixbecher geben. Mit einem Mixstab durchmischen, dabei 100 ml Rapsöl nach und nach zugießen und alles mixen, bis eine dickliche Mayonnaise entsteht. Mit Salz, Zucker, Limettensaft und -schale abschmecken.

Zanderfilets abrausen, trocken tupfen. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen. Die Filets auf der Hautseite einlegen und goldbraun braten. Dann wenden und kurz fertig braten.

Taboulé nochmals mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Auf Teller verteilen, die Filets darauf anrichten und servieren. Die Limetten-Mayonnaise dazu reichen.

Ali Güngörmüs am 09. August 2016

Zander mit Limetten-Mayonnaise und Taboulé

Für 4 Personen

Getrocknete Tomaten:

8 Tomaten	3 Zweige Rosmarin	3 Zweige Thymian
2 Knoblauchzehen	5 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer, Zucker

Taboulé:

200 g Bulgur	300 ml Gemüsebrühe	2 EL Pinienkerne
70 g getrocknete Tomaten	5 EL Olivenöl	1 Bd. glatte Petersilie
1 Bd. Minze	½ Orange	1 Zitrone

Salz, Pfeffer

Limetten-Mayonnaise:

1 Limette	2 Eigelb	1 EL Gemüsebrühe
100 ml Rapsöl	Salz, Zucker	

Zander:

4 Zanderfilets, à 80 g	3 EL Rapsöl
------------------------	-------------

Getrocknete Tomaten:

Die Tomaten blanchieren und häuten, danach vierteln, Kerne und Stielansätze entfernen und flach mit der Wölbung nach oben auf ein Backblech legen. Rosmarin, Thymian, Knoblauch und Olivenöl zufügen und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Die Tomaten auf dem Blech eine Stunde im Backofen trocknen.

Tipp:

Wenn Sie die Tomaten nach dem Trocknen und Abkühlen in ein gut verschließbares Glas geben und mit Olivenöl bedecken, sind sie sehr lange haltbar.

Taboulé:

Den Bulgur in einen Topf geben, mit sehr heißer Gemüsebrühe übergießen und zugedeckt ca. 10 Minuten ziehen lassen. In der Zwischenzeit die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten. Die getrockneten Tomaten fein hacken. Wenn der Bulgur gar gezogen ist, die getrockneten Tomaten, Pinienkerne und das Olivenöl zugeben. Petersilie und Minze fein schneiden, die Orange und die Zitrone auspressen. Das Taboulé mit den Kräutern, Salz, Pfeffer, Orangensaft und Zitronensaft abschmecken.

Tipp:

Wenn Sie keinen Bulgur bekommen, können Sie auch Couscous verwenden.

Wenn Sie es gerne etwas orientalischer hätten, dann schmecken Sie das Taboulé doch einmal mit Ras el-Hanout oder Dukka ab. Auch Paprikaschote und Gurke sind geeignet für das Taboulé.

Limetten-Mayonnaise:

Die Schale der Limette abreiben, den Saft auspressen. Die Eigelbe und die Gemüsebrühe in einen hohen Rührbecher geben und das Rapsöl langsam mit einem Stabmixer einmischen. Die Mayonnaise zum Schluss mit Salz, Zucker, Limettensaft und -abrieb abschmecken.

Zander:

Die Zanderfilets auf der Hautseite in einer Pfanne im Rapsöl braten und erst wenden, wenn sie an den Seiten schon goldbraun sind.

Anrichten:

Taboulé auf Tellern verteilen, Fisch anlegen und mit der Limetten- Mayonnaise servieren.

Ali Güngörmüs am 23. Juli 2020

Zander mit Meerrettich-Mousseline und Rosenkohl-Blättern

Für zwei Personen

4 Zanderfilets, à 160 g	300 g mehligk. Kartoffeln	100 g festk. Kartoffeln
50 g Rosenkohl	50 g Zwiebeln	0,5 Bund Schnittlauch
110 g Butter	100 ml Sahne	80 ml Milch
500 ml Gemüsefond	20 ml Rapsöl	100 ml Weißwein
1 EL Meerrettich	1 Muskatnuss	Zucker, Salz
Cayennepfeffer	weißer Pfeffer	

Die mehlig kochenden Kartoffeln schälen, vierteln und in einer ausreichenden Menge Salzwasser garziehen lassen. Die Zwiebeln abziehen und fein hacken. Die Kartoffeln schälen und klein schneiden. Zwanzig Gramm der Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln zusammen mit den Kartoffelwürfeln in der Butter andünsten. Die heiße Mischung mit dem Weißwein ablöschen und mit dem Fond auffüllen. Mit Salz, Zucker, weißem Pfeffer sowie Cayennepfeffer abschmecken und alles weichköcheln lassen. Das Rapsöl in einer Pfanne erhitzen. Den Fisch waschen, trocken tupfen und auf der Hautseite im Abstand von einem halben Zentimeter bis zur Hälfte einschneiden. Anschließend salzen und auf der Hautseite in dem heißen Öl anbraten. Zwanzig Gramm der Butter am Ende mit in die Pfanne geben und den Fisch darin ziehen lassen. Die Milch in einem kleinen Topf erhitzen. Die Sahne steif schlagen. Die Kartoffeln abgießen und durch die Kartoffelpresse drücken. Von der Butter 30 Gramm unter die Masse rühren und mit Salz und Muskatnussabrieb abschmecken. Die heiße Milch ebenfalls unterrühren. Abschließend den Meerrettich zugeben und die Sahne unterheben. Das Püree noch einmal mit Salz, Pfeffer und Muskatnussabrieb abschmecken. Den Rosenkohl putzen und die Blätter abzupfen. Die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen und die Rosenkohlblätter darin schwenken. Mit Salz und Muskatnussabrieb abschmecken. Die weichgekochte Zwiebel-Kartoffelmischung mit dem Pürierstab pürieren und anschließend durch ein Sieb passieren. Den Schnittlauch waschen, trocken tupfen, fein hacken und in die Nage geben. Die Meerrettich-Mousseline in die Mitte des Tellers geben, den Zander darauf anrichten. Die Rosenkohlblätter sowie die Schnittlauchnage ebenfalls auf dem Teller anrichten und servieren.

Ali Güngörmüs am 13. Februar 2013

Zander mit Zitronen-Schaum und Kräuter-Risotto

Für 4 Personen

Für das Risotto:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	500 ml Geflügelfond
Olivenöl	1 Zweig Thymian	150 g Risottoreis
100 ml trockener Weißwein	Bärlauchblätter	4 Stängel Petersilie
½ Pck Kresse	50 g kalte Butter	50 g Parmesan, gerieben
20 ml Zitronensaft	Salz	Pfeffer

Für den Zitronenschaum:

500 ml Fischfond	250 ml halbtrockener Weißwein	125 ml trockener Wermut
1 Bio-Zitrone	Salz	Cayennepfeffer
50 g kalte Butter		

Für den Fisch:

4 Zanderfilets (à 150 g)	Salz	2 EL Pflanzenöl
2 Zweige Thymian	1 Spritzer Zitronensaft	1 EL Butter

Für das Risotto die Schalotte und den Knoblauch schälen und klein würfeln.

Geflügelfond in einem Topf erhitzen.

Das Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Schalotte mit dem Knoblauch und dem Thymianzweig anschwitzen. Den Risottoreis dazugeben und mit anschwitzen.

Mit dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen.

Nach und nach jeweils soviel vom heißen Geflügelfond angießen, dass der Reis gerade knapp mit Flüssigkeit bedeckt. Risotto unter häufigem Rühren cremig garen.

Bärlauch und Petersilie abbrausen, trocken schütteln, feinschneiden. Kresse abbrausen und vom Beet schneiden.

Für den Zitronenschaum den Fischfond mit dem Wein und dem Wermut in einem Topf aufkochen und um die Hälfte reduzieren.

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft zum Aromatisieren des Risottos auspressen.

In der Zwischenzeit die Zanderfilets kalt waschen, trocken tupfen und auf der Hautseite im Abstand von 5 mm leicht einschneiden, damit sich die Haut beim Braten nicht zusammenzieht.

Die Filets auf beiden Seiten salzen.

Das Pflanzenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Zanderfilets mit der Hautseite in die Pfanne legen. Kurz andrücken, damit das Filet flach im heißen Öl brät.

Die Filets 3-4 Minuten sacht braten, dann wenden und den Thymian und den Zitronensaft zugeben. Die Filets darin gar ziehen lassen.

Nach ca. 20 Minuten den Thymian aus dem Risotto entfernen. Jetzt alle gehackten Kräuter hinzufügen.

Zuletzt die Butter unterrühren, Parmesan unterziehen.

Das Risotto mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

In den Fond für den Zitronenschaum die Zitronenschale einrühren und mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen. Die Butter hinzufügen und die Sauce mit dem Stabmixer kurz aufschäumen, abschmecken.

Den gebratenen Zander auf Tellern anrichten, den Zitronenschaum überträufeln und das Risotto dazu reichen.

Ali Güngörmüs am 18. März 2020

Geflügel

Bio-Huhn mit Ingwer, Kartoffeln, Vadouvan-Schalotten

Für zwei Personen

Bio-Huhn mit Ingwer, Kartoffeln:

$\frac{1}{2}$ Hähnchen (Brust, Keule, Flügel)	Hähnchenhaut	6 Kartoffeln (klein)
4 Schalotten	6 bis 8 kleine Tomaten	100 ml Tomatensaft
250 ml Geflügelbrühe	3 EL Olivenöl	1 Zitronenschale
2 Scheiben Ingwer	2 Zehen Knoblauch	$\frac{1}{2}$ EL gehackte Petersilie
$\frac{1}{2}$ EL gehackter Dill	$\frac{1}{2}$ EL gehackte Minze	Salz, Pfeffer

Vadouvan-Schalotten:

8 Schalotten	3 Zehen Knoblauch	$\frac{1}{2}$ TL Vadouvan
25 g Butter	4 EL Olivenöl	1 EL Zucker
Chili, Salz, Pfeffer		

Die ungewürzte Haut des Hähnchens zwischen zwei Stücken Backpapier in einer Pfanne mit einem Topf mit Wasser beschweren, sodass die Haut bei niedriger Hitze langsam anbrät.

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Das Hähnchen in mundgerechte Stücke schneiden (Keulen, Flügel, Brust), mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend die Keulen und die Flügel auf der Hautseite zusammen mit den Tomaten in Olivenöl bei nicht zu hoher Hitze goldgelb anbraten. Anschließend die Brust hinzugeben und auch goldgelb anbraten. Währenddessen die Tomaten aus der Pfanne herausholen und enthäuten.

Sobald das Hähnchen fertig ist, alles aus der Pfanne auf einen extra Teller geben. Dann die Schalotten schälen und halbieren, den Knoblauch schälen und klein schneiden und alles zusammen in der Pfanne anschwitzen. Etwas Ingwer und Zitronenschale dazugeben. Danach das Ganze mit Tomatensaft und Geflügelbrühe ablöschen.

Währenddessen die Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden und mit in die Pfanne geben. Dann die goldgelb gebratenen Hähnchenteile dazugeben und das Pfanneninnere aufkochen lassen. Die Pfanne samt Inhalt für circa zehn Minuten in den Ofen schieben. Anschließend das Hähnchen aus dem Ofen nehmen und erneut auf dem Herd erhitzen und reduzieren. Dann das Hähnchen mit Salz und Pfeffer, kleingehackter Petersilie und Dill abschmecken.

Die Schalotten schälen und vierteln. Den Knoblauch schälen und klein schneiden. Dann beides in Olivenöl anschwitzen und mit Vadouvan bestreuen. Anschließend mit ganz wenig Chili, Salz und Pfeffer abschmecken. Ein bisschen Butter und Zucker hinzugeben, damit die Zwiebeln leicht karamelisiert werden.

Das Hähnchen auf zwei Tellern anrichten und die Zwiebeln dazugeben. Zum Schluss das Gericht mit feingehackter Minze bestreuen und die krosse Hähnchenhaut mit etwas Salz würzen und in Scheibchen über dem Hühnchen verteilen.

Ali Güngürmüs am 13. März 2015

Chili-Hähnchen mit Karotten-Mango-Salat

Für 4 Personen

4 Hähnchenkeulen	1 TL Harissapaste	Salz
Sesamöl	1 Knoblauchzehe	20 g frischer Ingwer
1 EL Sonnenblumenöl		

Für den Karotten-Mango-Salat:

2 Karotten	1 Mango (reif, fest)	1 Bio-Limette
2 EL Mirin	2 EL Sesamöl	1 EL Olivenöl
frischer Koriander	Salz	

Für das Soja-Sesam-Dressing:

20 g fermentierte Sojabohnen	1 EL heller Sesam	30 ml Sojasauce
50 ml Mirin	2 EL Sesamöl, geröstet	außerdem
400 ml Frittieröl	4 Papadam	

Das Fleisch muss über Nacht marinieren.

Von den Hähnchenkeulen die Knochen auslösen. Fleisch gründlich kalt abspülen und trocken tupfen.

Harissapaste, etwas Salz und Sesamöl verrühren, die Fleischseiten der Keulen damit bestreichen. Keulen in eine Schüssel geben. Knoblauch abziehen, Ingwer schälen. Beides fein reiben und zum Fleisch geben. Die Keulen zugedeckt im Kühlschrank etwa 12 Stunden, alternativ über Nacht, marinieren.

Am folgenden Tag Möhren putzen, schälen und in feine Stifte schneiden oder hobeln.

Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein schneiden. Mangofruchtfleisch ebenfalls in feine Streifen schneiden.

Limette heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

Limettensaft, Mirin, Sesam- und Olivenöl verrühren. Möhren- und Mangostreifen untermischen. Koriandergrün abspülen, trocken schütteln und grob schneiden. Den Salat mit Koriander, Limettenschale und Salz abschmecken, ziehen lassen.

Die fermentierten Sojabohnen mit warmem Wasser übergießen und ca. 10 Minuten ziehen lassen. Inzwischen das Sonnenblumenöl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Das Fleisch etwas trocken tupfen. Mit der Hautseite in die Pfanne legen und bei schwacher bis mittlerer Hitze ohne Wenden braten, bis das Fleisch nahezu durchgegart und die Haut goldgelb und knusprig ist.

Dann Keulen wenden und noch kurz fertig braten.

Sesam in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Währenddessen die Sojabohnen abgießen. Sojabohnen, Sesam, Sojasauce, Mirin und Sesamöl in einem Topf vermengen und einmal aufkochen lassen.

Für die Linsenfladen das Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen. Papadam darin nach und nach von beiden Seiten kurz knusprig frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Salat nochmals abschmecken. Hähnchenkeulen, Salat und jeweils etwas Dressing auf den Papadams anrichten. Das restliche Dressing extra dazu reichen.

Ali Güngörmüş am 08. Januar 2020

Ente á l'orange auf Radicchio-Linsen-Ragout

Für vier Personen

Ente:

1 Ente, ca. 1500 g Pfeffer, Salz

Radicchio-Linsenragout:

1 Kopf Radicchio	10 g Schalotten	20 g Zucker
3 g Salz	30 g Butter	25 g Himbeeressig
100 g Portwein	35 g Geflügelbrühe	35 g Geflügeljus
40 g Linsen	20 g Graupen	Butter, Zitrone
Schnittlauch	Zucker, Salz	

Orangensoße:

2 Würfel Zucker	400 ml Orangensaft, frisch	200 ml Orangensaft
50 ml Orangenlikör	300 ml Geflügelfond	1 Lorbeerblatt
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	Preiselbeeren
Speisestärke	Butter, Pfeffer, Salz	

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Ente:

Die Ente von innen und außen waschen und trocken tupfen. Von innen mit Salz und Pfeffer würzen, anschließend von außen salzen und mit einem Bindfaden zusammenbinden. Die Ente in einem Bräter mit der Brust nach oben legen und mit Wasser circa zwei Zentimeter auffüllen. Im vorgeheizten Backofen circa 50 Minuten garen. Anschließend den Backofen auf 220 Grad hoch schalten und die Ente nochmals circa 20 Minuten weitergaren. Dadurch bekommt sie eine schöne Farbe und eine krosse Haut.

Radicchio-Linsenragout:

Den Radicchio putzen und zehn Minuten in warmes Zitronenwasser legen, dadurch gehen die Bitterstoffe weg. Die Schalotten in feine Streifen schneiden und in einem Topf mit Butter anschwitzen. Die Linsen dazugeben und ebenfalls anschwitzen. Mit Wasser aufgießen und circa 20 Minuten kochen. Die Linsen abgießen und in eine Schüssel geben. Die Graupen circa 15 Minuten in gesalzenem Wasser kochen, anschließend in einem Sieb abgießen. Für den Schmorfond Butter und Zucker leicht karamellisieren. Mit Himbeeressig ablöschen und reduzieren. Den Portwein dazugeben und reduzieren, danach die Jus dazugeben. Den gezupften Radicchio unterheben und garen. Zum Schluss die Linsen und Graupen dazugeben und mit Schnittlauch, Salz und Pfeffer abschmecken.

Orangensoße:

Den Würfelzucker karamellisieren und mit Orangenlikör ablöschen. Mit Orangensaft auffüllen und auf die Hälfte der Menge einkochen lassen. Das Lorbeerblatt, Thymian, Rosmarin und Geflügelfond dazugeben und nochmals einkochen lassen. Die Soße mit etwas Speisestärke leicht binden und mit Salz, Pfeffer und Butter abschmecken.

Das Anrichten:

Die Ente mit einem scharfen Messer tranchieren. Das Radicchio-Linsenragout auf einen Teller geben und die Ente darauf anrichten. Die Soße mit einem Löffel verteilen und nach Belieben Preiselbeeren dazu reichen.

Ali Güngörmüs am 26. Oktober 2012

Ente mit Petersilienwurzel-Creme, Pfeffer-Cassis-Feigen

Für vier Portionen

Oldenburger Ente (2 kg)	Bindfaden	8 Petersilienwurzeln
Geflügelfond	2 Feigen	250 ml Cassislikör
4 Orangen	600 ml Orangensaft	Orangenöl
alter Balsamico	1 Bund Petersilie	Butter
1 Zitrone	1 Apfel	1 Ingwerknolle
Zucker	1 Zweig Thymian	Mignonette Pfeffer
Salz		

Die Ente von innen mit etwas Petersilie, Salz und Mignonette Pfeffer würzen und zubinden. Anschließend auf ein mit Wasser beträufeltes Backblech legen und in dem vorgeheizten Ofen für 70 Minuten garen. Den Cassislikör und den alten Balsamico in einem Topf erhitzen und einreduzieren. Die halbierten Feigen, etwas groben Pfeffer und einige Butterflocken hinzufügen und erneut einreduzieren, bis die Sauce die gewünschte Konsistenz hat. Einen weiteren Topf mit Wasser ansetzen. Die Petersilienwurzeln schälen, nach Belieben schneiden und im Wasser garen. Dann das Wasser abgießen und etwas Butter sowie gehackte Petersilie zu den Petersilienwurzeln geben. Den Apfel schälen und darüber reiben sowie einige Spritzer Zitronensaft dazugeben. Etwas Orangenabrieb sowie den ausgepressten Orangensaft und etwas Orangenöl in einen dritten Topf geben und einreduzieren (bei Bedarf kann etwas Geflügelfond hinzugefügt werden). Die Orangensauce mit schwarzem Pfeffer, etwas geriebenem Ingwer und dem Zucker verfeinern. Den Thymian hinzufügen und die Sauce mit Butterflocken abbinden. Mit Salz und grobem Pfeffer abschmecken.

Serviervorschlag:

Die Petersilienwurzel-Stückchen auf einem Teller anrichten und die Feigen-Sauce daneben gießen. Die Ente in Tranchen schneiden und mit etwas Pfeffer und Salz würzen. Die Orangensauce über den Petersilienwurzeln verteilen.

Ali Güngörmüs am 23. Dezember 2014

Enten-Brust mit roten Zwiebeln, Korinthen, Sellerie-Püree

Für zwei Personen

Für die Entenbrust:

2 Entenbrüste, à 200 g 50 g geröstete Erdnüsse 1 TL Butter
1 Stange Zitronengras Sonnenblumenöl Salz, Pfeffer

Für die Zwiebeln:

1 rote Zwiebel 1 EL Korinthen 1 Orange
100 ml Rotwein 1 EL Butter 1 Zweig Thymian
 $\frac{1}{2}$ Bund Koriandergrün 1 Msp. Zimt Salz, Pfeffer

Für das Selleriepüree:

$\frac{1}{2}$ Sellerieknolle 40 g kalte Butter Milch, Muskatnuss, Salz

Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$ Sellerieknolle $\frac{1}{2}$ Bund krause Petersilie Öl, Salz

Für die Entenbrust: Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

Entenbrüste waschen, trockentupfen und von den Sehnen befreien. Die Haut rautenförmig einritzen. Ente mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne etwas Öl nicht zu stark erhitzen und die Entenbrüste mit der Hautseite nach unten einlegen. Die Pfanne darf nicht zu heiß sein, damit das Fett ausbrät. Das Fleisch 1 Minute auf der Hautseite braten, die Temperatur erhöhen, das Fleisch wenden und auf der anderen Seite ca. 30 Sekunden scharf anbraten. Entenbrüste aus der Pfanne nehmen.

Erdnüsse in einer Küchenmaschine hacken. Zitronengras putzen und flachklopfen. Erdnüsse mit Zitronengras und einer Flocke Butter in einer Pfanne anrösten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zitronengras entfernen und die gehackten Erdnüsse gleichmäßig auf die Entenbrust geben.

Entenbrüste auf einem Grillrost im vorgeheizten Ofen 8-10 Minuten garen. Aus dem Ofen nehmen und 2 Minuten ruhen lassen.

Für die Zwiebeln: Zwiebel abziehen, halbieren und in Streifen schneiden. Butter in einem Topf zerlassen, Zwiebeln hinzufügen, mit etwas Salz und Zimt würzen und anschwitzen. Orange unter heißem Wasser abspülen, mit einem Sparschäler einen Streifen Schale abschälen und diese mit in die Pfanne geben. Thymian abbrausen, trockenwedeln und ebenfalls zu den Zwiebeln in die Pfanne geben. Mit Rotwein ablöschen und Korinthen zugeben. Zwiebeln darin weich schmoren und etwas pfeffern.

Koriandergrün abbrausen, trockenwedeln, in feine Streifen schneiden und unter die Zwiebeln heben.

Für das Selleriepüree: Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Sellerie schälen, in 2 cm große Würfel schneiden und in Salzwasser etwa 30 Minuten weichkochen. Gelegentlich umrühren, damit nichts anbrennt.

Sellerie abgießen. Zusammen mit der Butter fein pürieren. Bei Bedarf Milch zugeben, allerdings so wenig wie möglich, sonst wird das Püree zu flüssig. Muskatnuss reiben und 1 Msp. auffangen. Püree mit Salz und etwas Muskatnuss abschmecken und bis zum Servieren warmhalten.

Für die Garnitur:

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Sellerie schälen und in dünne Scheiben hobeln. Im heißen Fett zu knusprigen Chips ausbacken. Auf ein Küchenpapier geben, abtropfen, leicht salzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Ali Güngörmüs am 04. Juni 2020

Gebackenes Kokos-Hähnchen mit Gewürzlinsen

Für 4 Personen

Orangenvinaigrette:

1 TL Zucker	300 ml Orangensaft	1 Lorbeerblatt
Salz	Saft von $\frac{1}{2}$ Zitrone	2 EL Olivenöl
200 g Babymangold		

Gewürzlinsen:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	30 g Butter
70 g Belugalinsen	$\frac{1}{2}$ TL Anapurna-Currypulver	$\frac{1}{2}$ TL Ras el-Hanout
2 EL Balsamicoessig	300 ml Gemüfefond	1 TL Speisestärke
30 g kalte Butter	1 Bd. Petersilie	Salz

Kokoshähnchen:

2 Hähnchenbrustfilets	Salz	100 g Panko
100 g Kokosraspeln	2 Eier	2 EL Mehl
500 ml Sonnenblumenöl		

Orangenvinaigrette:

Den Zucker in einem Topf karamellisieren lassen und mit dem Orangensaft ablöschen. Das Lorbeerblatt zugeben und den Saft auf 100 ml einkochen lassen. Das Lorbeerblatt herausnehmen, den Saft mit Salz und Zitronensaft abschmecken und das Olivenöl unterschlagen. Die Mangoldblätter mit der Vinaigrette marinieren.

Gewürzlinsen:

Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Die Butter in einem Topf erhitzen und beides darin langsam anschwitzen. Linsen, Currypulver und Ras el-Hanout zugeben und mit-schwitzen lassen. Mit dem Es-sig ablöschen, diesen vollkommen verkochen lassen und mit dem Fond auffüllen. Die Linsen sachte köcheln lassen, bis sie weich sind, falls nötig weiteren Fond zugeben. Die Speisestärke mit 2 EL kaltem Wasser anrühren und unter Rühren zu den köchelnden Linsen geben. Die kalte Butter klein würfeln und zufügen. Die Linsen jetzt nicht mehr kochen lassen. Die Petersilie fein schneiden und zugeben. Die Linsen mit Salz abschmecken. Wichtig ist, dass erst zum Schluss gesalzen wird, ansonsten verlängert sich die Garzeit erheblich.

Kokoshähnchen:

Das Fleisch in 2 cm dicke Scheiben schneiden und salzen. Panko und Kokosraspeln auf einem Teller mischen, die Eier in einem tiefen Teller verquirlen und das Mehl auf einen dritten Teller geben. Die Hähnchenscheiben zuerst im Mehl wenden, dann durch das Ei ziehen und abschließend mit der Panko-Kokos-Mischung panieren. Das Sonnenblumenöl auf 170 Grad erhitzen und das Fleisch darin 3-4 Minuten frittieren. Das Fett darf nicht zu heiß sein, da die Panade sonst verbrennt.

Tipp:

Für eine andere Note können Sie das Hähnchen auch klassisch mit Mehl, Ei und Semmelbröseln panieren oder Sie geben etwas gerösteten Sesam unter die Panade.

Anrichten:

Gebackenes Kokoshähnchen, Mangold mit Orangenvinaigrette und Gewürzlinsen auf Tellern anrichten und gleich servieren.

Ali Güngörmüs am 12. März 2020

Gebackenes Kokos-Hähnchen mit Mangold

Für 4 Personen

Für Vinaigrette und Mangold:

1 TL Zucker	300 ml Orangensaft	1 Lorbeerblatt
Salz	1 Spritzer Zitronensaft	2 EL Olivenöl
200 g Baby- Mangold		

Für die Gewürzlinsen:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	30 g Butter
70 g Belugalinsen	1/2 TL Anapurna-Curry	1/2 TL Ras-el-Hanout
2 EL Balsamico	300 ml Gemüsebrühe	1 TL Speisestärke
30 g kalte Butter	Salz	1 Bund glatte Petersilie

Für das Kokoshähnchen:

2 Hähnchenbrustfilets	Salz	100 g Pankomehl
100 g Kokosraspeln	2 Eier	2 EL Mehl
500 ml Sonnenblumenöl		

Für die Orangenvinaigrette den Zucker in einem kleinen Topf hell karamellisieren.

Den Orangensaft vorsichtig zugießen, unter Rühren aufkochen lassen und den Karamell lösen. Das Lorbeerblatt zugeben und den Saft auf 100 ml einkochen lassen.

Das Lorbeerblatt entfernen. Einkochten Saft mit Salz und Zitronensaft abschmecken und das Olivenöl unterschlagen.

Den Mangold putzen, in Blätter teilen. Mangold waschen und abtropfen lassen. Die Mangoldblätter mit der Vinaigrette marinieren.

Für die Linsen Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln.

Die Butter in einem Topf erhitzen. Schalotten- und Knoblauchwürfel darin sacht andünsten.

Die Linsen in ein Sieb geben, kalt abspülen und abtropfen lassen.

Linsen, Currypulver und Ras el-Hanout in den Topf geben und mit anschwitzen.

Mit Balsamico ablöschen, diesen einkochen lassen und mit dem Fond auffüllen.

Die Linsen sacht gar köcheln, bei Bedarf noch etwas Fond zugießen.

Stärke und 2 EL kaltes Wasser glatt verrühren. Die angerührte Stärke unter die Linsen rühren. Kurz köcheln lassen.

Die kalte Butter fein würfeln und einrühren. Die Linsen nun nicht mehr kochen lassen.

Gewürzlinsen mit Salz abschmecken.

Petersilie abbrausen, trocken schütteln, fein schneiden und unter die Linsen mischen.

Das Fleisch kalt abbrausen, trocken tupfen und in etwa 2 cm dicke Scheiben schneiden.

Hähnchenstreifen salzen.

Pankobrösel und Kokosraspel auf einem Teller mischen. Die Eier in einem tiefen Teller verquirlen. Das Mehl auf einen weiteren Teller geben.

Die Hähnchenscheiben zuerst im Mehl wenden, überschüssiges Mehl sacht abklopfen.

Fleisch dann durch das Ei ziehen und abschließend in der Panko-Kokos-Mischung wenden und panieren.

Das Sonnenblumenöl in einem Topf oder einer Fritteuse auf etwa 170 Grad erhitzen.

Das Fleisch im heißen Öl ca. 4 Minuten goldbraun und knusprig frittieren. Auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen.

Den marinierten Mangold und Linsen auf Tellern anrichten, das Kokos-Hähnchen dazu reichen.

Ali Güngörmüs am 15. Juni 2020

Geflügel-Salat mit Orangen, Datteln und Mandeln

Für 4 Personen

Salz	2 Orangen	12 getrocknete Datteln
2 EL Rauchmandeln	4 Hähnchenbrustfilets	3 EL Rapsöl
2 Radicchio	1 Bund Brunnenkresse	1/2 Bund rotes Basilikum
1 Prise Zucker	Sumach	4 EL Olivenöl
1 Zweig Rosmarin	2 Zweige Thymian	

Die Zwiebel schälen, halbieren und längs in dünne Spalten schneiden. Dann in eine Schüssel mit eiskaltem leicht gesalzenem Wasser legen, damit sie schön knackig bleiben.

Die Orangen mit einem Messer so schälen, dass auch die weiße Haut entfernt wird. Dann die Fruchtfilets zwischen den einzelnen Trennhäuten ausschneiden. Die Datteln in Streifen schneiden, die Rauchmandeln grob hacken.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das Rapsöl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen, die Hähnchenbrustfilets mit Salz würzen und in der Pfanne zunächst auf der Hautseite ca. 3 Minuten braten. Dann wenden, die Pfanne in den Ofen geben und das Fleisch ca. 8 Minuten auf den Punkt garen. So, dass es gerade durchgebraten ist.

In der Zwischenzeit Radicchio halbieren, den Strunk ausschneiden und die Blätter lösen. Diese waschen, trocken schleudern und etwas kleiner zupfen.

Brunnenkresse und Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

Radicchioblätter mit etwas Salz und einer Prise Zucker würzen und auf vier Teller verteilen. Zwiebspalten gut abtropfen und mit Brunnenkresse, Orangenfilets, Datteln und Mandeln auf den Radicchioblättern verteilen. Jeweils mit 1 Prise Sumach würzen und mit ca. 1 EL Olivenöl beträufeln.

Rosmarin und Thymian abbrausen und trocken schütteln.

Die gegarten Hähnchenbrustfilets aus dem Ofen nehmen, in die Pfanne ins Bratfett der Hähnchen die Rosmarin- und Thymianzweige legen und kurz ziehen lassen. Dann das Fett mit einem Esslöffel über das Fleisch träufeln.

Hähnchenbrustfilets aus der Pfanne nehmen, in schräge Scheiben schneiden auf den vorbereiteten Salattellern anrichten. Mit Basilikumblättern garnieren und servieren.

Ali Güngörmüs am 17. Januar 2017

Geschmortes Gewürz-Brathähnchen

Für 4 Personen

1 Brathähnchen	Salz	Pfeffer
3 EL Rapsöl	1 Bio-Zitrone	12 Kartoffeln, klein
4 Schalotten	8 Kirschtomaten	1 TL Tomatenmark
1 Prise Currypulver	1 Prise Ras-el-Hanout	1 Prise Baharat
2 Lorbeerblätter	$\frac{1}{2}$ Zimtstange	500 ml Gemüsebrühe
$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	$\frac{1}{2}$ Bund Minze	

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen (Umluft: 160 Grad/Gasherd: Stufe 2–3).

Das Hähnchen in etwa 6–8 Stücke zerlegen, gründlich kalt waschen und trocken tupfen. Hähnchenteilen mit Salz und Pfeffer einreiben.

In einem ofenfesten Bräter oder Pfanne das Rapsöl erhitzen. Die Hähnchenteile darin rundherum goldbraun anbraten.

Zitrone heiß waschen, trocken reiben und in Scheiben schneiden.

Kartoffeln schälen, waschen, abtropfen lassen und halbieren.

Die Schalotten schälen und fein hacken.

Tomaten waschen, trocken reiben und halbieren.

Das Hähnchen aus dem Topf heben, kurz beiseite stellen.

Schalottenwürfel im Bratfett unter Wenden anrösten. Tomatenmark einrühren und ebenfalls kurz anrösten.

Kartoffeln und Gewürze zugeben und unter Wenden kurz andünsten.

Hähnchenteile, Zitronenscheiben und Kirschtomaten zufügen. Alles mit Gemüsebrühe ablöschen und in den heißen Backofen schieben. Gewürzhuhn ca. 30 Minuten schmoren.

Koriander und Minze abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Kräuter grob hacken.

Schmorgericht abschmecken und mit den Kräutern bestreut anrichten.

Dazu passt ein Dip aus 200 g Crème fraîche, 2 Prisen Baharat und 1 Prise Salz.

Ali Güngörmüs am 09. Januar 2019

Hähnchen-Garnelen-Kebab mit Pinienkern-Bulgur

Für 4 Personen

Hähnchen-Garnelen-Kebabs:

400 g Hähnchenbrustfilet	200 g rohe Garnelen	100 g Schalotten
2 Knoblauchzehen	3 Stängel glatte Petersilie	1 Ei
$\frac{1}{2}$ TL gemahl. Kreuzkümmel	$\frac{1}{2}$ TL gemahl. Koriander	Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer
4 EL Olivenöl		

Pinienkern-Bulgur:

4 Frühlingszwiebeln	12 Kirschtomaten	3 Zweige Thymian
100 g Butter	3 EL Pinienkerne	350 ml Geflügelbrühe
1 Prise Ducca	250 g Bulgur	1 Bd. Basilikum
1 Bd. glatte Petersilie	4 EL Olivenöl	

Hähnchen-Garnelen-Kebabs:

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und fein würfeln. Die Garnelen längs teilen und den schwarzen Darmfaden entfernen, dann die Garnelen waschen und trocken tupfen. Zusammen mit dem Fleisch im Tiefkühlfach 20-30 Minuten leicht anfrieren lassen. Inzwischen Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und fein schneiden. Das gefrorene Hähnchenfleisch und die Garnelen im Blitzhacker fein zerkleinern. Mit Ei, Schalotten, Knoblauch, Petersilie, Kreuzkümmel und Koriander verkneten und mit Salz, Pfeffer sowie 1 Prise Cayennepfeffer abschmecken. Aus der Kebabmasse 20 längliche Würste formen. In einer großen Pfanne 4 EL Öl erhitzen und die Kebabs darin bei mittlerer Hitze in etwa 8 Minuten rundum knusprig braun braten.

Pinienkern-Bulgur:

Frühlingszwiebeln waschen und den weißen Teil fein schneiden. Die Tomaten waschen und vierteln. Den Thymian waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen. Die Butter in einem Topf zerlassen und Frühlingszwiebeln, Tomaten, Thymianblättchen sowie Pinienkerne darin anschwitzen. Mit der Brühe ablöschen, Ducca zugeben und alles aufkochen. Den Bulgur einrühren. Den Topf vom Herd nehmen und den Bulgur zugedeckt 10 Minuten quellen lassen. Zum Fertigstellen des Bulgurs, Basilikum und Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Basilikumblätter kleiner zupfen, die Petersilienblättchen abzupfen und fein schneiden. Basilikum, Petersilie und 4 EL Öl unter den Bulgur mischen.

Anrichten:

Den Pinienkern-Bulgur auf vier Tellern verteilen und mit jeweils fünf Kebabs servieren.

Ali Güngörmüs am 25. Juni 2020

Hähnchen-Keulen mit Kartoffel-Knoblauch-Stampf

Für 4 Personen

Hähnchenkeulen:

2 EL Rapsnöl	4 Hähnchenkeulen à 250 g	Salz, Pfeffer
4 Strauchtomaten	8 hellgrüne Spitzpaprikaschoten	Ducca
Ras el-Hanout	Baharat	2 grüne Kardamomkapseln
1 Splitter von Zimtstange	2 Lorbeerblätter	50 g gekochte Kichererbsen
250 ml Geflügelbrühe	1 Bd. Koriandergrün	

Kartoffel-Knoblauch-Stampf:

600 g mehligk. Kartoffeln	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
1 junge Knoblauchknolle	Salz, Pfeffer	Cayennepfeffer
4 EL Butter		

Aprikosenjoghurt:

6 getrock. Aprikosen	150 g türk. Joghurt	1 Prise Salz
1 EL Olivenöl		

Hähnchenkeulen:

Backofen auf 160 Grad vorheizen. Die Hähnchenkeulen waschen, trocken tupfen, salzen, pfeffern und in einem Bräter auf der Hautseite in der Pfanne anbraten, kurz wenden. Die Tomaten kreuzweise einritzen, überbrühen, kalt abschrecken, häuten und halbieren, dabei die Stielansätze entfernen. Die Paprikaschoten waschen. Tomaten und Paprikaschoten um die Hähnchenkeulen verteilen und alles mit je 1 Prise Ducca, Ras el-Hanout und Baharat bestäuben. Die Kardamomkapseln andrücken und mit Zimt und Lorbeer zum Hähnchen geben. Die Hähnchenkeulen im Ofen 15 Minuten garen. Den Bräter danach aus dem Ofen nehmen. Kichererbsen zugeben und die Brühe angießen. Dann die Hähnchenkeulen im Ofen in ca. 15-20 Minuten fertig garen. Koriandergrün waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen. Bräter mit den gegarten Hähnchenkeulen aus dem Ofen nehmen und die Korianderblättchen unter das Gemüse mischen.

Kartoffel-Knoblauch-Stampf:

Kartoffeln schälen, in grobe Stücke schneiden und in einem Topf mit Wasser bedecken. Thymian und Rosmarin waschen, die Knoblauchknolle waschen und halbieren. Thymian, Rosmarin, $\frac{1}{2}$ Knoblauchknolle und 1 kräftige Prise Salz zu den Kartoffeln geben. Zum Kochen bringen und zugedeckt in etwa 15 Minuten weich garen. Von der restlichen Knoblauchknolle 3-4 Zehen schälen und fein hacken. Die Butter zerlassen und den gehackten Knoblauch darin bei schwacher Hitze glasig anschwitzen. Die Kartoffeln abgießen, dabei ein wenig Kochwasser auffangen. Knoblauchknollenhälfte und Kräuterzweige entfernen. Die Kartoffeln zur Knoblauchbutter geben und nicht zu fein stampfen, dabei esslöffelweise so viel Kochwasser zufügen, dass der Stampf eine lockere, nicht zu trockene Konsistenz bekommt. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken.

Aprikosenjoghurt:

Aprikosen mit dem Joghurt, Salz und Olivenöl verrühren und die Aprikosen unterheben.

Anrichten:

Hähnchenkeulen mit dem Gemüse auf Tellern verteilen und Aprikosenjoghurt und Kartoffel-Knoblauch-Stampf dazu reichen.

Ali Güngörmüs am 20. November 2019

Hühnchen mit orientalischem Spitzkohl, Granatapfel-Soße

Für 4 Personen

Granatapfelsoße:

500 ml Geflügeljus 1 EL Granatapfelessig 2 EL Granatapfelkerne
50 g kalte Butter

Orientalischer Spitzkohl:

$\frac{1}{4}$ Kopf gehobelter Spitzkohl 1 Bd. Petersilie (gehackt) 20 g Butter
Salz 1 Prise osmanisches Gewürz 2 Prisen Ras el-Hanout
1 EL Korinthen

Hähnchen:

4 Hähnchenbrüste à 170 g Salz, Pfeffer 2 EL Sonnenblumenöl

Und:

1 Fladenbrot

Granatapfelsoße:

Geflügeljus in einen Topf geben und auf die Hälfte einkochen lassen.

Granatapfelessig und Granatapfelkerne zu der reduzierten Jus geben und warm halten. Kurz vor dem Servieren die kalte Butter in die heiße Jus rühren, die Soße sollte nicht mehr kochen.

Orientalischer Spitzkohl:

Butter im Topf erhitzen, etwas salzen und mit den angegebenen Gewürzen versehen. Das Kraut dünsten, sodass es etwas zusammenfällt, es sollte nicht verkochen und ein wenig Biss behalten. Kurz vor Ende der Garzeit Petersilie und Korinthen untermengen.

Tipp:

Wer das osmanische Gewürz nicht bekommt, kann auch Chiliflocken und wilden Thymian verwenden.

Hähnchen:

Den Backofen auf 170 Grad Umluft vorheizen. Die Hähnchenbrüste von beiden Seiten salzen. Das Sonnenblumenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Brüste mit der Hautseite nach unten etwa 3 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Die Haut sollte sich goldgelb färben und anfangen, knusprig zu werden. Die Brüste wenden und im Ofen in 8-12 Minuten fertig garen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, pfeffern und ein paar Minuten ruhen lassen.

Und:

Anrichten:

Den Spitzkohl auf vier Teller verteilen, je eine Hähnchenbrust daraufsetzen und mit Soße umtröpfeln. Mit Fladenbrot servieren.

Ali Güngörmüs am 25. Juli 2019

Orientalische Weihnachtsente

Für 5-6 Personen

Für den Entenbraten:

1 Peking-Ente	Salz	Pfeffer
100 ml Wasser	Küchengar	

Für den Entenbraten:

Pastinaken-Püree mit Zimt:

6 Pastinaken	150 g Butter	Salz
1 Bio Orange	750 ml Milch	1 TL Zimt

Geschmorte Pastinaken:

3 Pastinaken	10 g Butter	Zucker
Salz	350 ml Wasser	

Granatapfel-Orangen-Sauce:

1 ausgelöste Enten-Karkasse	3 EL Rapsöl	1 Gemüsezwiebel
4 Möhren	1 Apfel	3 Stangen Staudensellerie
2 EL Tomatenmark	1 EL Demi Glace	eine Prise Zucker
500 ml Rotwein	250 ml Portwein	1 TL Pfefferkörner
1 Ingwerknolle	2 Bio Orangen	1 Glas Geflügelfond
1 l Wasser	Sud der geschmorten Pastinaken	2 Granatäpfel

Orientalischer Spitzkohl:

10 g Butter	50 g Mandelblättchen	25 g Pistazien
2 TL Curry	1 Spitzkohl	100 g Korinthen
Salz	eine Prise Zucker	1 Bund Minze

1 Bund Koriander

Ofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.

Innereien aus der Ente entfernen, Flügel abtrennen. Ente von innen kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.

Tipp: Die Flügel können in der Granatapfel-Orangen-Sauce mitköcheln, der Sterz darf jedoch nicht mit in die Sauce! Die Ente mit Küchengar an der Brust beginnend abbinden. Mit Wasser bestreichen und kräftig salzen.

Wasser 2 cm hoch in ein tiefes Backblech füllen. Ein Gitter auflegen und die präparierte Ente darauf platzieren.

Die Ente erst 50 Minuten bei 180 °C Ober- und Unterhitze und danach 20 Minuten bei 220 °C Ober- und Unterhitze garen lassen. **Pastinaken-Püree mit Zimt:**

Pastinaken schälen und in 1 cm große Stücke schneiden. Butter in einem Topf erhitzen, Pastinaken darin anschwitzen. Kräftig mit Salz würzen.

Eine Orangenzeste abziehen und in den Topf geben.

Ein Drittel der Milch hinzuschütten, den Topf mit dem Deckel verschließen und 20 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Zwischendurch umrühren.

Einen Schuss Milch hinzufügen und die Pastinaken mit einem Pürierstab pürieren. Nach Bedarf den Rest der Milch und Butter hinzugeben.

Das Püree mit Zimt würzen.

Geschmorte Pastinaken:

Pastinaken schälen und halbieren. Butter in einer Pfanne erhitzen.

Pastinaken von beiden Seiten anrösten.

Mit Salz und Zucker würzen.

Tipp:

Gemüse in der Pfanne lieber mit Zucker als mit Pfeffer würzen, da dieser schnell verbrennt.

Wasser hinzugießen. 20 Minuten schmoren lassen.

Sud für die Granatapfel-Orangen-Sauce in eine separate Schüssel gießen.

Granatapfel-Orangen-Sauce:

Die Karkasse grob zerhacken. Öl in einem ausreichend großen Bräter erhitzen, die Karkasse darin scharf anbraten.

Zwiebeln und Möhren schälen, Apfel entkernen und Sellerie-Strünke entfernen. Alles in grobe Stücke schneiden. Zusammen mit der Karkasse anbraten.

Tomatenmark, Demi Glace und Zucker dazugeben.

Mit Rotwein ablöschen. Tipp: Alternativ kann auch Trauben- oder Kirschsaff verwenden werden.

Portwein hinzugeben. 50 Minuten bei offenem Deckel köcheln lassen.

Zwischendurch umrühren.

Pfefferkörner, zwei Scheiben Ingwer, zwei Orangenzesten und den Geflügelfond hinzugeben.

Mit Wasser und dem Sud der geschmorten Pastinaken auffüllen und nochmal 10 Minuten köcheln lassen.

Alles durch ein Sieb in einen Topf passieren. Sauce stärker erhitzen.

Tipp:

Sauce erst reduzieren, dann salzen, da sie sonst schnell zu salzig wird.

Granatäpfel halbieren und die Kerne mithilfe eines Löffels über einer Schüssel herausklopfen.

Die Hälfte der Granatapfelkerne zur Sauce geben und etwas mitköcheln lassen.

Orangen auspressen und Saft hinzugeben, salzen und die restlichen Kerne hinzugeben. **Orientalischer Spitzkohl:**

Butter in einer Pfanne erhitzen. Mandelblättchen und Pistazien mit dem Currypulver darin anrösten.

Die äußeren Blätter des Spitzkohls entfernen, Spitzkohl längs halbieren, Strunk herausschneiden und in feine Streifen schneiden.

Korinthen und Spitzkohl in die Pfanne geben und mit Salz und Zucker würzen.

Minze und Koriander fein hacken und unter den Kohl heben.

Tipp:

Alternativ darf anstatt Koriander auch Petersilie verwendet werden.

Ali Güngörmüs am 15. Dezember 2020

Perlhuhn-Brust mit Fregola Sarda und Brokkoli

Für 4 Personen

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 EL Olivenöl
200 g Fregola Sarda	Salz	1 Msp. Baharat
400 ml Geflügelfond	4 Perlhuhnbrüste	2 EL Pflanzenöl
40 g Pinienkerne	2 Zweige Thymian	300 g Brokkoli
4 Mini-Pak Choi	80 g kalte Butter	Zucker
50 g Parmesan	Pfeffer	1 Msp. Cayennepfeffer

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.

Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin anschwitzen. Die Fregola Sarda zugeben und glasig werden lassen, mit Salz und Baharat würzen und mit Geflügelfond auffüllen. Die Pasta zugedeckt 12 Minuten bei schwacher Hitze garen. Sie sollte noch Biss haben, aber nicht zu fest sein, ähnlich einem Risotto. Falls nötig, noch ein wenig Fond zugeben.

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Perlhuhnbrüste von Sehnen befreien, gründlich kalt waschen und trocken tupfen. Das Fleisch rundum salzen. Pflanzenöl in einer backofengeeigneten, beschichteten Pfanne erhitzen und das Fleisch auf der Hautseite darin bei mittlerer Hitze ca. 3 Minuten braten.

Die Perlhuhnbrüste wenden und eine weitere Minute braten. Danach in den Ofen geben und je nach Stärke ca. 10 Minuten durchgaren.

In der Zwischenzeit Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Thymian abbrausen, trocken schütteln.

Brokkoli in kleine Röschen schneiden. In einem Topf Wasser aufkochen, salzen und den Brokkoli darin bissfest garen.

Den Pak Choi waschen, putzen und, sobald der Brokkoli bissfest ist, nur wenige Sekunden mit im Topf blanchieren.

Brokkoli und Pak Choi abgießen, zurück in den Topf geben und 1/3 der Butter zugeben und schwenken. Mit Salz und etwas Zucker abschmecken.

Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, etwas Butter und Thymianzweige in die Pfanne geben und die geschmolzene Butter mit einem Löffel über das Fleisch träufeln.

Parmesan fein reiben und mit etwas Butter unter die Fregola Sarda rühren, mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken. Zuletzt die Pinienkerne untermischen.

Fregola Sarda auf Tellern verteilen. Die Perlhuhnbrüste in dicke Scheiben schneiden und mittig daraufsetzen. Das Gemüse um das Fleisch verteilen. Mit dem Bratfond umträufeln und mit Pfeffer bestreuen.

Ali Güngörmüs am 22. Juli 2020

Zitronen-Hähnchen mit Vadouvan-Schalotten

Für 4 Personen

Für das Hähnchen:

4 kleine Tomaten	12 kleine Kartoffeln	4 Schalotten
800 g Hähnchenfleisch	Salz, Pfeffer	3 EL Olivenöl
2 Bio-Zitronen	1 EL Tomatenmark	500 ml Gemüsebrühe

Für die Vadouvan-Schalotten:

15 Schalotten	5 EL Olivenöl	1 TL Vadouvan (Gewürzmischung)
200 ml Tomatenfond	50 g Butter	Salz, Pfeffer
3 Zweige glatte Petersilie		

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Für das Hähnchen die Tomaten blanchieren, häuten, halbieren. Kartoffeln und Schalotten schälen und halbieren.

Das Hähnchenfleisch in mundgerechte Stücke schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend auf der Hautseite in 3 EL Olivenöl anbraten. Die Zitronen heiß abwaschen, in Scheiben schneiden und zu dem Hähnchen geben. Dann Kartoffeln und Schalotten zugeben und mit anschwitzen. Zuletzt die Tomaten und das Tomatenmark hinzufügen, mit der Geflügelbrühe ablöschen und alles für 20 Minuten in den Backofen schieben.

Für die Vadouvan-Schalotten diese schälen und vierteln. In einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen und mit Vadouvan bestreuen. Mit dem Tomatenfond auffüllen und 15 Minuten leicht köcheln lassen. Die Butter hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und eventuell noch etwas Vadouvan abschmecken. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden.

Das Hähnchen mit Salz und Pfeffer nochmal abschmecken, mit den Schalotten anrichten und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Gewürzmischung Vadouvan:

Vadouvan ist eine Gewürzmischung, die aus Salz, Sesam- und Walnussöl, Curryblättern, Zwiebeln, Kreuzkümmel, Kurkuma, Knoblauch, Bockshornkleesaat, gemahlene Linsen und Senfkörnern besteht. In Indien wird es hauptsächlich zum Aromatisieren von Reis verwendet. In der internationalen Küche ist ein Hauch Vadouvan beliebt zu gebratenem Fisch, Fleisch und Geflügel. Das leicht rauchige Aroma ist ein echter Genuss und verbindet sich hier ideal mit der Süße der geschmorten Schalotten.

Ali Güngörmüs am 28. Oktober 2015

Hack

Kebab aus Kalb-Hackfleisch mit Gewürz-Soße, Kardamom-Reis

Für 4 Personen

300 g Basmatireis	Salz	5 Kardamomkapseln
2 Schalotten	2 Zweige Rosmarin	4 Zweige Thymian
800 g Pelati-Tomaten	4 EL Olivenöl	1 TL Baharat
1 TL Zucker	Pfeffer	Cayennepfeffer
1 Zwiebel	1/2 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund frischer Koriander
500 g Hackfleisch vom Kalb	1 Ei	1 Prise Kreuzkümmel, gemahlen
1 Prise Koriander, gemahlen	1 Prise Zimt	

Den Reis unter fließendem Wasser gut abrausen. Den Reis mit der 1,5 fachen Menge Wasser in einen Topf geben, Kardamomkapseln zugeben und leicht salzen. Alles aufkochen, dann zugedeckt bei niedriger Temperatur den Reis ca. 15 Minuten gar ziehen lassen.

Für die Sauce Schalotten und Hälfte vom Knoblauch schälen und fein schneiden. Rosmarin und Thymian abrausen, trocken schütteln. Pelati-Tomaten grob zerschneiden.

In einem Topf die Hälfte vom Olivenöl erhitzen, Schalotten darin anschwitzen. Knoblauch und Baharat dazugeben und kurz mitanschwitzen. Die Pelati-Tomaten dazugeben, die Kräuterzweige einlegen, Zucker, je eine Prise Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer zugeben und aufkochen. Dann die Sauce leicht köchelnd um die Hälfte einkochen lassen.

Für den Kebab Zwiebel und restlichen Knoblauch schälen und fein schneiden.

Petersilie und Koriander abrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Ein paar Kräuterblättchen für die Dekoration beiseitelegen, den Rest fein schneiden.

Hackfleisch in eine Schüssel geben, Zwiebel, Knoblauch, fein geschnittene Kräuter, Ei, Kreuzkümmel, gemahlener Koriander, Zimt, je 1 Prise Salz und Pfeffer zugeben und alles gut vermengen.

Aus der Hackmasse runde oder ovale Bällchen formen.

In einer Pfanne restliches Olivenöl erhitzen und die Hackbällchen darin von allen Seiten braten. Die Tomatensauce durch ein grobes Sieb drücken und abschmecken.

Kebab mit der Sauce anrichten, mit Petersilien- und Korianderblättchen garnieren und den Reis dazu reichen.

Ali Güngörmüs am 20. März 2019

Reh-Pflanzerl mit Apfel-Spalten, Waldpilzen, Röhrei-Brot

Für 4 Personen

Wildgewürz:

3 Kapseln Kardamom	5 g Piment	2 g Zimtstange
10 g Pfeffer, weiß	10 g Pfeffer, schwarz	5 g Senfkörner
10 g Wacholder	0,5 Sternanis	4 g Kaffeebohnen
Vanille		

Pflanzerl:

500 g Rehhack	100 g Speck, grün	1 Zwiebel
1 Apfel	0,25 Bund Petersilie	1 Prise Wildgewürz
Pfeffer	Salz	Öl

Waldpilze:

2 Schalotten	0,25 Bund Petersilie	200 g Waldpilze, gemischt
50 ml Kalbfond	1 Zitrone	Butter
Cayennepfeffer	Pfeffer	Salz

Röhreibrot:

2 Scheiben Brot	4 Eier	1 EL Sahne
1 EL Schnittlauchröllchen	Butter	Pfeffer
Salz		

Wildgewürz:

Kardamom, Piment, Zimtstange, weißen und schwarzen Pfeffer, Senfkörner, Wacholder, Sternanis, Kaffeebohnen und etwas Vanille zusammen in einer Pfanne langsam rösten und anschließend in einer Küchenmaschine zerkleinern.

Pflanzerl:

Rehhack mit grünem Speck vermischen. Die Zwiebel und den Apfel putzen und fein würfeln, die Petersilie fein hacken. Die Zwiebelwürfel in Butter glasig braten, Apfelwürfel und fein gehackte Petersilie dazugeben und alles zusammen in der Pfanne gut vermischen. Anschließend zu der Hackmasse geben. Mit Salz, Pfeffer und Wildgewürz abschmecken und abdrehen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Die abgedrehten Pflanzerl darin von beiden Seiten braten.

Waldpilze:

Die Schalotten putzen und fein würfeln. Die Petersilie fein hacken. Pilze in Butter anbraten. Schalotten dazugeben und mit Kalbsfond ablöschen. Mit Petersilie, Salz, Cayennepfeffer, Pfeffer und einem Schuss Zitrone abschmecken.

Röhreibrot:

Aus den Brotscheiben vier Taler ausstechen und von beiden Seiten rösten. Eier mit geschlagener Sahne vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Danach in einer Pfanne mit zerlassener Butter zum Röhrei verrühren. Zum Schluss mit etwas Schnittlauch verfeinern und auf den Brottalern verteilen.

Anrichten:

Pilze mit Röhreibrot und Rehpflanzerln auf Tellern verteilen und auf Wunsch mit karamellisierten Apfelspalten servieren.

Ali Güngörmüs am 02. Dezember 2011

Teigtaschen mit Hack und Schafskäse

Für 4 Personen

Für die Käse-Spinat-Füllung:

750 g Blattspinat	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer
200 g Schafskäse		

Für die Hackfüllung:

2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	1 EL Olivenöl
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	400 g Hackfleisch (Lamm)	1 Eigelb
$\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel, gemahlen	1 Msp. Cayennepfeffer	$\frac{1}{2}$ TL Koriander, gemahlen
Salz	Pfeffer	zusätzlich
300 g Strudelteig	2 Eigelbe	Butter

Für den Zitronenjoghurt:

1 Bio-Zitrone	400 g griech. Joghurt	Salz, Pfeffer, Zucker
---------------	-----------------------	-----------------------

Für die Käse-Füllung Spinat putzen, waschen und gründlich abtropfen lassen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin anschwitzen. Den Spinat zugeben und zusammenfallen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Spinat gut abtropfen lassen.

Den Schafskäse fein würfeln und unter den Spinat mischen.

Für die Hackfüllung Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen.

Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden.

Hackfleisch in eine Schüssel geben. Angeschwitzte Schalotten und Knoblauch, sowie gehackte Petersilie, Eigelb, Kreuzkümmel, Cayennepfeffer, Koriander, je 1 Prise Salz und Pfeffer zugeben und alles gut verkneten.

Strudelteig in 8 Quadrate von ca. 15 cm lange Kantenlänge schneiden. Dann die Quadrate schräg halbieren, sodass aus jedem Quadrat 2 Dreiecke entstehen.

Die Dreiecke mit der langen Kante nach unten und der Spitze nach oben auf die Arbeitsplatte legen.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

In die Mitte der Teigdreiecke jeweils 2 EL Spinatfüllung oder 2 EL Hackfüllung geben. Die Teigränder mit verquirltem Eigelb bestreichen, die obere Spitze und die beiden Seitenspitzen umklappen, so dass kleine Teigpäckchen entstehen. Die Teigpäckchen mit Eigelb bestreichen.

Die Teigtaschen auf ein gefettetes Backblech legen und im vorgeheizten Ofen ca. 10-15 Minuten knusprig backen.

In der Zwischenzeit die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und die Schale abreiben. Dann den Saft auspressen. Joghurt mit Zitronenschale, etwas Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Die gebackenen Teigtaschen und Zitronenjoghurt anrichten und servieren.

Strudelteig selber machen:

Für den Strudelteig 240 g Mehl und 1 Prise Salz in einer Schüssel mischen. 1 EL Rapsöl und $\frac{1}{8}$ l lauwarmes Wasser verquirlen, zugeben und alles zu einer glatten elastischen Teigkugel kneten. Den Teig zugedeckt bei Zimmertemperatur 30 Minuten ruhen und quellen lassen.

Ali Güngörmüs am 03. April 2020

Innereien

Kalb-Leber mit Kartoffel-Feigen-Püree

Für 4 Personen

Kartoffel-Feigen-Püree:

300 g mehligk. Kartoffeln	50 g Butter	Salz
Muskatnuss	100 ml heiße Milch	3 frische Feigen
3 EL Schlagsahne		

Kalbsleber:

8 Sch. Kalbsleber à 80 g	Salz, Pfeffer	2 EL Mehl
1 Schalotte	2 EL Sonnenblumenöl	50 ml Sherry
100 ml Madeira	20 g Butter	1 TL Petersilie

Kartoffel-Feigen-Püree:

Für das Püree die Kartoffeln schälen, klein schneiden, in Wasser weich garen, abgießen und direkt durch eine Kartoffelpresse drücken. Die Kartoffeln mit der Butter verrühren und würzen. Die heiße Milch unterrühren und das Püree durch ein feines Sieb streichen, warm halten. Die Feigen in 5 mm große Würfel schneiden und kurz vor dem Servieren mit der Sahne unterziehen.

Kalbsleber:

Die Leberscheiben von beiden Seiten salzen, pfeffern und im Mehl wenden. Überschüssiges Mehl gut abklopfen. Die Schalotten abziehen und fein würfeln. Das Sonnenblumenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Leber darin langsam und nicht zu heiß von beiden Seiten goldgelb braten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und die Schalotten darin anschwitzen. Mit Sherry und Madeira ablöschen und beides etwas einkochen lassen. Die Lebern wieder hineinlegen und gar ziehen lassen. Die kalte Butter einrühren und die Petersilie zugeben.

Salbeispinat 350 g Babyspinat 1 Schalotte 30 g braune Butter 1 EL Salbei (Streifen) Salz Muskatnuss .

Den Spinat waschen und trocken schleudern. Die Schalotte abziehen und würfeln. Die braune Butter in einem Topf erhitzen und die Schalotte darin glasig anschwitzen. Den Spinat sowie den geschnittenen Salbei zugeben und garen, bis der Spinat etwas zusammengefallen ist. Es dürfen ruhig noch ein paar Blätter dabei sein, die noch nicht komplett zusammengefallen sind. Mit Salz und Muskatnuss würzen.

Anrichten:

Die Leber mit dem Spinat anrichten und das Püree dazu reichen.

Ali Güngörmüs am 12. November 2020

Kalb-Leber, Pfeffer-Pfirsich, Sellerie-Püree, Schalotten

Für 4 Personen

Für das Selleriepüree:

800 g Knollensellerie	500 ml Sahne	500 ml Milch
Salz, Pfeffer	ger. Muskatnuss	250 g Butter
Zitronensaft		

Für die Schalotten:

2 Schalotten	1 EL Butter	1 TL brauner Zucker
Salz, Pfeffer		

Für den Pfefferpfirsich:

2 Pfirsiche	4 Blätter Salbei	2 EL Butter
1 Prise brauner Zucker	Pfeffer	

Für die Kalbsleber:

500 g Kalbsleber	Salz, Pfeffer	1 EL Mehl
2 EL Butter		

Sellerie schälen, abbrausen, abtropfen lassen und in grobe Würfel schneiden.

Sahne, Milch, etwas Salz, Pfeffer und Muskatnuss aufkochen. Den Sellerie darin weich garen.

Schalotten schälen und in Ringe schneiden.

Butter in einer Pfanne aufschäumen. Schalotten zugeben. Zucker überstreuen und alles sacht weich schmoren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Pfirsiche waschen, trocken reiben, halbieren und entsteinen.

Salbei abbrausen und trocken schütteln.

Butter in einer Pfanne aufschäumen.

Zucker, Pfirsichhälften und Salbei zugeben. Bei schwacher Hitze etwa 5 Minuten schmoren. Mit frischem Pfeffer aus der Mühle würzen.

Selleriewürfel in ein Sieb geben, abtropfen lassen. Sellerie und Butter in einen Mixer geben und fein pürieren. Das Püree mit etwas Salz und Zitronensaft abschmecken.

Leber kalt abbrausen, trocken tupfen und in Scheiben schneiden.

Die Leberscheiben mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wenden. Überschüssiges Mehl sacht abklopfen.

Butter in einer Pfanne aufschäumen. Leberstücke darin je Seite ca. 2 Minuten rosa braten.

Selleriepüree in Nocken auf Tellern setzen. Mit Leber, Pfirsichen und Schalotten anrichten und servieren.

Ali Güngörmüs am 14. August 2017

Kalb

Gebackene Kalb-Bäckchen mit Koriander-Karotten

Für 4 Personen

Kalbsbäckchen:

1 kg Kalbsbäckchen	$\frac{1}{2}$ Zwiebel	2 Karotten
Petersilienwurzel (100 g)	Knollensellerie (100 g)	Fenchelknolle (100 g)
Salz, Pfeffer	1 Lorbeerblatt	5 schwarze Pfefferkörner
2 Pimentkörner	1 Gewürznelke	80 g Mehl
2 Eier	150 g Panko-Brösel	

Limetten-Hollandaise:

200 g Butter, flüssig	4 Eigelb	50 ml lauwarmer Kalbsfond
1 Limette (saft, Abrieb)	Salz, Zucker, Cayennepfeffer	

Koriander-Karotten:

8 normalgroße Karotten	$\frac{1}{2}$ Bd. Koriander	2 Scheiben Ingwer
Abrieb von 1 Orange	1 Lorbeerblatt	1 Prise Zucker
1 Prise Salz	Saft von $\frac{1}{2}$ Orange	50 ml Wasser
Butter		

Kalbsbäckchen: Für die Kalbsbäckchen Wasser in einem großen Topf aufkochen. Die Kalbsbäckchen hineingeben und aufkochen. Inzwischen Zwiebeln, Karotten, Petersilienwurzel und Sellerie schälen, den Fenchel waschen.

Das Gemüse in grobe Stücke schneiden. Vom Kochwasser der Kalbsbäckchen Schaum und aufsteigende Trübstoffe mit einem Schaumlöffel abschöpfen.

Das Wasser leicht salzen und Gemüse, Lorbeerblatt, Pfeffer, Piment und Nelke zufügen. Die Kalbsbäckchen bei schwacher Hitze mit leicht geöffnetem Deckel in etwa 1 $\frac{1}{2}$ Stunden weich kochen, dann herausnehmen und abkühlen lassen. Den Fond durch ein Sieb gießen und lauwarm abkühlen lassen. Zum Panieren Mehl auf einen Teller geben, Eier in einem tiefen Teller verquirlen und die Panko-Brösel auf einem dritten Teller geben. Die Kalbsbäckchen schräg in Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Nacheinander zunächst im Mehl, dann Ei und schließlich in den Bröseln wenden. In einer großen Pfanne reichlich Öl erhitzen und die panierten Kalbsbäckchen darin auf jeder Seite in je 3-4 Minuten goldbraun ausbacken. Herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Tipp: Den restlichen Kalbsfond für Schmorgerichte oder für Soßen zu gebratenem Fleisch verwenden. Im Kühlschrank ist er einige Tage, tiefgefroren einige Monate haltbar.

Limetten-Hollandaise: Die Butter in einem Topf bei schwacher Hitze zerlassen und klären. Die Eigelbe mit 2 EL Limettensaft und lauwarmem Kalbsfond über dem heißen Wasserbad mit dem Schneebesen schaumig rühren. Die flüssige Butter tröpfchenweise, dann in dünnem Strahl unter ständigem Rühren zufügen.

Die abgeriebene Limettenschale unterrühren und die Soße mit Salz, Zucker, Cayennepfeffer und eventuell weiterem Limettensaft abschmecken.

Koriander-Karotten: Karotten in Butter anschwitzen. Ingwer, Lorbeer Salz und Zucker zugeben. Wasser und Orangensaft zugießen und mit Deckel einreduzieren lassen, bis fast keine Flüssigkeit mehr im Topf ist. Mit einem Esslöffel Butter verfeinern und Koriander untermischen.

Anrichten: Die gebackenen Kalbsbäckchen mit der Limetten-Hollandaise und den geschmorten Koriander-Karotten auf Tellern anrichten und gleich servieren.

Ali Güngörmüs am 05. Dezember 2019

Kalb-Filet mit Artischocken und Pinienkern-Sellerie-Creme

Für zwei Personen

4 Kalbsfilets, à 180 g	100 g Knollensellerie	4 Artischocken, klein
8 Kirschtomaten	1 unbehandelte Zitrone	2 Schalotten
1 Knoblauchzehe	100 g Pinienkerne	1/2 Bund Thymian
1/2 Bund Rosmarin	50 ml Schlagsahne	150 g Gemüsefond
Butter, Pfeffer, Salz		

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen. Den Sellerie putzen, schälen und in grobe Würfel schneiden. Die Schalotten abziehen und fein würfeln. Einen Topf mit Butter erhitzen. Nun die Hälfte der Schalotten und die Pinienkerne darin anschwitzen. Das Ganze mit 50 Millilitern des Gemüsefonds auffüllen und den Sellerie zugedeckt weich garen. Das Kalbsfilet waschen, trocken tupfen und salzen. Eine Pfanne mit Butter erhitzen und das Fleisch darin von allen Seiten anbraten. Anschließend das Fleisch für zehn bis zwölf Minuten in den vorgeheizten Ofen geben. Die Kirschtomaten mit kochendem Wasser übergießen und die Haut abziehen. Die Artischocken putzen und in Ecken schneiden. Die restlichen Schalotten in einer Pfanne mit etwas Butter anschwitzen und dann die Artischocken hinzugeben. Anschließend mit dem restlichen Gemüsefond ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Nun die Tomaten und etwas Butter hinzugeben und alles zugedeckt bei niedriger Hitze garen. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Die Sahne zum Sellerie hinzufügen und alles miteinander pürieren. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und einem Schuss Zitronensaft abschmecken. Das Kalbsfilet aus dem Ofen nehmen. Eine Pfanne mit Butter, dem Rosmarin, dem Thymian und dem Knoblauch aufschäumen lassen und das Kalbsfilet darin aromatisieren. Das rosa gebratene Kalbsfilet mit den Artischocken und der Pinienkern-Selleriecreme auf Tellern anrichten und servieren.

Ali Güngörmüs am 04. Oktober 2013

Kalb-Filet mit Oliven-Kartoffel-Püree

Für 4 Personen

Kartoffelpüree:

800 g Kartoffeln 150 g Butter 100 ml Sahne
Salz, Pfeffer

Granatapfeljoghurt:

1 Zitrone 250 g Joghurt 1 TL Minze
250 g Granatapfelkerne Eki (Gewürz)

Kalbsfilet:

2 Kalbsfilets à 500 g 3 EL Rapsöl Salz
2 Thymianzweige 1 Rosmarinzweig Butter
Salz, Pfeffer

Oliven-Tomaten-Fülle:

4 getrock. Tomaten 8 Oliven 3 EL Olivenöl

Und:

Kalbsjus

Kartoffelpüree:

Die Kartoffeln schälen, halbieren, in Salzwasser 20 Minuten weich kochen und sofort durch eine Kartoffelpresse geben. Butter und Sahne zu den Kartoffeln geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Granatapfeljoghurt:

Die Zitrone auspressen. Den Joghurt mit der Minze und den Granatapfelkernen verrühren und mit Salz, Pfeffer, Eki und Zitronensaft abschmecken.

Tipp:

Eki können Sie kaufen oder selbst machen aus Sumach, Tomatenflocken und Fenchelsamen.

Kalbsfilet:

Kalbsfilet salzen, in einer großen Pfanne in Rapsöl im Ganzen rundherum gut anbraten. Dann auf ein Gitterblech legen und in den auf 70 Grad Umluft vorgeheizten Ofen geben, mit Thymian und Rosmarin belegen und für ca. 45 Minuten zum Garen in den Ofen geben. Danach rausnehmen und in einer Pfanne mit der aufgeschäumten Butter mit den Kräutern arosieren, also immer wieder mit Butter übergießen. Zum Schluss etwas pfeffern.

Oliven-Tomaten-Fülle:

Die getrockneten Tomaten und die Oliven in Stücke schneiden und in einer kleinen Pfanne im Olivenöl kurz anschmoren.

Anrichten:

Fleisch in Scheiben schneiden. Kartoffelpüree auf den Tellern verteilen, in der Mitte ein Loch formen und mit der Tomaten-Oliven- Fülle füllen. Das Fleisch mittig darauf setzen und wer möchte mit etwas Kalbsjus umträufeln. Joghurt getrennt dazu reichen.

Ali Güngörmüs am 06. Februar 2020

Kalb-Schulter, Safran-Kartoffel-Püree und Frühling-Gemüse

Für 4 Personen

Für die Kalbsschulter:

1,2 kg Kalbsschulter	Salz	Pfeffer
200 g Röstgemüse	Pflanzenöl	2 EL Tomatenmark
500 ml trockener Rotwein	2 EL Balsamicoessig	1 l Geflügelfond
Zucker	30 g kalte Butter	

Für das Kartoffelpüree:

500 g mehligk. Kartoffeln	Salz	50 g Butter
Muskatnuss	1 g Safran	100 ml heiße Milch
3 EL Schlagsahne		

Für das Frühlingsgemüse:

2 Möhren	4 Frühlingzwiebeln	100 g Zuckerschoten
Salz	1 Zucchini	Olivenöl
3 EL Geflügelfond	30 g kalte Butter	Zucker
1 TL gehackte Blattpetersilie		

Den Backofen auf 160 Grad (Umluft 140 Grad) vorheizen.

Die Kalbsschulter kalt abspülen, trocken tupfen, salzen und pfeffern.

Das Röstgemüse putzen, abspülen, abtropfen lassen und in Würfel schneiden.

Etwas Öl in einem ofenfesten Topf erhitzen. Das Fleisch darin rundum scharf anbraten, aus dem Topf nehmen und beiseitestellen.

Im Topf nochmals etwas Öl erhitzen und das Gemüse unter Wenden anbraten. Das Tomatenmark einrühren und anrösten.

Den Ansatz mit Wein und Essig ablöschen. Das Fleisch wieder einlegen. Soviel Geflügelfond angießen, dass das Fleisch zur Hälfte in der Flüssigkeit liegt. Fond aufkochen lassen.

Den Bräter zugedeckt in den Ofen schieben und das Fleisch etwa 2 Stunden schmoren.

Etwa 45 Minuten vor Ende der Schmorzeit für das Püree die Kartoffeln schälen, waschen, in Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser garen.

Für das Gemüse die Möhren schälen und in Scheiben schneiden.

Die Lauchzwiebeln putzen. Den unteren, weißen Teil der Zwiebeln in 4 cm lange Stücke schneiden.

Von jeder Zuckerschote beide Enden abschneiden und den Faden abziehen.

In einem Topf Wasser aufkochen, salzen. Möhren, Lauchzwiebeln und Zuckerschoten darin nacheinander etwa 1 Minute bissfest blanchieren. Gemüse in kaltem Wasser abschrecken, abtropfen lassen

Die Zucchini längs vierteln und das weiche Inneren ausschneiden. Die Viertel in Stückchen schneiden. 14 Die Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und direkt durch eine Kartoffelpresse drücken. 15 Die Butter einrühren und das Püree mit Salz und Muskat würzen.

Den Safran in 1 EL Wasser auflösen und dann mit der heißen Milch vermischen. Unter das Püree rühren und durch ein feines Sieb streichen, warmhalten.

Das geschmorte Fleisch aus dem Bräter nehmen und warm stellen. Die entstandene Sauce in einen Topf passieren und kräftig einkochen. Mit Zucker und eventuell Salz und Pfeffer abschmecken.

Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Zucchini bei hoher Temperatur darin schwenken. Zunächst die Möhren, dann den Fond zugeben. Lauchzwiebeln und Zuckerschoten zugeben und alles einmal aufkochen lassen.

Die kalte Butter einrühren und das Gemüse glacieren. Mit Salz, Zucker und der Petersilie abschmecken.

Die kalte Butter unter die Sauce schlagen, die Sauce dann nicht mehr kochen lassen.
Kurz vor dem Servieren die Sahne unter das Kartoffelpüree ziehen
Das Fleisch in Scheiben schneiden, mit dem Gemüse auf Tellern anrichten und mit der Sauce überziehen. Das Püree dazureichen. Tipp: Safran ist wasserlöslich und sollte vor der Verwendung zunächst in wenig Wasser aufgelöst werden und nicht direkt in der Milch. So entfaltet sich sein Geschmack besser und das Gericht bekommt eine schönere Farbe.

Ali Güngörmüs am 17. April 2019

Kalb-Tafelspitz mit Rote Bete, Rosenkohl

Für 4 Personen

Tafelspitz:

1 Milchkalbstaftelspitz	1 EL Butter	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	1 Zehe Knoblauch	Pfeffer
Salz		

Meerrettich-Brotchips:

0,5 Graubrot	2 EL Meerrettich	100 ml Olivenöl
1 Bund Schnittlauch		

Rosenkohl:

100 g Rosenkohl	20 g Butter	Muskatnuss
Zucker	Salz	

Apfel-Rosmarinpüree:

2 Äpfel	50 ml Apfelsaft	1 Zweig Rosmarin
Zucker	Butter	

Rote Bete:

10 Rote-Bete, klein	30 g Butter	40 ml Himbeeressig
100 – 200 ml Geflügelbrühe	0,5 Orange, unbehandelt	1 Tonkabohne
Zucker	Salz	

Soße:

300 g Rote Bete	150 g Zwiebeln	1 Zehe Knoblauch, jung
2 EL Butter	1,5 g Cumin	1,5 g Sumach
1 Lorbeerblatt	50 ml Apfelsaft	50 g Himbeermark
1 l Geflügelbrühe	1 EL Sahne, geschlagen	1 EL Butter, braun
0,5 Zitrone	Cayennepfeffer	Zucker
Salz		

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Tafelspitz:

Den Tafelspitz von beiden Seiten in Butter anrösten. Rosmarin, Thymian und Knoblauch zugeben und das Fleisch arosieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch auf ein Gitter legen und im vorgeheizten Backofen 40 bis 45 Minuten garen. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Meerrettich-Brotchips:

Das Brot der Länge nach halbieren und im Froster anfrieren. Anschließend auf der Aufschnittmaschine (Stufe zwei) in dünne Scheiben schneiden. Die Brotscheiben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech nebeneinander auslegen. Im vorgeheizten Backofen circa vier bis fünf Minuten backen. Den Meerrettich mit dem Öl mixen und in einem Glas zwei Tage im Kühlschrank ziehen lassen. Die Brotchips vor dem Servieren mit Meerrettichöl beträufeln und mit Schnittlauch garnieren.

Rosenkohl:

Den Rosenkohl putzen, den Strunk entfernen und die einzelnen Blätter abzupfen. Anschließend kühl aufbewahren, damit diese nicht welk werden. Vor dem Servieren in Butter schwenken. Mit Salz, Zucker und Muskatnuss würzen.

Apfel-Rosmarinpüree:

Die Äpfel schälen, entkernen und in große Stücke schneiden. Die Apfelstücke in etwas Butter farblos anschwitzen und mit ein wenig Zucker bestreuen. Den Zucker leicht karamellisieren lassen. Mit Apfelsaft ablöschen und mit Rosmarin aromatisieren. Anschließend alles zusammen leise köcheln lassen, bis die Apfelstücke weich sind. Den Rosmarin entfernen und das Ganze fein mixen. Den Backofen auf 180 bis 200 Grad Umluft vorheizen.

Rote Bete:

Die Rote Bete schälen und vierteln. In einer Pfanne mit Butter kurz anschwitzen und mit dem Himbeeressig ablöschen. Danach mit der Hälfte der Gemüsebrühe auffüllen und mit Salz und Zucker abschmecken. Einen Streifen Schale aus der Orange herausschneiden, dazugeben und ein wenig Tonkabohne reinreiben. Die Pfanne mit Deckel auf einem Gitter circa eineinhalb bis zwei Stunden in den Ofen schieben. Zwischendurch immer wieder schwenken und gegebenenfalls Flüssigkeit nachfüllen.

Soße:

Die Rote Bete zusammen mit den Zwiebeln und dem Knoblauch in einem Esslöffel Butter hell anschwitzen. Cumin, Sumach, Lorbeerblatt, eine Prise Salz und Zucker zugeben und kurz mit anschwitzen. Mit Apfelsaft ablöschen, das Himbeermark dazugeben und mit Geflügelbrühe aufgießen. Das Ganze 45 Minuten leise kochen lassen. Anschließend alles mixen und durch ein Sieb passieren. Vor dem Servieren aufkochen, mit Sahne, einem Esslöffel Butter, der braunen Butter, Cayennepfeffer und einem Spitzer Zitronensaft aufmixen. Mit Zucker und Salz abschmecken.

Ali Güngörmüs am 20. Januar 2012

Saltimbocca mit Zitronen-Risotto

Für 4 Personen

Für die Strauchtomaten:

8 Strauchtomaten	Salz	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian	1 Knoblauchzehe	100 ml Olivenöl
1 Prise Zucker	Pfeffer	

Für den Risotto:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	2 EL Olivenöl	150 g Risottoreis
100 ml trockener Weißwein	500 ml Geflügelbrühe	50 g Parmesan
2 Bio-Zitronen	50 g kalte Butter	50 g Ricotta
Salz	Pfeffer	

Für das Fleisch:

700 g Kalbsrücken	Salz, Pfeffer	
8 Blätter Salbei	100 g Parmaschinken, dünn	1 EL Sonnenblumenöl

Für die Tomaten den Backofen auf 90 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Tomaten kreuzförmig auf der Unterseite einritzen. In einem Topf Wasser aufkochen, salzen und die Tomaten 10 Sekunden darin blanchieren, bis sich die Haut leicht löst. Tomaten herausheben, in kaltem Wasser abschrecken und die Haut abziehen. Die Tomaten vierteln, das weiche Innere samt Samen entfernen und die Viertel auf ein Backblech legen.

Die Kräuter abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen. Knoblauch schälen und fein würfeln.

Die Tomaten mit Kräutern und Knoblauch bestreuen, mit dem Olivenöl beträufeln, mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen und 1 Stunde im Ofen trocknen lassen.

In der Zwischenzeit für den Risotto Schalotte und Knoblauch schälen und fein würfeln. Rosmarin und Thymian abbrausen und trocken schütteln.

In einem Topf Olivenöl erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin farblos andünsten. Rosmarin- und Thymianzweig zugeben.

Den Reis zugeben und anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und die Flüssigkeit einkochen lassen.

In der Zwischenzeit die Brühe in einem Topf aufkochen.

Nach und nach etwas heiße Brühe zum Reis gießen und unter Rühren einkochen lassen. Der Reis muss ca. 30 Minuten köcheln.

In der Zwischenzeit Parmesan fein reiben. Zitronen heiß abwaschen, abtrocknen und die Schale abreiben.

Den Kalbsrücken in 8 Scheiben schneiden und mit einem Plattiereisen auf 5 mm flach klopfen. Die Fleischscheiben mit wenig Salz und Pfeffer würzen, mit je einem Salbeiblatt versehen und je eine Scheibe Parmaschinken darauflegen und leicht andrücken.

Das Sonnenblumenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Kalbsscheiben darin auf der Schinkenseite scharf anbraten, nach 1 Minute wenden und auf der anderen Seite fertig braten.

Kurz vor Ende der Garzeit vom Reis Zitronenschale hinzufügen und die Kräuterzweige entfernen.

Zum Schluss Butter unterrühren und den Parmesan unterheben. Den Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Risotto anrichten, die Schnitzel und Tomaten dazu reichen.

Ali Güngörmüs am 10. Juli 2017

Tafelspitz mit Meerrettich-Soße

Für 4 Personen

Tafelspitz:

1,2 kg Kalbstafelspitz	1 Bd. Suppengrün	1 Zwiebel
2 Nelken	1 Lorbeerblatt	6 Pimentkörner
6 Wacholderbeeren	Pfeffer, Salz	2,5 l Wasser

Meerrettichsoße:

$\frac{1}{2}$ Zwiebel	20 g Mehl	20 g Butter
50 ml Weißwein	200 g Sahne	100 g Meerrettich
300 ml Tafelspitzbrühe	Salz, Pfeffer	Zitronensaft, Zucker

Schnittlauchkartoffeln:

40 g Butter	600 g neue Kartoffeln	1 EL Kümmel
1 Bd. Schnittlauch	100 ml Tafelspitzbrühe	

Tafelspitz:

Tafelspitz mit kaltem Wasser abwaschen und trocken tupfen. Tafelspitz von Sehnen und Fett befreien. Topf mit 2,5 l Wasser aufsetzen, Fleisch und Abschnitte zugeben und zum Kochen bringen. Nach einmaligem Aufkochen, Hitze sofort reduzieren und entstandenen Schaum abschöpfen.

Zwiebel halbieren und in separater Pfanne, ohne Fett auf der Schnittseite, goldbraun rösten. Suppengrün mit gebräunter Zwiebel, Nelke, Lorbeerblatt, Wacholder, Piment und 1 EL Salz zum Tafelspitz geben und offen, auf kleiner Stufe, 60-90 Minuten köcheln lassen.

Eventuell Wasser angießen, so dass der Tafelspitz immer mit Brühe bedeckt ist. Das Fleisch ist fertig gegart, wenn Sie mit einer Fleischgabel ohne Widerstand in das Fleisch stechen können. Tafelspitz aus der Brühe nehmen und in Folie wickeln, damit er nicht austrocknet.

Brühe durch ein Sieb abgießen und auffangen.

Tipp:

Wer möchte, kann das Suppengemüse auch weiterverarbeiten. Dazu rechtzeitig aus der Brühe nehmen und in aufgeschäumter Butter in einer Pfanne anbraten. Mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen. Wer möchte kann es auch mit den Kartoffeln zusammen braten.

Meerrettichsoße:

Butter in einem Topf schmelzen, Zwiebelwürfel zugeben und glasig dünsten. Mehl unterrühren und kurz mitschwitzen. Mit kaltem Weißwein ablöschen, dann Sahne und 300 ml der Tafelspitzbrühe zugeben. Mit einem Schneebesen solange rühren, bis die Soße kocht und eindickt, damit sich keine Klumpen bilden. Temperatur reduzieren und 30 Minuten leicht köcheln lassen. Kurz vor dem Servieren die Soße mit Salz, Pfeffer, evtl. einer Prise Zucker und einem Spritzer Zitronensaft und Meerrettich abschmecken und mit einem Stabmixer mixen.

Schnittlauchkartoffeln:

Topf mit Wasser und Kümmel aufstellen und zum Kochen bringen. Wenn das Wasser kocht, Salz hinzufügen und die gewaschenen Kartoffeln zugeben.

Ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis die Kartoffeln gar sind. Kartoffeln absieben, mit kaltem Wasser abschrecken und die Haut abziehen. 100 ml Tafelspitzbrühe in eine große Pfanne mit 40 g Butter geben. Die geschälten Kartoffeln zugeben und den Sud sirupartig einkochen.

Schnittlauch in feine Ringe schneiden und zu den Kartoffeln geben.

Bitte nicht mehr salzen, da die Brühe bereits gesalzen ist.

Anrichten:

Tafelspitz gegen die Faser in fingerdicke Scheiben schneiden und auf einem Teller mittig anrichten. Das Fleisch mit der Soße übergießen.

Kartoffeln separat in einer Schüssel servieren.

Ali Güngörmüş am 15. November 2020

Lamm

Fregola mit Aprikosen-Lammspießen und Minz-Dill-Joghurt

Für 4 Personen

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl
100 g Fregola Sarda	100 ml Riesling	50 ml trockener Wermut
400 ml Tomatenfond	500 g Kirschtomaten	Für die Lammspieße:
400 g Lammfilet	200 g getrocknete Aprikosen	3 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für Minz-Dill-Joghurt:

1 Bund Minze	1 Bund Dill	1/2 Bio-Zitrone
350 g türk. Joghurt	2 EL Olivenöl	Salz

Schalotte und Knoblauchzehe schälen, fein würfeln und in 1 EL Olivenöl in einem Topf andünsten.

Fregola Sarda zufügen und kurz mit andünsten. Mit Riesling und Wermut ablöschen. Tomatenfond angießen und unter gelegentlichem Rühren ca. 15 Minuten sacht köcheln lassen.

Lammfilets kalt abbrausen, trocken tupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Filetstücke und getrocknete Aprikosen im Wechsel auf Schaschlikspieße stecken.

Für den Minz-Dill-Joghurt die Minze und den Dill abbrausen, trocken schütteln, abzupfen und fein hacken. Die Zitrone heiß waschen, trocken tupfen und die Schale fein abreiben.

Die Kräuter und Joghurt gut verrühren und mit Olivenöl, Salz und Zitronenschale abschmecken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Die Lammspieße darin von allen Seiten zartbraun, innen noch rosa anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Kirschtomaten waschen, trocken reiben und halbieren. 8. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Kirschtomaten darin anbraten und zur Fregola Sarda geben.

Fregola und Lammspieße auf vorgewärmten Tellern anrichten. Den Minz-Dill-Joghurt dazu reichen.

Grundrezept für einen Tomatenfond:

4 Schalotten und 1 Knoblauchzehe abziehen, würfeln. In einem mittelgroßen Topf in 2 EL kalt gepresstem Olivenöl andünsten. 5 Strauchtomaten waschen, putzen, grob würfeln und zugeben. 500 ml Tomatensaft und 200 g geschälte Tomaten aus der Dose zufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen. 30 Min. köcheln. Durch ein Sieb streichen und mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Cayennepfeffer und 1 EL Zitronensaft abschmecken.

Ali Güngörmüs am 15. Mai 2017

Lamm-Carrée, Sultaninen-Haselnuss-Ragout, Käse-Börek

Für vier Portionen

2 Lammcarrées à 400 g	1 kleine Knoblauchzehe	1 Bund Thymian
50 g geschälte Haselnüsse	12 Scheiben Sucuk	150 g Ziegenfrischkäse
4 getrocknete Feigen	1 Bund grobe Petersilie	4 getrocknete Tomaten
1 Bund Minze	50 g Pinienkerne	Ei
2 gelbe Zucchini	100 g weiße Weintrauben	Strudelteig
1 Orange	Butter, Salz, Pfeffer	

Das Lamm an der Haut leicht schräg einritzen und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit der Hautseite nach unten in einer Pfanne anbraten. Nach drei Minuten wenden. Nun das Lamm in den Backofen bei 120 Grad Umluft auf ein Gitter legen und für circa 25 Minuten garen lassen (je nach Geschmack). Wenn es den gewünschten Gargrad erreicht hat, das Lammcarrée kurz in einer Pfanne mit ein wenig Butter und etwas Thymian aromatisieren. Für den Börek den Ziegenfrischkäse, die geschnittenen getrockneten Feigen, die geschnittenen getrockneten Tomaten, die Minze, die Pinienkerne, die Petersilie, Salz und schwarzen Pfeffer vermischen und zusammenrühren. Die Masse portionsweise mit einem Löffel auf den ausgerollten und eingefetteten Strudelteig geben. Diesen in dreieckige Taschen falten und mit Ei bestreichen. Den überschüssigen Teig wegschneiden. Die Börektaschen in eine Pfanne mit heißem Fett geben, wenden und nach drei Minuten entnehmen. Auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Die Haselnüsse und die Pinienkerne in einer Pfanne in Fett anrösten. Die gelbe Zucchini mit einem kleinen Portionierer ausstechen und die entstandenen Kügelchen in Butter bei niedriger Temperatur langsam garen. Den Knoblauch, den Thymian, die halbierten Trauben und die Scheiben der Sucuk dazugeben und immer wieder wenden.

Serviervorschlag:

Die Zucchini kreisrund auf einen Teller verteilen und die Sucuk- Scheiben auf die Zucchini legen. Die gerösteten Nüsse und die Trauben ebenfalls kreisrund in die Zwischenräume der Zucchini verteilen und mit der gezupften Petersilie dekorieren. Den Ziegenkäse-Börek in der Mitte des Tellers platzieren und mit etwas Orangenabrieb bestreuen. Das Lammcarrée in Scheiben schneiden, die Schnittflächen pfeffern und salzen und etwas geschäumte Butter daraufgeben.

Ali Güngörmüs am 22. Dezember 2014

Lamm-Filet auf Artischocken-Erbsen-Ragout

Für 4 Personen

2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	8-10 kleine Artischocken
8 Lammfilets à ca.80 g	Salz	2 EL Rapskernöl
2 EL Olivenöl	400 ml Kalbs- oder Lammfond	1 EL Sultaninen
60 g Erbsen	1 TL kleine Kapern	1 EL Pommery-Senf
20 g kalte Butter	Pfeffer, Cayennepfeffer	Zucker
2 Stängel Minze		

Den Backofen auf 75 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Schalotten schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Knoblauch schälen und fein schneiden.

Von den Artischocken die Stiele und die harten Blattspitzen abschneiden. Artischocken anschließend waschen, halbieren und das Heu entfernen.

Die Lammfilets mit Salz würzen. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Filets darin bei mittlerer Hitze von allen Seiten kurz anbraten. Dann auf ein Backofengitter legen und im vorgeheizten Ofen nachgaren, bis das Gemüse-Ragout zubereitet ist.

Für das Gemüse Olivenöl im Bratensatz der Fleischpfanne erhitzen. Artischockenhälften, Zwiebeln und Knoblauch zugeben und anbraten. Dann den Fond angießen und alles ca. 8-10 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen.

Sultaninen, Erbsen, Kapern und Senf unterrühren. Die Butter in kleinen Stücken hinzufügen, alles gut durch schwenken. Das Gemüse mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken.

Minze abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

Die Lammfilets aus dem Ofen nehmen und jeweils schräg halbieren. Das Artischocken-Erbsen-Ragout auf vorgewärmten Tellern anrichten, Lammfilets darauf geben und mit Minzeblättchen dekoriert servieren.

Ali Güngörmüs am 25. Mai 2016

Lamm-Karree mit Ofengemüse

Für 4 Personen

Ofengemüse:

4 Karotten	4 Kartoffeln	4 Pastinaken
2 rote Zwiebeln	1 Zehe Knoblauch	2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin	Orangenschale	Zitronenschale
5 EL Olivenöl	8 Kirschtomaten	

Lammkarree:

4 (à 250 g) Lammkarree	4 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
------------------------	---------------	---------------

Ofengemüse:

Den Backofen auf 170 Grad vorheizen. Karotten, Kartoffeln, Pastinaken und rote Zwiebeln schälen, in grobe Spalten schneiden und in einer ofenfesten Pfanne kurz in Olivenöl anbraten.

Die Knoblauchzehe schälen und in feine Scheiben schneiden. Die Thymian- und Rosmarinblättchen von den Zweigen streifen, zusammen mit dem Knoblauch und der Zitruschale hinzufügen. Das Gemüse salzen und pfeffern und 30 Minuten im Ofen garen.

In der Zwischenzeit die Tomaten halbieren, die Stielansätze entfernen und nach 30 Minuten zu dem übrigen Gemüse in den Ofen geben. Das Gemüse weitere 15 Minuten schmoren.

Lammkarree:

Kurz bevor das Ofengemüse fertig gegart ist, das Lammkarree salzen und in einer Pfanne in Olivenöl scharf von allen Seiten anbraten. Anschließend etwa 8 Minuten in den Ofen zu dem Gemüse geben.

Vor dem Servieren etwas ruhen lassen.

Tipp:

Dieses Gericht können Sie weitgehend vorbereiten, sodass Sie nur noch das Lammkarree braten müssen. Es eignet sich also auch sehr gut für die Bewirtung von Gästen. Servieren Sie dazu Zaziki oder auch Minz-Dill-Joghurt. Oder lassen Sie einfach Ihren Gästen die Wahl.

Ali Güngörmüs am 02. April 2020

Lamm-Koteletts mit Blumenkohl-Couscous und Granatapfel

Für 4 Personen

Blumenkohl-Couscous:

1 Blumenkohl	30 g Butter	1 TL Ras el-Hanout
1 TL Dukka	1 Prise Cayennepfeffer	2 EL Pankomehl
2 EL Pistazien		

Granatapfelcreme:

1 Zitrone	150 g Mayonnaise	100 Crème-fraîche
50 ml Granatapfelsirup	100 g Granatapfelkerne	1 Prise Sumach
Salz, Zucker	Zitronen-Abrieb, Pfeffer	

Lammkoteletts:

4 Lammkoteletts à 140 g	2 EL Rapsöl	Salz, Pfeffer
-------------------------	-------------	---------------

Blumenkohl-Couscous:

Den Blumenkohl in kleine Stücke schneiden und im Mixer zerkleinern, bis er aussieht wie Couscous-Grieß. Dann den Blumenkohl leicht anbraten und mit den Gewürzen abschmecken. In eine Schüssel geben und mit Pankomehl und den gehackten Pistazien vermengen.

Granatapfelcreme:

Die Zitronenschale abreiben. Mayonnaise, Crème fraîche und Granatapfelsirup verrühren. Granatapfelkerne und Sumach dazugeben und mit Salz, Zucker, Zitronenabrieb und Pfeffer abschmecken.

Lammkoteletts:

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen. Die Lammkoteletts in einer großen Pfanne mit dem Öl von beiden Seiten anbraten und danach 5 Minuten in den Ofen geben. Salzen und pfeffern.

Tipp:

Wer kein Fleisch möchte, kann auch anstatt des Lamms gebratenen Wolfsbarsch dazu servieren.

Anrichten:

Lammkoteletts mit Blumenkohl-Couscous und Granatapfelcreme auf Tellern anrichten und gleich servieren.

Ali Güngörmüs am 30. Oktober 2020

Lamm-Koteletts mit Falafel und Harissa-Minz-Joghurt

Für zwei Personen

Für das Lamm:

2 Lammkoteletts	2 EL Rapsöl	1 Thymianzweig
1 Rosmarinzweig	1 Knoblauchzehe	

Für die Falafel:

50 g Schalotten	1 Knoblauchzehe	100 g Kichererbsen (eingeweicht)
1 EL Olivenöl	1 Prise Ras-el-Hanout	$\frac{1}{2}$ TL Dukkah
$\frac{1}{2}$ TL Anapurna-Currypulver	100 ml Gemüsefond	$\frac{1}{2}$ Bund Minze
$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	2 EL braune Butter	2 Eigelb
50 ml Rapsöl	1 kleine Ingwerknolle	1 Prise Zucker

Salz

Für den Joghurt:

150 g Joghurt	1 Zitrone	$\frac{1}{2}$ TL Harissa
Minze	Salz	Pfeffer

Die Schalotten schälen und grob würfeln. Die Knoblauchzehe schälen und zerdrücken. Die Gewürze und die Kräuter mit den Schalotten und dem Knoblauch in einem Esslöffel Olivenöl anschwitzen, bis die Schalotten glasig sind.

Nun die Kichererbsen dazu geben. Mit Gemüsefond ablöschen und etwa 45 Minuten köcheln lassen, bis die Kichererbsen weich sind. Den Ingwer kleinschneiden und dazu geben. Mit etwas Salz und Zucker abschmecken.

Wenn die Masse etwas abgekühlt ist, die Eigelbe unterrühren. Kleine Bällchen formen und in einer Fritteuse oder in einer großen Pfanne mit Rapsöl braten. Danach auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Harissa-Minz-Joghurt die Minze feinhacken und die Zitrone auspressen. Den Joghurt mit der Minze und mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Harissa abschmecken. Die Lammkoteletts in einer großen Pfanne mit dem Öl und dem Knoblauch von beiden Seiten anbraten. Thymian und Rosmarin dazugeben.

Den Harissa-Minz-Joghurt auf zwei Teller streichen und je zwei Falafel darauf setzen. Je ein Lammkotelet auflegen und mit Petersilienblättern garnieren.

Ali Güngörmüs am 27. März 2015

Lamm-Koteletts mit Oliven-Korinthen-Bohnen

Für 4 Personen

Parmesanpolenta:

250 ml Milch	250 ml Sahne	70 g Polenta
20 g kalte Butter	50 g Parmesan	Salz, Muskatnuss
Rosmarin, Lorbeerblatt	Knoblauchzehe	

Lammkoteletts:

16 Lammkoteletts	Salz, Pfeffer	4 EL Sonnenblumenöl
------------------	---------------	---------------------

Oliven-Korinthen-Bohnen:

125 g Bohnen	Salz, Zucker	50 g Oliven
30 g getrock. Tomaten	1 EL Bohnenkraut	Rosmarin, Bohnenkraut
Knoblauch	20 g Korinthen	20 g Butter

Dekor:

Parmesanspäne

Parmesanpolenta:

Milch und Sahne mit den Aromaten aufkochen. Den Maisgrieß zugeben und bei niedriger Temperatur 15 Minuten quellen lassen. Die kalte Butter sowie den Parmesan unterrühren, mit Salz und Muskatnuss abschmecken und warm halten.

Lammkoteletts:

Die Koteletts, einzeln oder am Stück, von beiden Seiten salzen und mit dem Sonnenblumenöl benetzen. Auf dem Grill oder in einer heißen Grillpfanne von beiden Seiten jeweils 1 ½ Minuten scharf grillen oder braten, dann pfeffern. Das Fleisch den Rost im Ofen legen und bei 120 Grad Umluft ca. 15-18 Minuten fertig garen. Zum Servieren in Einzelstücke teilen.

Oliven-Korinthen-Bohnen:

Die Enden von den Bohnen abschneiden. In einem Topf Wasser aufkochen, salzen, zuckern und mit den angegebenen Zutaten aromatisieren. Bohnen darin bissfest garen. Oliven und Tomaten in kleine Stücke schneiden.

Bohnen in ein Sieb abgießen und in den Topf zurückgeben. Die restlichen Zutaten zufügen, alles gut vermengen und in der Butter schwenken.

Anrichten:

Je vier Koteletts mit Bohnen und Polenta auf Tellern anrichten, mit den Parmesanspänen garnieren und gleich servieren.

Ali Güngörmüs am 28. Mai 2020

Meer

Jakobsmuscheln mit Kräuter-Lauch-Risotto

Für 4 Personen

Kirschtomaten:

200 g Kirschtomaten	2 Knoblauchzehen	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	Salz	1 Prise Zucker
ca. 50 ml Olivenöl		

Risotto und Jakobsmuscheln:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	1 kl. Stange Lauch	3 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer	150 g Risottoreis	100 ml trockener Weißwein
500 ml Geflügelfond	50 g Parmesan	50 g kalte Butter
1 Bio-Zitrone	12 Jakobsmuscheln, ausgelöst	

Den Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Tomaten waschen, halbieren und in eine flache Auflaufform oder auf ein Backblech geben. Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Rosmarin und Thymian abbrausen, trocken schütteln, die Zweige halbieren und mit dem Knoblauch um die Tomaten herum verteilen. Tomaten mit Salz und einer Prise Zucker würzen und mit Olivenöl beträufeln. Im vorgeheizten Ofen die Tomaten ca. 50 Minuten schmoren.

Für den Risotto Schalotte und Knoblauch schälen und fein schneiden. Rosmarin und Thymian abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden. Lauch putzen, waschen, gut abtropfen lassen und in feine Würfel schneiden.

In einem Topf 1 EL Olivenöl erhitzen, Schalotte und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Den Reis zugeben, kurz mit anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen, mit Weißwein ablöschen und diesen einkochen lassen.

In der Zwischenzeit in einem Topf den Geflügelfond erhitzen. Wenn der Wein eingekocht ist, nach und nach etwas Geflügelfond zum Reis geben und den Risotto ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis der Reis bissfest ist, dabei das Risotto immer wieder mit einem Holzlöffel umrühren. 3 Minuten vor Ende der Garzeit die Lauchwürfel zum Risotto geben und umrühren.

Parmesan fein reiben, dann mit Butter und Kräutern unterrühren. Von der Zitronen den Saft auspressen und den Risotto mit etwas Zitronensaft und evtl. etwas Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Jakobsmuscheln mit Salz und etwas Zitronensaft würzen. In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen und die Jakobsmuscheln darin auf jeder Seite ca. 1 Minuten goldbraun braten.

Risotto mit den Jakobsmuscheln und den Kirschtomaten anrichten und servieren.

Ali Güngörmüs am 22. November 2016

Jakobsmuscheln mit Trevisano, Kardamom-Orangen-Marinade

Für zwei Personen

4 Jakobsmuscheln	1 Trevisano-Radicchio	1 Orange
$\frac{1}{2}$ Zitrone	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	40 ml Olivenöl
50 ml Schuss Rote-Bete-Saft	1 EL Pinienkerne	2 Zweige Thymian
1 Lorbeerblatt	2 Scheiben Ingwer	2 Kardamomkapseln
1 EL gehackte Petersilie	1 Prise Zucker	Butter
Salz	Pfeffer	

Die Orange auspressen und die Schale abreiben. Die Zitrone ebenfalls auspressen.

Den Orangensaft und einige Spritzer Zitronensaft mit den Kardamomkapseln, dem Lorbeerblatt, den Thymianzweigen und dem Knoblauch einreduzieren. Am Schluss zwei dünne Scheiben frischen Ingwer und ein bis zwei kleine Butterflocken dazugeben. Die festen Zutaten herausnehmen und den Sud mit dem Olivenöl zu einer Marinade verrühren.

Die Jakobsmuscheln mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne ohne Fett kurz grillen, sodass sie außen leicht gebräunt und innen gerade noch glasig sind. Am Ende einige Flocken Butter und die gehackte Petersilie dazugeben und einmal durchschwenken.

Den Trevisano in mundgerechte Stücke zupfen. Einen Teil in der Pfanne in Butter anschwitzen. Ein wenig Zucker und einen guten Schuss Rote Bete Saft dazu geben. Den restlichen Teil des Trevisanos in einer Schüssel mit dem Salz, Zucker und dem restlichen Zitronensaft roh marinieren.

Etwas Abrieb von der Orange, die Pinienkerne und ein wenig Thymian dazugeben und auf einem Teller anrichten. Den marinierten Trevisano anrichten. Den angeschwenkten Radicchio dazulegen, mit der Orangenmarinade beträufeln und mit den Jakobsmuscheln toppen.

Ali Güngörmüs am 20. März 2015

Legierter Spargel mit Tiger Prawns

Für zwei Personen

Für den Spargel:	10 Stangen weißer Spargel	1 Zitrone
1 Limette	1 TL Butter	4 EL Pankomehl
1 Prise Zucker	1 Prise Salz	
Für die Tiger Prawns:	6 Tiger Prawns, mit Schale	2 Shiitakepilze
4 cm Ingwer	1 Stange Zitronengras	1 rote Chilischote
3 Eier	2 TL Butter	1 EL Sojasauce
2 EL Sesamöl	4 Zweige Koriander	4 EL Pankomehl
4 EL Mehl	Öl	
Für die Sauce:	100 ml Sahne	100 ml Weißwein
1 Prise Zucker	1 EL Butter	1 Prise Salz
Für die Garnitur:	1 Ei	Öl, Salz, Pfeffer

Für den Spargel: Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Spargel schälen und die Enden abschneiden. Enden für die Sauce beiseitestellen. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen.

Spargel in Wasser mit Zitronensaft, Salz, Zucker und einer Flocke Butter garen. Spargel aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und die Köpfe abschneiden. Spargelwasser sowie zwei Spargelstangen für die Sauce beiseitestellen.

Pankomehl in einer Pfanne bräunen und Butter dazugeben. Limette waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Pankomehl mit Limettenabrieb würzen. Pankomasse für die Prawns aufbewahren.

Für die Tiger Prawns: Tiger Prawns waschen, trockentupfen und entdarmen. Ingwer waschen, trockentupfen und fein reiben. Zitronengras putzen und hacken.

Chilischote der Länge nach aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein hacken. Koriander abbrausen, trockenwedeln und hacken. Ingwer, Zitronengras, Sojasauce, Sesamöl, Chili und Koriander vermengen. Zwei Tiger Prawns in die Marinade legen und kurz ziehen lassen. Tiger Prawns in einen Anrichtering auf ein Backblech geben und Butterflocken drauflegen. Shiitake putzen, in Scheiben schneiden und die Garnelen damit bedecken. In den Ofen geben. Nach ca. 10 Minuten etwas von der Pankomasse (von oben) auf die Tiger Prawns im Servierring geben.

Restliche Tiger Prawns in Mehl, Eiern und Pankomehl wenden und in heißem Öl frittieren. Abtropfen lassen und waagrecht einschneiden.

Für die Sauce: Spargelenden (von oben) in Butter anschwitzen und mit Weißwein ablöschen. Mit Salz und Zucker würzen. Spargelfond (von oben) und Sahne angießen und reduzieren lassen. Sauce mit einem Stabmixer mixen. Sauce durch ein feines Sieb passieren und beiseitestellen. Kurz vor dem Servieren nochmals aufmixen.

Zwei gekochte Spargelstangen von oben halbieren und mit der Spargelmasse aus dem Sieb bestreichen. Wie ein Sandwich zusammenklappen, mit der Pankobröselmasse (von oben) bestreuen und in den vorgeheizten Ofen geben.

Für die Garnitur: Ei in einer Pfanne mit Öl braten. Aus der Pfanne nehmen und Eigelb ausstechen. Das Eigelb mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Ali Güngörmüs am 05. Juni 2020

Rind

Boeuf Stroganoff

Für 4 Personen

500 g Rinderfilet	400 g Champignons	2 rote Zwiebeln
3 EL Butterschmalz	Salz	Pfeffer
200 ml Portwein	200 ml Kalbsjus	200 g saure Sahne
1 EL Speisestärke	150 g Gewürzgurken	1 Bund Dill

Das Fleisch in 1 cm starke und 4 cm lange Streifen schneiden.

Die Pilze putzen und vierteln. Rote Zwiebeln schälen und fein würfeln.

Die Hälfte vom Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Rinderfiletstreifen in einer Pfanne kurz von allen darin Seiten anbraten und salzen. Dann das Fleisch aus der Pfanne nehmen.

Rest Butterschmalz in die Pfanne geben, Pilze und Zwiebeln darin unter Rühren goldbraun braten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Mit Portwein ablöschen und diesen um die Hälfte einkochen lassen.

Dann Kalbsjus zugeben, um die Hälfte einkochen.

Saure Sahne mit Stärke verrühren und zu den Pilzen geben, bei milder Hitze die Sauce 4 Minuten köcheln lassen.

Die Gurken in Scheiben schneiden und mit den Fleischstreifen in die Sauce geben, abschmecken.

Dill abbrausen, trocken schütteln, fein schneiden und über das Geschnetzelte streuen, anrichten.

Tipp: Dazu passen Quarkknöpfe. Für den Teig einfach 250 g Mehl, 250 g Magerquark, 3 Eier und 4 Eigelb in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig vermischen. Diesen mit Salz und Muskat würzen. Den Teig abgedeckt 30 Minuten ruhen lassen. In der Zwischenzeit einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Teig auf ein Knöpflehobel geben und ins kochende Wasser tropfen lassen. Wenn die Knöpfe gar sind, steigen sie nach oben. Mit einem Sieblöffel aus dem kochenden Wasser herausnehmen und kurz in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben. Anschließend absieben. Das Ganze so lange wiederholen, bis der Teig aufgebraucht ist.

Ali Güngörmüs am 29. Januar 2018

Rinder-Filet-Streifen mit buntem Bohnen-Salat

Für 4 Personen

Bohnensalat:

100 g breite Bohnen	30 g ausgel. Edamame-Kerne	100 g Keniabohnen
60 g frische Borlottibohnen	1 Paprikaschote	2 Zweige Bohnenkraut

Zitronen-Tahin-Dressing:

2 Schalotten	1 EL Olivenöl	2 EL Kalbsjus
50 ml Geflügelfond	Abrieb von 2 Bio-Zitronen	Saft von $\frac{1}{2}$ Zitrone
1 EL weißer Balsamicoessig	1 EL Tahin (Sesammus)	1 EL Traubenkernöl
50 ml Olivenöl	Salz, Cayennepfeffer	

Rinderfiletstreifen:

500 g Rinderfilet-Streifen (2cm)	Salz, Pfeffer	Sonnenblumenöl
2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin	50 g Butter

Bohnensalat:

Die breiten Bohnen in Stücke schneiden. Die Bohnensorten getrennt voneinander im Salzwasser kochen, bis sie gar sind. Edamame benötigen etwa 1 Minute, die breiten Bohnen und die Keniabohnen etwa 3 Minuten, Borlottibohnen müssen ca. 20 Minuten in ungesalzenem Wasser gekocht werden. Die breiten Bohnen, die Keniabohnen und die Edamame nach dem Kochen sofort in Eiswasser abschrecken, damit sie schön grün bleiben.

Sämtliche gekochten Bohnen in eine Schüssel füllen. Die Paprika mit einem Sparschäler schälen. Das Fruchtfleisch in feine Würfel schneiden und zu den gekochten Bohnen geben. Das Bohnenkraut vom Stiel zupfen, fein schneiden und ebenfalls zugeben.

Tipp:

Wer möchte, kann die breiten Bohnen mit einem Sparschäler schneiden, dann sind sie schon nach 1 Minute weich.

Zitronen-Tahin-Dressing:

Schalotten in Olivenöl anschwitzen. Kalbsjus und Geflügelfond zugeben.

Das Dressing nicht aufkochen, es sollte nur lauwarm werden, so ziehen die Aromen besser in die Bohnen ein. Die restlichen Zutaten mit einem Schneebesen einrühren. Das Dressing mit Salz und Cayennepfeffer würzen und über die Bohnen gießen.

Rinderfiletstreifen:

Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und die Fleischstreifen scharf darin anbraten. Das Fleisch salzen und pfeffern. Thymian, Rosmarin und Butter zugeben und das Fleisch noch ein wenig braten.

Anrichten:

Den Salat auf den Tellern anrichten und das Fleisch darüber verteilen.

Ali Güngörmüs am 13. Juni 2019

Rinder-Kotelett mit Schalotten-Estragonconfit

Für 2 Personen

Für das Fleisch:

600 g Rinderkotelett	Knoblauch	Ingwerscheibe
Orangenzeste	$\frac{1}{2}$ Bund Thymian	$\frac{1}{2}$ Bund Rosmarin
Rapsöl	Salz	Fleur de Sel

Für das Schalottenconfit:

5 Schalotten	1 $\frac{1}{2}$ Knoblauchzehen	Etwas Butter
Etwas Rinderfond	Etwas Sherry-Essig	Etwas Estragon-Essig
Etwas Pflanzenöl	1 EL grobkörniger Senf	$\frac{1}{2}$ Bund Estragon
1 Zweig Thymian	1 Lorbeerblatt	Zucker
Salz, Pfeffer		

Für das Panko:

50 g Panko	1 EL Butter	Thymian
Salz		

Für den Salat:

1 Stück Sucuk	$\frac{1}{2}$ Bund Frühlingslauch	$\frac{1}{2}$ rote Peperoni (mittelscharf)
50 g gekochte Maiskörner	$\frac{1}{2}$ Ananas	$\frac{1}{2}$ grüner Apfel
1 Limette	Etwas Mirin	Etwas Weißweinessig
Etwas Erdnussöl	Etwas braunen Zucker	

Das Fleisch grob klopfen und von allen Seiten salzen, in Rapsöl scharf anbraten und in einem vorgeheizten Ofen bei 120° Grad (Umluft) circa 40 Minuten garen (soll es schneller gehen, das Fleisch für die Hälfte der Zeit im Ofen bei 160 bis 180° Grad garen).

Für das Schalottenconfit den Estragon fein schneiden. Die Schalotten und den Knoblauch schälen, in feine Würfel schneiden und in etwas Butter glasig anschwitzen. Das Lorbeerblatt und den Thymianzweig dazugeben, mit etwas Sherry und Estragon-Essig ablöschen und einreduzieren lassen. Anschließend eine Prise Zucker, etwas Butter und Öl unterrühren. Den Rinderfond dazugeben und erneut reduzieren lassen bis eine sämige Konsistenz entstanden ist. Den Estragon und den Senf dazugeben und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Salat die Ananas schälen und in Würfel schneiden. Den halben Apfel ebenfalls schälen und in feine Streifen schneiden. Anschließend den Mais, die Ananas und den Apfel in eine Schüssel geben. Den Frühlingslauch putzen und waschen. Etwas Peperoni und den Frühlingslauch fein schneiden und dazugeben. Mit Salz, braunem Zucker, Limettensaft, Erdnussöl und Mirin abschmecken.

Anschließend die Sucuk in Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit etwas Butter anbraten. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen. Ein Teil des Schalottenconfits auf dem Fleisch verteilen. Das Fleisch in die Pfanne zum Sucuk geben und nachbraten (in heißer aufgeschäumter Butter). Außerdem etwas Thymian, Rosmarin, Knoblauch, eine Ingwerscheibe und eine Orangenzeste mit in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer nachwürzen. Das Panko in einer extra Pfanne zusammen mit Thymian und etwas Salz in einem Esslöffel Butter anrösten. Anschließend das Panko über das Schalottenconfit auf dem Fleisch geben.

Zum Anrichten den Maissalat auf zwei Teller geben. Auf dem Maissalat ein paar Scheiben angebratene Sucuk verteilen. Darauf das in Scheiben geschnittene Fleisch geben und zusammen mit einem extra Klecks Schalottenconfit servieren. Zum

Ali Güngörmüs am 23. April 2015

Roastbeef mit Ofen-Kartoffeln und gebratenen Pilzen

Für 4 Personen

Für das Fleisch:

800 g Roastbeef	Salz	1 Knoblauchzehe
3 Zweige Thymian	2 EL Butterschmalz	

Für die Kartoffeln:

600 g kleine neue Kartoffeln	3 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
------------------------------	---------------	---------------

Für Basilikumöl, Parmesancreme:

1 Bund Basilikum	50 ml Olivenöl	40 g Parmesan
150 g Sahne	1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer
1 Prise Cayennepfeffer		

Für die Pilze:

200 g Steinchampignons	200 g Kräuterseitlinge	1 Schalotte
Salz	Pfeffer	

Den Backofen auf 140 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das Roastbeef parieren, d.h. aufliegendes Fett und Sehnen entfernen, das Fleisch mit Salz würzen. Knoblauchzehe abziehen und andrücken, Thymian abbrausen, trocken schütteln.

In einer ofenfesten Pfanne Butterschmalz erhitzen, das Fleisch darin rundherum anbraten.

Anschließend das Bratfett abgießen, Thymian und angebratenen Knoblauch mit in die Pfanne geben. Das Roastbeef in den heißen Ofen schieben und ca. 20 Minuten garen.

In der Zwischenzeit die Kartoffeln gut unter fließendem Wasser bürsten und waschen.

Kartoffeln halbieren, in eine Auflaufform oder auf ein Backblech geben, mit Olivenöl beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und einmal durchmischen.

Das rosa gegarte Roastbeef aus dem Ofen nehmen und zugedeckt ruhen lassen.

Die Backofentemperatur auf 180 Grad erhöhen, die Kartoffeln in den Ofen geben und ca. 25 Minuten goldgelb und knusprig garen.

Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Basilikum mit Olivenöl in einen Mixbecher geben und fein pürieren.

Parmesan fein reiben. Sahne schaumig aufschlagen, Parmesan unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken. Bis zum Servieren die Parmesancreme kaltstellen.

Die Pilze putzen und in etwa 2 cm große Stücke schneiden. Schalotte schälen und fein schneiden.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Pilze darin goldgelb anbraten.

Schalotten und Butter zugeben und mit anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Roastbeef in dünne Scheiben aufschneiden.

Die Kartoffeln mit den Pilzen auf Tellern anrichten, mit dem Basilikumöl beträufeln. Die Parmesancreme in kleinen Klecksen darum herum verteilen. Die Roastbeefscheiben locker anlegen.

Ali Güngörmüs am 26. Mai 2020

Sashimi vom Wagyu Beef mit Auberginen-Miso-Püree

Für vier Personen

Rind:

500 g Wagyu Beef 50 g Butter Maiskeimöl, Pfeffer, Salz

Auberginen-Misopüree:

2 Auberginen, ca. 400 g 0,5 Zitrone 10 g Misopaste
1 EL Ducca Olivenöl, Cayennepfeffer Butter, Salz

Eigelb:

500 ml Butter, braun 4 Eier, bio Meersalz, Pfeffer

Soße:

230 ml Sojasoße 160 ml Limettensaft 50 ml Mirin
50 ml Pflaumenwein 8 Bonitoflocken 200 ml Butter, braun
2 EL Tobiko Kaviar 2 EL Schnittlauchröllchen Speisestärke

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen.

Rind:

Zuerst das Fleisch parieren (von Sehnen und Fett befreien). Anschließend salzen, in Öl scharf von allen Seiten anbraten und im vorgeheizten Backofen circa 20 Minuten warm halten. Das Fleisch pfeffern und in einer Pfanne in zerlassener Butter von allen Seiten wenden.

Auberginen-Misopüree:

Den Zitronensaft auspressen. Die Auberginen schälen und in kleine Stücke schneiden. Mit Salz, Olivenöl und Zitronensaft würzen. Anschließend in einer Pfanne langsam weich schmoren. Danach die Auberginen in einer Küchenmaschine mit der Misopaste und einigen Butterflocken pürieren. Das Ganze mit Ducca, etwas Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Eigelb:

Die Butter in einer Kasserolle auf circa 60 Grad erhitzen. Die Eier trennen, das Eigelb vorsichtig mit einer Schaumkelle in die Butter geben und darin 15 Minuten ziehen lassen. Das Eigelb herausnehmen und mit Meersalz und Pfeffer würzen.

Soße:

Die Sojasoße mit Limettensaft, Mirin und Pflaumenwein aufkochen. Mit etwas Speisestärke leicht eindicken. Die Bonitoflocken dazugeben und 24 Stunden ziehen lassen. Das Ganze passieren und zum Schluss mit der braunen Butter, dem Kaviar und den Schnittlauchröllchen vermischen. Das Roastbeef in Scheiben schneiden und auf das Misopüree geben. Mit dem Eigelb und der Soße anrichten.

Ali Güngörmüs am 10. August 2012

Salat

‘Well fit-Salat’ mit Ei-Brot und Zitronen-Aioli

Für zwei Personen

2 Eier (frische)	1 Schuß Weißweinessig	4 kleine Scheiben Körnerbrot
$\frac{1}{2}$ Kopfsalat	50 g Rucola Salat	1 kleine Handvoll Johannisbeeren
1 kleine Handvoll Berberitzen	6 Tomaten	$\frac{1}{2}$ Avocado
$\frac{1}{2}$ Apfel	6 Petersilienblätter	6 Minzeblätter
Dill		

Für die Zitronen-Aioli:

1 Zitrone (unbehandelt)	3 bis 4 EL Aioli	2 EL Schmand
Chili, Salz, Pfeffer		

Für die Vinaigrette:

$\frac{1}{2}$ EL Senf	4 EL Olivenöl	2 EL Weißweinessig
Zucker, Salz		

Für die pochierten Eier einen Topf nicht gesalzenes Wasser aufkochen und etwas Weißweinessig hinzugeben. Die Eier aufschlagen und in ein Schälchen geben. Dann die Eier langsam in das kochende Wasser geben und dabei leicht umrühren.

Anschließend die Eier circa drei Minuten kochen lassen, vom Herd nehmen und circa vier bis fünf Minuten ziehen lassen, sodass sie Innen wachweich sind.

Anschließend aus dem Wasser nehmen und später beim Anrichten leicht salzen. Währenddessen Brot in Scheiben schneiden und im Ofen leicht rösten.

Für die Zitronen-Aioli das Aioli mit Zitronensaft und Zitronenabrieb abschmecken. Ein wenig Schmand hinzugeben. Anschließend mit ein ganz wenig Chili, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Salat-Vinaigrette etwas Olivenöl, Senf, Salz, Zucker und Weißweinessig mit einem Schneebesen verquirlen.

Beim Anrichten die Zitronen-Aioli auf einen Teller streichen und darauf die nicht marinierten Kopfsalat- und Rucolasalatblätter legen. Dann ein paar Johannisbeeren, Berberitzen und Tomaten darüber streuen. Außerdem ein paar dünne Apfelscheiben auf dem Salat drapieren und ein pochiertes Ei neben den Salat legen.

Auf dem Teller das geröstete Brot und die leichtgesalzene Avocado anrichten. Zum Schluss ein paar Petersilien-, Minz- und Dillblätter auf den Salat geben und die Vinaigrette darüber träufeln.

Ali Güngörmüs am 13. März 2015

Daikon-Kresse-Salat

Für vier Personen

1 EL Erdnüsse, leicht karamellisiert	1 Stange Rettich, klein	3 Schalen Daikonkresse
1 Schale Enokipilze	1 Apfel, Granny Smith	1 Limone
Erdnussöl	Sojajus	

Die karamellisierten Erdnüsse grob hacken. Die restlichen Zutaten nach Belieben schneiden und mit etwas Limettensaft, Sojajus und Erdnussöl leicht säuerlich abschmecken.

Ali Güngörmüs am 11. Mai 2012

Soßen

Orangen-Soße

Für vier Personen

2 Würfel Zucker	400 ml Orangensaft, frisch	200 ml Orangensaft
50 ml Orangenlikör	300 ml Geflügelfond	1 Lorbeerblatt
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	Preiselbeeren
Speisestärke	Butter, Pfeffer, Salz	

Den Würfelzucker karamellisieren und mit Orangenlikör ablöschen. Mit Orangensaft auffüllen und auf die Hälfte der Menge einkochen lassen. Das Lorbeerblatt, Thymian, Rosmarin und Geflügelfond dazugeben und nochmals einkochen lassen. Die Soße mit etwas Speisestärke leicht binden und mit Salz, Pfeffer und Butter abschmecken.

Ali Güngörmüs am 26. Oktober 2012

Suppen

Blumenkohl-Muskatblüten-Suppe mit Seezungen-Streifen

Für zwei Personen

½ Kopf Blumenkohl	1 Espressolöffel Muskatblüte	1 getrockneter Macis
1 Prise Kurkuma	1 Prise Zucker	1 Stängel Zitronengras
4 kleine Kartoffeln	800 ml Gemüsefond	2 Eigelbe
2 EL Butter	2 Seezungenfilets à 100 g	200 ml Wasser
50 ml Weißwein	Olivenöl	1 Zehe Knoblauch
2 Schalotten	2 Stängel Dill	2 Stängel Wermut
2 Stängel Koriander	2 Stängel Petersilienblatt	Salz
Pfeffer		

Für den Ansatz der Suppe einen Esslöffel Butter, die Muskatblüte, den zerdrückten Macis und etwas Kurkuma in einem Topf anschwitzen. Zwei Drittel des Blumenkohls hinein hobeln (je feiner der Blumenkohl ist, desto schneller gart er). Die Kartoffeln schälen, in feine Scheiben schneiden und zusammen mit dem Blumenkohl anschwitzen. Eine Prise Zucker hinzufügen und mit der Brühe auffüllen, bis alle Zutaten bedeckt sind. Die Suppe langsam köcheln lassen (circa acht bis zehn Minuten). Die Silberhaut von den Seezungen runterschneiden (falls sie sich nicht lösen lässt, das Filet mehrfach quer einritzen). Anschließend den Fisch quer in Streifen schneiden. Für den Fond das Wasser, den Weißwein, den Knoblauch, die Schalotten, den Dill, den Koriander, das Petersilienblatt, den Wermut und etwas Olivenöl ansetzen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Seezungenstreifen zum Pochieren hineinlegen, pfeffern und salzen und auf mittlerer Hitze Stufe gar ziehen lassen. Wenn der Blumenkohl und die Kartoffeln gar sind, die Suppe durch ein Sieb passieren. Die Hälfte des restlichen Blumenkohls roh hineinhobeln. Mit dem Pürierstab die Eigelbe und einen Esslöffel Butter unter die Suppe heben und schaumig mixen (die Suppe darf jetzt nicht mehr kochen, da sie sonst gerinnen würde!). Zum Anrichten die Seezungenstranchen in einen tiefen Teller setzen und mit der Suppe bedecken. Den restlichen rohen Blumenkohl über die Suppe hobeln, mit einer Prise Macis bestreuen und mit einigen Tropfen Olivenöl beträufeln.
Tipp:

Anstatt der Seezunge können auch Lachs, Saibling, Garnelen oder Hühnchen verwendet werden. Als vegetarische Alternative kann die Einlage auch weggelassen werden.

Ali Güngörmüs am 20. Februar 2015

Kalte Tomaten-Melonen-Suppe mit Estragon-Croûtons

Für zwei Personen

3 Ochsenherztomaten	100 g Wassermelone	1 kleine Zwiebel
50 ml Olivenöl	25 ml Gemüsebrühe	$\frac{1}{4}$ Bund Estragon
$\frac{1}{4}$ Baguette	40 g Butter	1,5 EL Joghurt
1 Spritzer scharfe ChilisaUCE	1 Prise Cayenne	1 Prise Zucker
Salz	Pfeffer	

Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Tomaten blanchieren, häuten und in grobe Würfel schneiden. Die Zwiebel in einem Topf mit etwas Olivenöl anschwitzen. Die Tomatenwürfel hinzufügen, danach mit der Gemüsebrühe auffüllen und für 20 Minuten lauwarm erhitzen (nicht kochen!).

In der Zwischenzeit den Estragon hacken. Das Baguette in grobe Würfel schneiden und in 35 Millilitern Olivenöl und der Butter bei geringer Temperatur zu knusprigen Croûtons rösten. Dann den gehackten Estragon hinzufügen und die Croûtons auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Die Wassermelone schälen, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch grob würfeln. Den Joghurt, das restliche Olivenöl und die Melonenwürfel in die Tomatensuppe geben und alles mit dem Stabmixer mixen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker, Cayenne und scharfer ChilisaUCE abschmecken und auf Eis kalt stellen.

Ali Güngörmüs am 10. April 2015

Kichererbsen-Kokos-Suppe mit Koriander

Für vier Portionen

250 g eingeweichte Kichererbsen	2 Zwiebeln	1 kleine Ingwerknolle
1 Stange Zitronengras	2 rote Paprika	1 EL Austernsauce
200 ml ungesüßte Kokosmilch	1 Liter Hühnerfond	2 Limettenblätter
1 kleine Chilischote	Jaipur-Curry	frischer Koriander
1 Limette	Cayenne-Pfeffer	Butter, Pfeffer, Salz

Die geschälten Zwiebeln grob hacken und in einem Topf mit Butter anschwitzen. Drei Scheiben geschälten Ingwer, das gehackte Zitronengras, die Limettenblätter, einige Korianderblätter und die eingeweichten Kichererbsen dazugeben. Mit dem Jaipur-Curry aromatisieren. Die klein gehackten roten Paprika in den Topf geben. Mit dem Hühnerfond aufgießen, bis alle Zutaten bedeckt sind. Die Kokosmilch und Austernsauce dazu geben, mit dem Chili abschmecken und für circa 20 Minuten köcheln lassen. Den Inhalt aufkochen lassen und pürieren, anschließend durch ein Sieb passieren und erneut pürieren. Nun mit Salz, Cayenne und Pfeffer und nachwürzen. Sollte die Suppe zu scharf sein, kann sie mit kalten Butterflocken abgemildert werden. Serviervorschlag:

Die restlichen Kichererbsen als Einlage in einen Teller geben, etwas Limettenabrieb darüber streuen, die Suppe darüber gießen und mit dem Koriander verzieren.

Ali Güngörmüs am 22. Dezember 2014

Paprika-Rhabarber-Suppe

Für zwei Personen

500 g gelbe Paprikaschoten	100 g Rhabarber	400 ml Gemüsefond
15 g Ingwer	80 g Zwiebeln	1 EL Haselnussöl
1 Mini-Salatgurke	1 Limette	1 gekochte Kartoffel
100 ml Sahne	Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Die Paprikaschoten entkernen und mit der Hautseite nach oben nebeneinander auf ein Backblech legen. Unter dem vorgeheizten Backofengrill sechs bis acht Minuten rösten, bis die Haut schwarze Blasen wirft. Aus dem Ofen nehmen, mit Aluminiumfolie zehn Minuten abdecken und anschließend häuten.

Ein Paprikaviertel quer in 0,5 Zentimeter dicke Streifen schneiden und für die Einlage bereitstellen. Die restliche Paprika in Stücke schneiden.

Den Rhabarber schälen und in drei Zentimeter große Stücke schneiden. Den Ingwer und die Zwiebeln schälen, beides in feine Würfel schneiden. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen. Den Ingwer und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze anschwitzen. Die Paprika und den Rhabarber dazugeben, mit der Gemüsebrühe auffüllen und 15 Minuten köcheln lassen. Die Kartoffel hinein reiben und die Sahne als Bindung dazu geben.

Inzwischen die Gurke ungeschält in dünne Scheiben schneiden.

Die Limette auspressen. Den Limettensaft und das Haselnussöl verrühren und über die Gurkenscheiben geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und vorsichtig mischen. Zehn Minuten ziehen lassen.

Die Suppe mit dem Stabmixer sehr fein pürieren. Mit Salz und Zucker abschmecken. Die Paprika-Einlage und die Gurkenscheiben auf zwei Tellern verteilen und mit der Suppe bedecken. Obendrauf noch etwas von dem Haselnussöl geben und Pfeffer darüber streuen.

Ali Güngörmüs am 27. März 2015

Vegetarisch

Aubergine mit Baharat-Feta und Maulbeer-Couscous

Für zwei Personen

Für die Aubergine:

1 Aubergine	100 g passierte Tomaten	1,5 Schalotten
$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	1 Msp. Kreuzkümmel	1 Msp. Zimt
$\frac{1}{2}$ TL Ras el Hanout	1 EL Butter	Zucker
1,5 EL Olivenöl	Öl	Salz

Für den Baharat-Feta:

50 g Feta	1 EL Olivenöl	2 Zweige glatte Petersilie
$\frac{1}{2}$ TL Baharat	Pfeffer	

Für den Maulbeer-Couscous:

100 g Couscous	1 Zitrone	25 g getrock. Maulbeeren
175 ml Geflügelfond	25 g Olivenöl	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
1 Msp. gemahl. Kreuzkümmel	1 Msp. gemahl. Koriander	1 Msp. Baharat
Salz		

Für die Aubergine:

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Aubergine waschen, trockentupfen und von Stiel- und Blütenansatz befreien. Mit einem Sparschäler die Schale entfernen und für die Garnitur zur Seite stellen. Aubergine achteln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Auberginen mit einer Prise Salz und einer Prise Zucker hineingeben und scharf anbraten.

Schalotten abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

Knoblauch abziehen und die Hälfte schneiden. Schalotten und Knoblauch in einem Topf mit etwas Butter leicht anschwitzen. Passierte Tomaten hinzugeben und mit Ras el Hanout, einer Prise Zucker und Salz würzen.

Tomatensud zu den Auberginen geben und köcheln lassen. Alles mit Kreuzkümmel und Zimt würzen.

Aufgehobene Auberginenschale in sehr feine Streifen schneiden und in heißem Öl frittieren. Aus dem Fett nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Um der Aubergine enthaltene Bitterstoffe zu entziehen, sollten Sie, sofern sie länger als 35 Minuten Zeit haben, die geschnittene Aubergine zunächst einsalzen, dann ca. 20 Minuten ziehen lassen und schließlich mit einem Küchenpapier trockentupfen.

Für den Baharat-Feta:

Petersilie abbrausen, trockentupfen und klein hacken. Feta in Würfel schneiden, mit Olivenöl beträufeln und Baharat und Pfeffer würzen.

Ziehen lassen. Kurz vor dem Servieren Petersilie unterrühren.

Für den Maulbeer-Couscous:

Geflügelfond mit Kreuzkümmel, Koriander, Baharat und $\frac{1}{2}$ TL Salz aufkochen. Couscous unterrühren und zugedeckt neben dem Herd 10 Minuten quellen lassen. Dann kurz etwas umrühren und weitere 10 Minuten quellen lassen. Maulbeeren hacken und zum Couscous geben.

Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Couscous mit Olivenöl, Zitronensaft und Salz abschmecken. Petersilie abbrausen, trockentupfen, klein hacken und unter den Couscous heben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Ali Güngörmüs am 02. Juni 2020

Back-Zwiebel, Peperonata-Gemüse, Barbecue-Hollandaise

Für zwei Personen

Für die Zwiebel:

2 weiße Gemüsezwiebeln	2 Eier	50 g Pankomehl
3 Lorbeerblätter	50 g Weizenmehl	1 EL Zucker
Öl, Chiliflocken, Salz	5 schwarze Pfefferkörner	Pfeffer

Für das Peperonata-Gemüse:

1 Zucchini	1 rote Paprika	1 gelbe Paprika
1 Aubergine	150 g Fleischtomaten	1 Peperoncini
2 Knoblauchzehen	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
1 EL Butter	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Barbecue-Hollandaise:

1 Orange	1 Schalotte	3 Eier
250 g Butter	50 ml Barbecue-Sauce	300 ml Weißwein
1 Lorbeerblatt	1 Prise Zucker	6 schwarze Pfefferkörner

Für die Zwiebel: Die Zwiebel abziehen, achteln und über Nacht in kaltes Wasser einlegen und in den Kühlschrank legen. Dadurch öffnet sie sich etwas.

Backofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Zwiebeln abziehen und zum Strunk in 8 Teile schneiden, sodass der Strunk die Zwiebel zusammenhält. Lorbeerblätter abzupfen und Zwiebeln zusammen mit Lorbeerblättern, Zucker, Salz und Pfefferkörnern ca. 15 Minuten in Wasser in einem Topf kochen. Zwiebeln herausnehmen und im Ofen ca. 3-5 Minuten trocknen. Eine Panierstraße aus Eiern, Pankomehl und Weizenmehl erstellen. Zwiebeln erst im Mehl, dann in Eiern und zuletzt im Pankomehl panieren und im heißen Fett in einem Topf oder einer Fritteuse goldgelb backen. Abschließend mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken würzen.

Für das Peperonata-Gemüse: Zucchini von Enden befreien, waschen, trockentupfen und ganz fein würfeln. Beide Paprika von Strunk, Scheidewänden und Kernen befreien, schälen, in feine Würfel schneiden. Aubergine von Stiel- und Blütenansatz befreien, würfeln. Peperoncini klein schneiden. Tomaten blanchieren, häuten, entkernen und in Würfel schneiden.

Knoblauch abziehen und klein hacken. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Olivenöl und Butter in einer Pfanne erhitzen, Paprika und Aubergine dazugeben und nach ca. 2 Minuten Zucchini, Tomaten, Peperoncini, Thymian, Rosmarin und Knoblauch hineingeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Barbecue-Hollandaise: Butter in einen Topf geben und bei mittlerer Hitze so lange erhitzen, bis sich die Molke am Topfboden abgesetzt hat und leicht bräunlich ist.

Butter durch ein feines Sieb gießen. Schalotte abziehen und grob würfeln.

Lorbeerblatt abzupfen. Weißwein mit Pfefferkörnern, Zucker, Lorbeerblatt und Schalotten in einem Topf aufkochen und auf ca. 60 ml einkochen lassen. Danach die Reduktion durch ein Sieb passieren. Eier trennen und Eigelbe mit der Reduktion über einem Wasserbad heiß und schaumig aufschlagen. Orange unter heißem Wasser abspülen, trockentupfen und Schale abreiben. Hollandaise mit Orangenabrieb abschmecken.

Lauwarme Butter langsam in einem dünnen Strahl in den Ei-Schaum rühren. Zum Schluss die Hollandaise mit Barbecue-Sauce abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren

Ali Güngörmüş am 03. Juni 2020

Börek mit Ratatouille

Für 4 Personen

Börek:

450 g vorw. festk. Kartoffeln	Salz	2 EL Pinienkerne
6 Schalotten	2 Knoblauchzehen	1 Bd. glatte Petersilie
100 g Butter	Zucker	1 gestr. EL Tomatenmark
1 TL edelsüßes Paprikapulver	Cayennepfeffer	8-12 Yufka-Teigblätter
2 Eigelb, verquirlt	Backpapier	

Ratatouille:

1 kl., gelbe Paprikaschote	1 kl., rote Paprikaschote	1 kl. Aubergine
1 kl. Zucchini	3 EL Olivenöl	4 Schalotten
2 Knoblauchzehen	6 EL passierte Tomaten	1 EL gehackter Rosmarin
Salz, Pfeffer, Zucker	Cayennepfeffer	

Börek: Kartoffeln schälen, klein schneiden und in Salzwasser weich garen.

Inzwischen die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten und abkühlen lassen. Falls Sie Walnüsse verwenden, diese nach dem Rösten grob hacken. Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Die Butter in einem Topf aufschäumen.

Schalotten, Knoblauch und eine Prise Zucker zufügen und zugedeckt in etwa 10 Minuten bei schwacher Hitze weich schmoren, dabei gelegentlich umrühren. Tomatenmark und Paprikapulver unterrühren.

Die Kartoffeln in ein Sieb abgießen, abtropfen lassen, zur Schalottenmischung in den Topf geben und mit einer Gabel oder einem Kartoffelstampfer zerdrücken und untermischen. Petersilie und Pinienkerne unterrühren. Die Kartoffelmasse mit Salz und einer Prise Cayennepfeffer abschmecken.

Den Backofen auf 170 Grad Umluft vorheizen. Ein Backblech einfetten oder mit Backpapier belegen. Die Yufka-Teigblätter mit der Spitze nach oben auf die Arbeitsfläche legen. Jeweils 1-2 EL Kartoffelfüllung in die Mitte geben und quer etwas verteilen. Die Teigränder mit etwas Eigelb bestreichen. Die seitlichen Teigecken über der Füllung zusammenschlagen. Dann die Teigblätter von der Längsseite zur Spitze aufrollen. Die Böreks mit etwas Abstand zueinander auf das Blech legen und mit dem restlichen Eigelb bestreichen. Im Ofen auf der mittleren Schiene in 12-15 Minuten goldbraun backen.

Ratatouille: Die Paprikaschoten längs halbieren, entkernen, waschen und fein würfeln. Aubergine und Zucchini waschen und ohne Stielansätze ebenfalls fein würfeln. In einer Pfanne 2 EL Öl erhitzen und das Gemüse darin bei mittlerer Hitze 3-4 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und in eine Schüssel geben.

Schalotten und Knoblauch schälen, fein hacken und im restlichen Öl (1 EL) glasig anschwitzen. Passierte Tomaten und Rosmarin zugeben, etwas einkochen und mit Salz, sowie je einer Prise Zucker und Cayennepfeffer würzen. Unter die Gemüswürfel mischen und nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Anrichten: Die heißen Börek mit dem Gemüse servieren. Falls Sie noch einen Rest von der Börek-Masse übrig haben, können Sie diesen auch noch dazu reichen. Und wenn Sie möchten, können Sie das Gericht mit Auberginenchips dekorieren. Dafür schneiden Sie eine Aubergine in hauchdünne Scheiben, salzen diese, lassen sie zehn Minuten ziehen und tupfen sie dann mit Küchenkrepp ab. Dann in Mehl wenden und in heißem Fett frittieren, bis sie zart braun werden.

Ali Güngörmüs am 21. Dezember 2020

Gebratene Steinpilze mit Ofenkartoffeln, Parmesan-Creme

Für 4 Personen

350 g kleine Kartoffeln	50 ml Olivenöl	Salz
Pfeffer	400 g Steinpilze	1 Schalotte
30 g Butter	200 g Sahne	40 g Parmesan
1 Prise Cayennepfeffer		

Für das Basilikumöl:

$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum	50 ml Olivenöl
------------------------------	----------------

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln mit Schale waschen und halbieren. Mit $\frac{2}{3}$ vom Olivenöl, Salz und Pfeffer mischen und auf einem Backblech verteilen. Kartoffeln ca. 25 Minuten im Ofen knusprig backen.

Die Steinpilze mit einem Tuch säubern, putzen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Die Schalotte schälen und fein würfeln.

Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Pilze darin goldgelb anbraten. Die Schalottenwürfel und Butter zu den Pilzen geben und mit andünsten.

Für die Parmesancreme die Sahne mit dem geriebenen Parmesan, je einer Prise Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer in ein hohes Gefäß geben und mit dem Stabmixer schaumig aufschlagen.

Für das Basilikumöl das Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Einige Blätter zum Garnieren beiseitelegen. Basilikum und Olivenöl in einem Mixbecher mit dem Stabmixer fein zerkleinern.

Kartoffeln und Pilze auf Tellern anrichten und mit Basilikumöl beträufeln. Die Parmesancreme in kleinen Klecksen am Rand verteilen und mit Basilikumblättern garnieren.

Ali Güngörmüs am 01. Oktober 2019

Gefüllte Gurken mit Dill - Minz - Bulgur und Gewürzjoghurt

Für 4 Personen

Für die Gurken:

1 Knoblauchzehe	200 ml Gemüsebrühe	Salz
Pfeffer	3 EL Olivenöl	70 g Bulgur
4 Mini-Salatgurken	1 Bund frische Minze	½ Bund Dill
Zucker	1 Prise Cayennepfeffer	1 Prise Koriander
4 Kirschtomaten		

Für den Gewürz-Joghurt:

1 Zitrone	350 g Joghurt	Salz
1 Prise Zucker	1 Prise Kreuzkümmel	1 Prise Currypulver
1 Prise Zimt	1 Prise Paprikapulver	

Knoblauch schälen und fein würfeln.

Brühe in einem Topf geben, mit etwas Salz, Pfeffer und Knoblauch abschmecken. 1 EL Olivenöl zugeben und alles aufkochen.

Den Bulgur einstreuen und 10 Minuten bei schwacher Hitze zugedeckt gar ziehen lassen.

In der Zwischenzeit Zitrone auspressen.

Joghurt, Salz, Zucker, Kreuzkümmel, Curry, Zimt, Paprikapulver in eine Schüssel geben und glatt verrühren. Mit etwas Zitronensaft abschmecken.

Gurken gründlich waschen, trocken reiben und die Enden abschneiden. Die Gurken längs halbieren und mit einem Teelöffel die Kerne ausschaben.

Kräuter abspülen, trocken schütteln. Minze und Hälfte Dill fein hacken.

Bulgur mit einer Gabel auflockern. Minze und Dill untermischen.

Den Bulgur mit Salz, Zucker, Cayennepfeffer, Koriander und übrigem Zitronensaft abschmecken. 2 EL Olivenöl untermischen.

Tomaten waschen, trocken reiben, halbieren und mit Salz, Zucker und Cayennepfeffer würzen.

Gurkenhälften auf Tellern anrichten. Mit der Bulgur-Mischung füllen. Mit Gewürz-Joghurt, Kirschtomaten und übrigem Dill anrichten.

Ali Güngörmüs am 30. Juli 2018

Gefüllte Spitzpaprika mit Bulgur, Petersilie-Minze-Salat

Für 4 Personen

Für die Spitzpaprika:

2 Spitzpaprika	200 ml Geflügelfond	1 TL Currypulver
$\frac{1}{2}$ TL Ras-el-Hanout	$\frac{1}{2}$ TL Salz	4 EL Olivenöl
70 g Bulgur	80 g Feta	2 Zweige Minze

Für den Limettenjoghurt:

1 Bio-Limette	250 g türk. Joghurt (10%)	2 EL Olivenöl
Salz	Cayennepfeffer	

Für den Petersilie-Minze-Salat:

$\frac{1}{2}$ Bund Dill	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Minze
1 EL Balsamico	2 EL Olivenöl	Salz
1 Prise Zucker		

Die Spitzpaprika waschen, der Länge nach halbieren und vom Kerngehäuse und den weißen Innenwänden befreien.

Den Geflügelfond mit Curry, Ras el Hanout, Salz und der Hälfte vom Olivenöl in einen Topf geben und aufkochen lassen. Bulgur hinzufügen und bei schwacher Hitze zugedeckt zehn Minuten ziehen lassen. Dann mit einer Gabel auflockern.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Spitzpaprika mit dem Bulgur füllen, den Feta zerbröseln und darüber verteilen. Paprika in eine feuerfeste Form geben und 12 Minuten im Ofen garen.

Für den Limettenjoghurt die Limette heiß abwaschen. Etwas Schale abreiben und unter den Joghurt rühren.

Limettensaft auspressen und mit dem Olivenöl zum Joghurt geben. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Für den Salat die Kräuter abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Balsamico, Olivenöl, Salz und Zucker zu einer Vinaigrette verrühren. Kurz vor dem Servieren die Kräuterblätter mit der Vinaigrette marinieren.

Für den Paprika Minze abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Paprika aus dem Ofen nehmen, mit restlichem Olivenöl beträufeln und Minzeblättchen darauf streuen.

Gefüllten Spitzpaprika mit dem Petersilien-Minze-Salat und dem Limettenjoghurt anrichten.

Ali Güngörmüs am 19. Juni 2019

Gefüllte Zucchini-Blüten mit Apfel-Linsen-Salat

Für zwei Personen

Für die Zucchini-Blüten:

4 mehligk. Kartoffeln	1 Schalotte	1 kleine Knoblauchzehe
1 kleine Zucchini	2 Zweige Rosmarin	3 Zweige Thymian
1,5 EL Olivenöl	1 Prise Cayennepfeffer	4 Zucchini-Blüten

Für den Apfel-Linsen-Salat:

200 g Belugalinsen	1 Nelke	4 Senfkörner
4 Korianderkörner	1 Lorbeerblatt	1 Knoblauchzehe
1 cm Ingwer (frisch)	1 Orange	1 Schuss Balsamico Essig
1 Schuss Granatapfelessig	1 Prise Zucker	1 Apfel

Für den Parmesan-Joghurt:

200 g Joghurt	50 g Parmesan	1 EL Olivenöl
Meersalz	Salz	Pfeffer

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser in 20 Minuten weich kochen.

Die Schalotte und den Knoblauch schälen. Die Zucchini und die Schalotte in feine Würfel schneiden, die Knoblauchzehe halbieren. Die Zucchini- und Schalottenwürfel mit der Knoblauchzehe, je einem Zweig Rosmarin und Thymian in dem Olivenöl anschwitzen. Den Rosmarin, den Thymian und den Knoblauch wieder entfernen und die Masse mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken.

Die Kartoffeln mit einer Gabel zerdrücken und die angeschwitzten Zucchini- und Schalottenwürfel dazugeben.

Den Backofen auf 160°C (Umluft) vorheizen. Die Zucchini-Blüten waschen und putzen. Die Kartoffel-Zucchini-Masse in die Blüten füllen. Danach die Blüten auf ein gefettetes Blech legen, die restlichen Rosmarin- und Thymianzweige dazugeben und für fünf Minuten in den Ofen geben.

Die Belugalinsen in der dreifachen Menge Wasser (ohne Salz!) in circa 20 Minuten al dente kochen. Einen Teebeutel mit der Nelke, den Senfkörnern, den Koriandersamen, der angeschnittenen Knoblauchzehe und dem frischen Ingwer füllen, verschließen und zu den Linsen geben. Zum Ende der Garzeit die Linsen mit einem Schuss Balsamicoessig, einem Schuss Granatapfelessig und dem Saft einer Orange ablöschen. Mit etwas Abrieb der Orangenschalen, Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Joghurt mit Olivenöl, Meersalz und Pfeffer abschmecken und den Parmesan darüber hobeln.

Den Linsensalat auf einem tiefen Teller anrichten und mit den gehobelten Apfelstreifen dekorieren. Den Parmesanjoghurt in einer Schale anrichten. Ein paar Linsen diagonal auf eine Platte streichen und die gefüllten Zucchini-Blüten darüber legen.

Ali Güngörmüs am 10. April 2015

Geschmorte Auberginen mit Cranberry-Couscous

Für 4 Personen

Auberginen:

2 Auberginen	Salz	3 EL Olivenöl
3 Schalotten	1 Knoblauchzehe	1 TL Ras el-Hanout
200 g passierte Tomaten		

Feta:

100 g Feta	2 EL Olivenöl	$\frac{1}{2}$ TL Baharat (orient.)
1 TL gehackte Petersilie		

Cranberry-Couscous:

350 ml Gemüsefond	1 Msp. Kreuzkümmel	1 Msp. Koriander
1 Msp. Baharat	1 TL Salz	200 g Couscous
50 ml Olivenöl	Saft von $\frac{1}{2}$ Zitrone	50 g getrock. Cranberrys
1 Bd. Petersilie		

Balsamico-Vinaigrette:

100 ml Balsamicoessig	50 ml Wasser	50 g Zucker
3 TL Salz	300 ml Olivenöl	

Spinatsalat:

2 Handvoll Babyspinat	2 EL Balsamico-Vinaigrette	
-----------------------	----------------------------	--

Auberginen: Die Auberginen vom Stiel- und Blütenansatz befreien.

Die Schale mit einem Sparschäler entfernen. Die Auberginen achteln, salzen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die gesalzenen Auberginen nach 20 Minuten trocken tupfen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Auberginen darin scharf anbraten. Die Schalotten abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Die Auberginen aus der Pfanne nehmen, die Temperatur reduzieren und die Schalotten in dem nicht zu heißen Öl schwenken. Den Knoblauch abziehen, blättrig schneiden und ebenfalls in die Pfanne geben, anschwitzen.

Beides mit Ras el-Hanout und Salz würzen, dann die Tomaten zufügen. Die Auberginen in eine ofenfeste Form legen, mit der Tomatensoße übergießen, mit Folie oder Deckel bedecken und so im Ofen 25 Minuten schmoren bis sie weich sind.

Feta: Den Feta etwas zerkleinern, mit den restlichen Zutaten vermengen und zum Marinieren beiseitestellen.

Cranberry-Couscous: Für den Couscous den Fond mit Gewürzen und Salz aufkochen. Den Couscous unterrühren und zugedeckt neben dem Herd 10 Minuten quellen lassen. Dann kurz etwas umrühren und weitere 10 Minuten quellen lassen. Den Couscous mit Olivenöl, Zitronensaft und Salz abschmecken. Zum Schluss die gehackten Cranberrys und die Petersilie zufügen.

Spinatsalat: Essig mit Wasser mischen und Zucker und Salz unter Rühren darin auflösen. Das Olivenöl dazugeben und nicht zu stark verrühren. Den Salat kurz vor dem Servieren mit der Vinaigrette marinieren.

Tipp: Da Sie nur einen Teil der Vinaigrette brauchen, können Sie die restliche gut in einem Glas im Kühlschrank für weitere Salate aufbewahren.

Couscous, geschmorte Auberginen samt Soße, Feta und Spinatsalat auf Tellern anrichten und gleich servieren.

Ali Güngörmüs am 23. Dezember 2020

Grießknödel mit Feigen-Birnen-Kompott

Für 4 Personen

Grießknödel:

2 Zweige Rosmarin	250 ml Milch	60 g Butter
2 EL Honig	70 g Grieß	1 Ei
1 Bio-Orange	1 Bio-Zitrone	1 Zimtstange
50 g Zucker	1 Vanilleschote	

Kompott:

4 Feigen	2 Birnen	80 g Zucker
2 EL Portwein	80 ml Birnenlikör	1 Zimtstange
1 EL Speisestärke		

Für die Grießknödel Rosmarin abbrausen, trocken schütteln, die Nadeln abstreifen und klein schneiden.

Milch, Butter, Rosmarin und Honig in einen Topf geben und aufkochen. Dann mit dem Schneebesen den Grieß einrühren. Der Grieß beginnt zu quellen und muss abgebrannt werden. Dafür mit einem Kochlöffel den Teig am Topfboden abbrennen, bis sich eine Schicht gebildet hat, die sich nicht mehr so leicht löst.

Dann die Masse in eine Schüssel umfüllen, mit Frischhaltefolie abdecken und etwas abkühlen.

Das Ei in die warme, jedoch nicht mehr heiße Masse einarbeiten. Dann die Masse abgedeckt mindestens 3 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

In der Zwischenzeit für das Kompott die Feigen vorsichtig waschen, evtl. schälen. Die Birnen waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und die Birne würfeln oder in Spalten schneiden. Den Zucker in einen Topf geben und goldbraun karamellisieren. Mit 70 ml Wasser und Portwein und Birnenlikör ablöschen. Die Zimtstange hinzufügen und die Flüssigkeit auf die Hälfte einkochen.

Speisestärke mit 1 EL Wasser verrühren, in den Sud geben und diesen damit binden.

Birnen in den Sud geben und kurz aufkochen. Feigen vierteln, zu den Birnen geben und den Topf vom Herd nehmen und die Früchte im Sud ziehen lassen.

In der Zwischenzeit Orange und Zitrone abwaschen, abtrocknen und die Schale abreiben.

Schalenabrieb in einen Topf geben, mit 2 l Wasser aufgießen, Zimtstange, Vanilleschote und Zucker zugeben und aufkochen.

Aus der Grießmasse kleine Knödel formen und diese in das siedende (nicht kochende) aromatisierte Wasser geben und garen. Sobald die Knödel oben schwimmen, sind sie gar.

Mit einem Sieblöffel herausnehmen und sofort mit dem lauwarmen Kompott anrichten und servieren.

Ali Güngörmüs am 24. November 2017

Grüner Spargel mit Erdbeeren, Spinat, Ziegenkäse

Für 4 Personen

250 g Babyspinat	250 g Erdbeeren	1 kg grüner Spargel
3 Rollen Ziegenweichkäse (à 200 g)	1 EL Sonnenblumenöl	Salz
1 Schalotte	30 g Butter	Pfeffer
1 Msp. Muskatnuss		

Den Backofen auf 60 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.

Babyspinat gut waschen und abtropfen lassen.

Die Erdbeeren waschen, abtropfen lassen und putzen Grünen Spargel waschen, das untere Drittel schälen und die holzigen Enden abschneiden.

Jede Ziegenkäserolle in 4 Scheiben schneiden.

In einer beschichteten Pfanne Sonnenblumenöl erhitzen. Die Käsescheiben darin von beiden Seiten scharf anbraten, dann auf das Backblech geben und im Ofen warmhalten.

Die Spargelstangen schräg in etwa 3 cm lange Stücke schneiden.

In einem Topf leicht gesalzenes Wasser aufkochen und die Spargelstücke darin etwa 2 Minuten blanchieren. Herausnehmen und gut abtropfen lassen.

Die Schalotte schälen und fein schneiden.

In einem Topf Butter erhitzen und die Schalotte darin anschwitzen. Spinat zugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Spargelstücke hinzufügen und kurz anbraten.

Die Erdbeeren je nach Größe halbieren oder vierteln.

Spargel und Spinat auf Teller verteilen, die Erdbeeren darüber geben, den warmen Ziegenkäse darauf servieren.

Ali Güngörmüs am 04. Mai 2020

Karotten-Hummus, Spinat-Salat, Feta und Sesam

Für 4 Personen

Karottenhummus:

2 Zwiebeln, geschält	4 EL Olivenöl	800 g Karotten
½ EL gemahl. Kreuzkümmel	Sushi-Ingwer	Salz, Ducca
200 ml Gemüsefond	1 EL Joghurt	Saft von 1 Zitrone
50 g Sesam, geröstet		

Spinatsalat:

Saft von 1 Zitrone	20 ml Mirin	10 ml Weißweinessig
30 ml Sonnenblumenöl	Salz	15 g Zucker
Chiliflocken	200 g Babyspinat	

Feta:

80 g Feta	2 EL Olivenöl	Osmanisches Gewürz, Pfeffer
-----------	---------------	-----------------------------

Sesamchips:

2 Simit (türk. Sesamringe)

Und:

Sushi-Ingwer (s. o.)

Karottenhummus:

Zwiebeln in grobe Streifen schneiden. Zwei Esslöffel Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und Zwiebeln darin anschwitzen. Die Karotten in 1 cm dicke Scheiben schneiden, in den Topf geben und mitschwitzen lassen. Dann den Geflügelfond angießen, einen Deckel auf den Topf legen und die Karotten bei mittlerer Temperatur ca. 30 Minuten weich köcheln lassen. Das Gemüse mit Sushi-Ingwer-Wasser, Ducca, Kreuzkümmel, Sesam und Salz würzen. Den Deckel abnehmen und das Gemüse noch so lange kochen, bis die Flüssigkeit komplett verdampft ist. Das Gemüse mit dem Stabmixer fein pürieren und mit dem restlichen Olivenöl und dem Joghurt verfeinern. Das Karottenhummus mit Salz und Zitronensaft abschmecken.

Spinatsalat:

Die Zutaten für die Marinade gut verquirlen. Die Marinade unter den Spinatsalat mengen.

Feta:

Den Feta in kleine Stücke bröseln, mit dem osmanischen Gewürz und dem Öl marinieren.

Tipp:

Wer das osmanische Gewürz nicht bekommt, kann auch Chiliflocken und wilden Thymian verwenden.

Sesamchips:

Simit in Scheiben schneiden und in einer Pfanne anrösten lassen.

Anrichten:

Den Karottenhummus auf Tellern verteilen, den Feta darauf geben, den Sushi-Ingwer darauf verteilen, die Sesamchips anlegen und alles mit dem Spinatsalat garnieren.

Ali Güngörmüs am 22. Mai 219

Käse-Gnocchi mit Spinat-Creme

Für 4 Personen

Für die Gnocchi:

400 g mehligk. Kartoffeln	Salz	4 EL Mehl
5 EL Speisestärke	2 TL gehackter Majoran	Pfeffer
200 g Taleggio	50 g Butter	

Für die Spinatcreme:

3 kleine mehligk. Kartoffeln	250 g Blattspinat	Salz
2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	5 EL Butter
5 EL gebräunte Butter	5 EL Crème-fraîche	Pfeffer
1 Prise Muskatnuss		

Für die Gnocchi die Kartoffeln schälen, in leicht gesalzenem Wasser zugedeckt aufkochen und garen.

Zusätzlich für die Spinatcreme 3 kleine Kartoffeln gründlich unter fließendem Wasser abbürsten, in Wasser zugedeckt garen.

Geschälte Kartoffeln dann abgießen, gut ausdampfen lassen. Kartoffeln noch heiß durch eine Kartoffelpresse in eine Rührschüssel drücken.

Mehl und Stärke aufsieben. Majoran zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Masse glatt verkneten.

Kartoffelmasse auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu Rollen formen (Ø ca. 3–4 cm) und davon jeweils etwa 3 cm große Stücke abstechen.

Den Käse entrinden und in kleine, etwa 1,5 cm große Würfel schneiden.

Kartoffelteig zu Gnocchi formen, dabei jeweils ein Stück Käse mit einformen. Mit einer Gabel ein Muster in die Kartoffel-Gnocchi drücken.

In einem großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Die Gnocchi darin portionsweise 2–3 Minuten garen. Aus dem Kochwasser heben und abtropfen lassen.

Spinat verlesen, waschen und gründlich trocken schleudern. Spinat in reichlich kochendem Salzwasser kurz blanchieren, abtropfen lassen.

Schalotten und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Etwas Butter in einem Topf erhitzen. Schalotten- und Knoblauchwürfel darin glasig dünsten. Ausgedrückten Spinat zufügen und kurz andünsten.

Kartoffeln in Schale abgießen, abziehen und grob würfeln.

Kartoffelwürfel, übrige Butter und gebräunte Butter zum Spinat geben. Mit einem stabilen Stabmixer zu einer feinen Creme pürieren.

Crème fraîche unterrühren. Spinatcreme mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Butter in einer großen Pfanne schmelzen, die Gnocchi darin warm schwenken.

Gnocchi und Spinatcreme auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Ali Güngörmüs am 05. Dezember 2018

Kürbis-Ravioli mit Chicorée und Datteln

Für 4 Personen

Nudelteig:

500 g Mehl, (405) 1 EL Salz 20 Eigelbe, Größe M
100 g weiche Butter

Kürbisfüllung:

$\frac{1}{4}$ Hokkaidokürbis 2 Schalotten 30 g Butter
1 TL Currypulver Salz 100 ml Geflügelfond

Ravioli:

1 Ei 500 g Nudelteig Füllung

Chicorée und Datteln:

1 Chicorée 50 g getrock. Datteln 30 g Butter
Orangenabrieb

Und:

30 g Butter frischer Thymian

Nudelteig:

Mehl und Salz vermischen, mit Eigelben und Butter verkneten. Den Nudelteig ca. 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen, dann weiterverarbeiten.

Kürbisfüllung:

Den Kürbis von den Fasern und Kernen befreien, nicht schälen und in 2 cm große Stücke schneiden. Die Butter in einem Topf erhitzen und Schalotten und Kürbis darin langsam anschwitzen. Mit Curry-Pulver und Salz würzen und mit dem Fond auffüllen. Den Deckel auflegen und den Kürbis weich schmoren. Den weichen Kürbis noch etwas offen köcheln lassen, bis keine Flüssigkeit mehr im Topf verbleibt. Das Gemüse mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken, nochmals abschmecken und kaltstellen. Wer möchte, danach in einen Spritzbeutel abfüllen.

Ravioli:

Das Ei verquirlen. Den Nudelteig zu einer langen Bahn von 1,5 mm Dicke ausrollen und mit dem Ei bestreichen. Mit dem Spritzbeutel oder einem Teelöffel nebeneinander Häufchen der Kürbisfüllung auf der Teigplatte platzieren. Die Teigbahn der Länge nach zur Hälfte umklappen und die Luft zw. den Teigschichten zu einer Seite herausdrücken. Mit einem Ausstechring Halbkreise ausstechen oder mit einem Messer in Quadrate schneiden und diese an den Rändern gut zusammendrücken. In einem großen Topf reichlich Wasser aufkochen und salzen. Die Ravioli im Salzwasser ca. drei Minuten al dente garen und die fertigen Nudeln aus dem Wasser schöpfen, Wasser aufheben.

Chicorée und Datteln:

Den Chicorée vom Strunk befreien und in feine Streifen schneiden. Die Datteln halbieren und in Streifen schneiden. Chicorée mit der Butter und dem Orangenabrieb in eine Pfanne geben und weich schmoren. Zuletzt Datteln unterschwenken.

Anrichten:

Gekochte Ravioli mit Butter und etwas Nudelwasser in eine Pfanne geben und bei niedriger Temperatur kurz glasieren. Zuletzt etwas Thymian zugeben. In Pastatellern anrichten und Chicorée und Datteln darauf verteilen. Von der restlichen Kürbisfüllung Nockerl abstechen und zu den Nudeln auf die Teller geben.

Ali Güngörmüs am 04. September 2019

Röstbrot mit Spinat und gebackenem Ei

Für 4 Personen

4 EL Butter	300 g Landbrot	Salz
5 Eier	2 Schalotten	300 g Blattspinat
Pfeffer	1 Prise Cayennepfeffer	4 EL Mehl
4 EL Semmelbrösel	100 ml Rapsöl	80 g Pecorino

In einer Pfanne 3 EL Butter erhitzen und leicht aufschäumen lassen.

Vom Brot pro Portion eine Scheibe, etwa 1 cm dick schneiden. Die Brotscheiben in der Pfanne mit Butter von beiden Seiten anrösten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.

Für die Eier in einem Topf Wasser aufkochen. 4 Eier im kochenden Wasser 3 Minuten garen.

Inzwischen die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden.

Spinat verlesen, gründlich waschen und trocken schleudern. Vom Spinat die groben Stiele entfernen.

Die Eier abgießen, abschrecken und schälen.

In der Pfanne 1 EL Butter erhitzen. Die Zwiebelwürfel darin andünsten.

Den Spinat zufügen und unter Wenden andünsten, bis er ganz zusammengefallen ist. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen. Spinat abtropfen lassen.

Übriges Ei auf einem flachen Teller verquirlen. Mehl und Semmelbrösel jeweils auf weiteren Tellern verteilen.

Die vorgegarten Eier zunächst im Mehl, dann im Ei wenden. Zuletzt vorsichtig in den Semmelbröseln wenden.

Rapsöl in einer tiefen Pfanne erhitzen. Die Eier darin rundherum goldbraun und knusprig ausbacken.

Das Brot, Spinat und gebackene Eier anrichten.

Den Pecorino in Späne hobeln, überstreuen und alles servieren.

Ali Güngörmüs am 16. November 2020

Sommer-Gemüse mit Orangen-Béarnaise

Für 4-6 Personen

Sommergemüse:

20 Kirschtomaten	8 Schalotten	Salz, Zucker, Pfeffer
Thymian, Rosmarin	8 Stangen grüner Spargel	1 Kohlrabi
1 Bd. junge Karotten	1 Bd. Frühlingszwiebeln	1 Handvoll Erbsen
Zitronensaft	1 Lorbeerblatt	1 Orange
3 Knoblauchzehe		

Orangenbéarnaise:

2 Schalotten	1 EL Weißweinessig	100 ml trockener Weißwein
4 Zweige Estragon	5 schwarze Pfefferkörner	4 Eigelbe
120 g flüssige Butter	Zesten und Saft von 1 Orange	Cayennepfeffer, Salz, Zucker

Selleriepüree:

800 g Knollensellerie	1 l Sahne	Pfeffer, Muskatnuss
Zucker	250 g Butter	Zitronensaft, Salz

Sommergemüse:

Kirschtomaten mit Salz und Zucker würzen, Thymian, Rosmarin, Knoblauch, Pfeffer und Olivenöl würzen und im auf 90 Grad vorgeheizten Backofen zwei Stunden schmoren. Wenn man die Temperatur höher stellt geht es schneller, bei 130 Umluft ca. $\frac{1}{2}$ Stunde. Zucker in der Pfanne mit etwas Butter karamellisieren, die Schalotten mit der Schnittseite einlegen. Mit Orangenschale, Thymian und Lorbeer würzen und etwas Farbe bekommen lassen. Mit etwas Weißweinessig ablöschen, kurz reduzieren lassen. Wasser zugeben, mit Deckel einmal aufkochen, Temperatur zurückdrehen und ca. 10-15 Minuten schmoren lassen.

Spargel, Kohlrabi, Karotten und Frühlingszwiebeln putzen und nach Belieben klein schneiden. Karotten in der Pfanne mit etwas Zucker und Orangenschale würzen und in etwas Wasser schmoren lassen. Spargel, Erbsen und Kohlrabi kurz in kochendem Salzwasser blanchieren, Frühlingszwiebeln kurz anbraten. Erbsen, Spargel und Kohlrabi zu den Frühlingszwiebeln geben und das Sommergemüse in einer Pfanne mit etwas Butter glasig dünsten. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und wer möchte Zitronensaft abschmecken.

Tipp: Wenn man das gekochte Gemüse nicht sofort verwendet, in Eiswasser abschrecken.

Orangenbéarnaise:

Schalottenwürfel mit dem Weißweinessig, Weißwein, 2 Estragonzweigen und den Pfefferkörnern aufkochen. Den Fond auf 6 EL reduzieren und durch ein Haarsieb streichen. Die Eigelbe mit der Schalottenreduktion in eine Schüssel geben und über dem heißen Wasserbad schaumig schlagen. Den Topf vom Wasserbad nehmen und nach und nach die flüssige Butter einrühren. Den restlichen Estragon fein hacken und mit Orangenzesten, einem Schuss Orangensaft, Cayennepfeffer, Salz und Zucker abschmecken.

Selleriepüree:

Sellerieknollen schälen, in grobe Würfel schneiden und zusammen mit etwas Zucker und Muskatnuss in der Sahne weich kochen. Die weich gekochten Selleriewürfel mit der Butter im Mixer pürieren. Das Püree mit etwas Salz und wer möchte etwas Zitronensaft abschmecken.

Anrichten:

Sommergemüse mit Orangenbéarnaise, den Tomaten und dem Selleriepüree auf Tellern anrichten und gleich servieren.

Ali Güngörmüs am 10. Juli 2020

Steinpilze, Petersilien-Trifolati, Kartoffeln, Parmesan

Für 4 Personen

Petersilientrifolati:

1 Bund Petersilie 1 Knoblauchzehe Abrieb von 1 Zitrone

Ofenkartoffeln:

350 g Drillinge 30 ml Olivenöl Salz, Pfeffer

Basilikum-Öl:

$\frac{1}{2}$ Bd. Basilikum 50 ml Olivenöl

Steinpilze:

400 g Steinpilze 1 Schalotte 2 EL Olivenöl

30 g Butter 1 EL Knoblauchpetersilie

Parmesancreme:

200 g Schlagsahne 40 g Parmesan Salz

Cayennepfeffer Pfeffer

Petersilientrifolati:

Petersilie und Knoblauchzehe klein hacken und mit dem Abrieb vermengen.

Ofenkartoffeln:

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Die Kartoffeln halbieren, mit Olivenöl, Salz und Pfeffer würzen. Kartoffeln auf einem Backblech verteilen und in 25 Minuten goldgelb und knusprig backen.

Tipp:

Anstatt der Kartoffeln passen auch gekochte oder gebratene Artischockenböden wunderbar.

Basilikum-Öl:

Einige Blättchen vom Basilikum zum Garnieren zur Seite legen. Das restliche Basilikum mit dem Olivenöl in einen Mixbecher geben und mit dem Stabmixer fein zerkleinern.

Steinpilze:

Die Steinpilze mit einem Tuch säubern und in 2 cm große Stücke schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Pilze darin goldgelb anbraten. Die Schalotte mit der Butter zu den Pilzen geben und anschwitzen. Abschließend mit einem Esslöffel Knoblauchpetersilie verfeinern.

Parmesancreme:

Die Sahne mit den restlichen Zutaten mit einem Stabmixer schaumig aufschlagen.

Anrichten:

Kartoffeln mit den Pilzen auf Tellern anrichten und mit dem Basilikum-Öl beträufeln. Die Parmesancreme in kleinen Klecksen drumherum verteilen und alles mit Basilikum garnieren.

Ali Güngörmüs am 02. Oktober 2019

Tiroler Schlutzkrapfen

Für 4 Personen

Für den Teig:

120 g Weizenmehl, Type 405	150 g Roggenmehl, Type 1150	1 Ei
1 EL Olivenöl	Salz	50 ml Wasser

Für die Füllung:

300 g Blattspinat	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
2 EL Butter	Salz	Pfeffer
30 g Parmesan	80 g Schichtkäse	1 EL Semmelbrösel
1 Prise Muskat		

Für den Salat:

4 Kopfsalatherzen	1 Schalotte	2 EL Olivenöl
1 EL Balsamico	Salz	Pfeffer

zusätzlich:

1 Bund Schnittlauch	50 g Butter	30 g Parmesan im Stück
---------------------	-------------	------------------------

Die beiden Mehlsorten mit Ei, Olivenöl, einer Prise Salz und zunächst nur der Hälfte des Wassers zu einem glatten Teig verkneten. Falls der Teig zu trocken ist, noch etwas Wasser zugeben. Den Teig zugedeckt 30 Minuten ruhen lassen.

Für die Füllung den Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden.

In einer Pfanne die Butter schmelzen und die Zwiebel darin anschwitzen.

Knoblauch und Spinat zugeben und zusammenfallen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Dann alles auf ein Sieb geben und den Spinat abtropfen lassen, gut ausdrücken und fein schneiden.

Den Parmesan fein reiben, mit Schichtkäse, gegarten Spinat und Semmelbröseln mischen. Die Masse mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Den Teig auf einer bemehlten Fläche dünn ausrollen und Kreise von ca. 7 cm Durchmesser ausstechen. Jeweils einen Löffel Spinatfüllung auf die Teigblätter setzen, den Teigrand mit Wasser anfeuchten, überklappen und die Ränder fest zudrücken.

In einem großen Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Die Salatherzen putzen, waschen und abtropfen lassen. Die Schalotte schälen und fein schneiden. Olivenöl mit Balsamico mischen, Schalotte zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz vor dem Servieren die Salatherzen mit dem Dressing marinieren.

Die Schlutzkrapfen ins kochende Salzwasser geben, bei schwacher Hitze so lange garen, bis sie nach oben steigen. Herausheben und abtropfen lassen.

Zum Anrichten Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Butter in einem Topf zerlassen und leicht bräunen. Parmesan nach Wunsch grob oder fein reiben. Zum Servieren die Schlutzkrapfen auf vorgewärmte Teller geben, mit zerlassener Butter beträufeln, mit Käse und Schnittlauch bestreuen. Den Salat dazu servieren.

Ali Güngörmüs am 19. Februar 2020

Tomaten-Krapfen mit Pfifferlingen und Joghurt-Dip

Für 4 Personen

1 mittelgroße Zucchini	Salz	2 Schalotten
1 Bund Schnittlauch	1 Bund glatte Petersilie	300 g Pfifferlinge
2 EL Olivenöl	Pfeffer	50 ml Gemüsebrühe
2 EL weißer Balsamico	2 EL Traubenkernöl	3 EL getrocknete Tomaten
80 g Pecorino (ital. Hartkäse)	2 Eier	100 ml Rapsöl
150 g griech. Joghurt (10%)	1 Msp. Cayennepfeffer	1 TL Paprikapulver

Die Zucchini waschen und trocknen. Danach fein raspeln, salzen und 30 Minuten stehen lassen. Die Schalotten schälen und fein würfeln.

Den Schnittlauch und Petersilie abbrausen und trocken schütteln.

Von der Petersilie die Blättchen abzupfen und fein schneiden, den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

Pfifferlinge mit Küchenpapier oder einem Pinsel säubern.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Die Pilze mit den Schalotten darin anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und kurz braten. Die Gemüsebrühe, Balsamico und das Traubenkernöl dazugeben. Dann die Pfanne zur Seite ziehen.

Die getrockneten Tomaten hacken und den Pecorino fein reiben.

Die Eier trennen und das Eiweiß zu Eischnee aufschlagen.

Die gesalzenen Zucchini ausdrücken und mit den Tomaten, den Eigelben und dem Pecorino vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eischnee und Schnittlauchröllchen unterheben.

In einer großen, tiefen Pfanne Rapsöl erhitzen. Aus der Masse mit dem Esslöffel kleine Krapfen abstechen und ins heiße Öl geben. Bei niedriger Temperatur von beiden Seiten vorsichtig anbraten.

Für den Joghurdip den Joghurt in einer Schüssel glattrühren, mit Salz, Cayennepfeffer und Paprikapulver abschmecken.

Die marinierten Pfifferlinge und die Krapfen zusammen anrichten, mit der Petersilie bestreuen. Den Joghurt-Dip dazu reichen.

Ali Güngörmüs am 06. Juli 2020

Tomaten-Zucchini-Krapfen mit marinierten Pilzen

Für 4 Personen

3 Tomaten	2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian
4 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer
Zucker	1 Zucchini (ca. 250 g)	300 g Pfifferlinge
2 Schalotten	1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund glatte Petersilie
50 ml Gemüsebrühe	2 EL weißer Balsamico	2 EL Traubenkernmehl
80 g Pecorino	2 Eier	100 ml Rapsöl

Den Backofen auf 80 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Tomaten am Stielansatz einritzen, kurz blanchieren und anschließend häuten. Abgezogene Tomaten vierteln, Kerne und Stielansätze entfernen. Die Tomatenviertel flach mit der Wölbung nach oben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech oder in eine Auflaufform legen.

Rosmarin und Thymian abbrausen, trocken schütteln und mit auf Blech legen. Knoblauch schälen, halbieren und ebenfalls aufs Blech geben.

Die Tomatenviertel mit der Hälfte vom Olivenöl beträufeln und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. So die Tomaten 1 Stunde im vorgeheizten Ofen trocknen.

Die Zucchini fein raspeln, salzen und 30 Minuten stehen lassen.

Die Pfifferlinge putzen.

Die Schalotten schälen und fein würfeln.

Schnittlauch und Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

In einer Pfanne restliches Olivenöl erhitzen. Pfifferlinge und Schalotten in die Pfanne geben und anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Gemüsebrühe, Balsamico dazugeben, kurz durchschwenken und die Pfanne vom Herd ziehen. Das Traubenkernöl und Schnittlauch untermischen und die Pilze bis zum Servieren stehen lassen.

Die getrockneten Tomaten hacken. Den Käse fein reiben. Die Eier trennen. Eiweiße steif schlagen.

Zucchini ausdrücken und in eine Schüssel geben. Tomaten, Eigelbe und Pecorino zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und alles gut vermischen. Eischnee unterheben.

In einer Pfanne Rapsöl erhitzen. Aus der Zucchini- und Tomatenmasse kleine Krapfen abstechen und diese bei niedriger Hitze im Rapsöl von beiden Seiten vorsichtig anbraten. Tipp: Die Krapfen müssen bei niedriger Temperatur gebraten werden, da sie sonst sehr schnell verbrennen.

Die Krapfen mit den marinierten Pfifferlingen anrichten, mit Petersilie bestreuen.

Ali Güngörmüs am 18. Juni 2016

Tomatisierte Tagliatelle mit Rucola und Blaukrautsalat

Für 4 Personen

Tomatisierte Tagliatelle:

400 g Tagliatelle	500 g passierte Tomaten	2 Bd. Rucola
4 Schalotten	1 Knoblauchzehe	Olivenöl
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	Salz, Pfeffer, Zucker

Blaukrautsalat:

1 kleines Blaukraut	1 Orange (Saft, Abrieb)	1 Schuss weißer Balsamico
Salz, Pfeffer, Olivenöl		

Parmesansoße:

1 Schalotte	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	20 g Butter
$\frac{1}{4}$ l Milch	100 g Parmesan	2 Lorbeerblätter
200 ml Sahne	Salz, Pfeffer	

Tomatisierte Tagliatelle:

Nudeln in Salzwasser bissfest kochen und dann durch ein Sieb abschütten. Schalotten und Knoblauch in etwas Olivenöl anschwitzen.

Tomaten dazu geben und Thymian und Rosmarin einlegen. Mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken und zu einer sämigen Soße kochen. Thymian und Rosmarin entfernen. Nudeln zu den Tomaten geben und zusammen mit dem Rucola untermischen.

Blaukrautsalat:

Blaukraut mit Saft und Abrieb der Orange, Balsamico und Olivenöl zum Salat anmachen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Parmesansoße:

Schalotte mit Knoblauch in Butter anschwitzen. Milch, Lorbeer und geriebenen Parmesan zugeben. Dann Sahne untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Einmal aufkochen und dann zur Seite ziehen. Den Lorbeer entfernen und einmal schaumig aufmixen.

Anrichten:

Tagliatelle mittig auf dem Teller platzieren, den Blaukrautsalat darauf setzen und das Ganze mit Parmesansoße umgießen. Zum Schluss etwas Parmesan darüber reiben.

Ali Güngörmüs am 04. März 2020

Ziegenkäse mit mariniertem Gemüse

Für 4 Personen

4 türkische Spitzpaprika (hell)	5 EL Olivenöl	2 Tomaten
Salz	1 Prise Zucker	Pfeffer
2 Salatherzen	30 g Rucola	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	2 kleine Auberginen	2 kleine Zucchini
2 EL Balsamico	2 EL Kapernäpfel	4 Ziegenfrischkäsetaler á ca. 40 g
1 EL brauner Rohrzucker	2 EL schwarze Oliven	

Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Spitzpaprika halbieren, entkernen und von den Schneidewänden befreien. Paprika auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben, mit einem Spritzer Olivenöl beträufeln und so lange im Backofen schmoren, bis die Haut Blasen wirft. Dann die Schoten herausnehmen und häuten.

Den Backofen auf 130 Grad Ober- und Unterhitze stellen. Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, die Haut abziehen, vierteln und entkernen.

Tomatenfilets auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Salz, Zucker und Pfeffer bestreuen und mit einem Spritzer Olivenöl beträufeln. Dann für ca. 20 Minuten in den Ofen geben.

Die Salatherzen in Blätter zerpfücken, waschen und trocken schleudern. Rucola abbrausen, trocken schütteln.

Rosmarin und Thymian abbrausen und trocken schütteln.

Auberginen und Zucchini waschen. Auberginen in dünne Scheiben schneiden, Zucchini vierteln und vom Kerngehäuse befreien.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Auberginen und Zucchini mit dem Rosmarin und Thymian darin anbraten. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

Balsamico mit einem Spritzer Olivenöl vermischen. Kapernäpfel halbieren.

Die Käsefrischtaler mit dem braunen Zucker betreuen und mit einem Küchen- Bunsenbrenner leicht karamellisieren.

Ali Güngörmüs am 31. Juli 2017

Ziegenkäse-Feigen-Tortellini mit Zitronen-Cumin-Joghurt

Für 4 Personen

Nudelteig:

250 g Mehl Type 405 5 Eigelb 50 g weiche Butter
Salz

Tomatensugo:

3 Zwiebeln 2 Knoblauchzehen 800 g Pelati-Tomaten
2 Zweige Rosmarin 2 Zweig Thymian 5 EL Olivenöl
etwas Salz, Zucker 1 TL getrockneter Oregano 1-2 Kirschtomaten
Cayennepfeffer

Füllung:

30 g geröstete Sonnenblumenkerne 50 g getrocknete Feigen 100 g Ziegenfrischkäse
Salz, schwarzer Pfeffer Mehl 1-2 Eier
Joghurt 1 Bio-Zitrone 300 g türkischer Joghurt 10%
3 EL Olivenöl 1/2 TL Cumin, gemahlen Salz, Cayennepfeffer

Zusätzlich:

100 g Sucuk 1 EL Pflanzenöl 1/2 Bund Basilikum
20 g Portulak 1 EL Butter

Das Mehl mit Eigelben, Butter und 1 Prise Salz zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie eingepackt etwa 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Für den Sugo Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein schneiden. Die Pelati-Tomaten mit einem Pürierstab mixen. Rosmarin und Thymian abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Zwiebeln in einem Topf mit 2 EL Olivenöl anschwitzen, Knoblauch zugeben und mit Salz und Zucker würzen. Rosmarin, Thymian und Oregano dazugeben und kurz mit anschwitzen. Dann die Pelati-Tomaten untermischen und den Sugo ca. 40 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Kirschtomaten kurz in kochendem Wasser überbrühen, die Haut abziehen und halbieren.

Für die Füllung die Sonnenblumenkerne und die Feigen sehr fein hacken und mit dem Ziegenfrischkäse verrühren, mit Salz und schwarzem Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Den Nudelteig mit der Nudelmaschine zu dünnen Teigbahnen ausrollen. Diese auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausbreiten.

Ziegenkäse-Füllung mit einer Löffelspitze im Abstand von 5 cm in 1,5 cm breiten Nocken auf die Teigbahnen setzen. Den Nudelteig um den Ziegenkäse herum mit verquirltem Ei bestreichen. Dann mit einem runden Ausstecher (5 cm Durchmesser) Kreise ausstechen. Eine Hälfte jedes ausgestochenen Tortellini mit dem Ei bepinseln, dann die Kreise in der Mitte umklappen und die Ränder fest andrücken. Nun jeden Halbkreis um den Zeigefinger legen und beide Enden zusammen drücken.

Für den Joghurt die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben, bzw. mit dem Zestenreißer abziehen. Joghurt mit Olivenöl, Cumin und Zitronenzesten verrühren, mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Die halbierten Kirschtomaten nach 40 Minuten Kochzeit mit 3 EL Olivenöl zum Sugo geben. Diesen mit Salz, Zucker und Cayennepfeffer abschmecken.

Die Sucuk in feine Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit Pflanzenöl anbraten, dann auf ein Küchenkrepp geben.

Basilikum und Portulak abspülen und trocken schütteln.

Die Tortellini in Salzwasser ca. 3 Minuten al dente kochen, dann mit etwas Butter und dem Nudelwasser glasieren.

Zum Anrichten den Joghurt auf warmen Tellern verteilen, etwas Tomatensugo darauf geben.
Die Tortellini darauf anrichten und die Sucuk rundherum verteilen, mit Basilikum und Potulak
ausgarnieren.

Ali Güngörmüş am 03. Juni 2015

Verschiedenes

Mango-Curry-Dip

Für vier Personen

1 Ei	1 Prise Anapurnacurry	1 TL Sojajus
1 TL Wasabipulver	2 EL Pflanzenöl	1 EL Crème-fraîche
2 EL Mayonnaise	1 EL Sauerrahm	1 EL Sahne
1 Limone	1 Thaimango, reif	Salz

Das Eigelb in eine Schüssel geben. Curry, Sojajus und Wasabipulver dazugeben. Alles mit einem Schneebesen langsam verrühren, dann nach und nach das Pflanzenöl unterrühren. Anschließend die Crème fraîche, die Mayonnaise, den Sauerrahm und die flüssige Sahne einrühren und zum Schluss mit etwas Salz und einem Spritzer Limettensaft und Mangowürfeln abschmecken.

Ali Güngörmüs am 11. Mai 2012

Vorspeisen

Balik Ekmek

Für zwei Personen

$\frac{1}{2}$ Zitrone	$\frac{1}{2}$ Eigelb	50 g Rapsöl
$\frac{1}{2}$ Avocado	1 Tomate	$\frac{1}{2}$ Zwiebel
$\frac{1}{2}$ Makrele (küchenfertig)	2 kleine Sucuk-Würste	1 mittel-großes Fladenbrot
$\frac{1}{2}$ Bund Dill	$\frac{1}{2}$ Bund Minze	Salz
Pfeffer		

Die Zitrone auspressen. Das Eigelb mit dem Zitronensaft verrühren und langsam Rapsöl einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Avocado schälen und halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch in Spalten schneiden. Die Tomate in Scheiben schneiden, die Zwiebel schälen und in dünne Ringe schneiden.

Die Makrele und die Sucuk getrennt in zwei Pfannen ohne Fett anbraten, bis der Fisch gerade nicht mehr glasig und die Wurst rundum gebräunt ist. Beides ein wenig abkühlen lassen.

Das Fladenbrot halbieren und mit der Zitronencreme dick bestreichen. Die Tomatenscheiben, die Avocadospalten und die Zwiebelringe darauf verteilen. Die Makrele und die Sucuk klein schneiden und auf die Brötchen geben.

Zum Schluss Dill und Minze, und auf jeden Fall etwas Zitronencreme, auf die Makrele geben.

Ali Güngörmüs am 15. Mai 2015

Garnelen mit Mango-Curry-Dip und Daikon-Kresse-Salat

Für vier Personen

Garnele:

8 Garnelen, ohne Schale	4 Reisblätter	1 Zehe Knoblauch, klein
4 Korianderblätter	1 TL Sojasoße	1 TL Sesamöl
0,5 Limone	Ingwer	Eiklar
Erdnussöl zum Frittieren		

Salat:

1 EL Erdnüsse, leicht karamellisiert	1 Stange Rettich, klein	3 Schalen Daikonkresse
1 Schale Enokipilze	1 Apfel, Granny Smith	1 Limone
Erdnussöl		

Mango-Curry Dip:

1 Ei	1 Prise Anapurnacurry	1 TL Sojajus
1 TL Wasabipulver	2 EL Pflanzenöl	1 EL Crème-fraîche
2 EL Mayonnaise	1 EL Sauerrahm	1 EL Sahne
1 Limone	1 Thaimango, reif	Salz

Garnele::

Die Garnelen entdarmen. Die Reisblätter diagonal halbieren und kalt stellen. Die Knoblauchzehe und Korianderblätter fein hacken und mit der Sojasoße, dem Sesamöl, einem Spritzer Limonensaft und etwas Ingwer zu einer Marinade verrühren. Die Garnelen darin circa fünf Minuten marinieren, anschließend in die Reisblätter einwickeln (dabei die Ecken mit dem Eiklar bepinseln) und im heißen Erdnussöl frittieren.

Salat:

Die karamellisierten Erdnüsse grob hacken. Die restlichen Zutaten nach Belieben schneiden und mit etwas Limettensaft, Sojajus und Erdnussöl leicht säuerlich abschmecken.

Mango-Curry Dip:

Das Eigelb in eine Schüssel geben. Curry, Sojajus und Wasabipulver dazugeben. Alles mit einem Schneebesen langsam verrühren, dann nach und nach das Pflanzenöl unterrühren. Anschließend die Crème fraîche, die Mayonnaise, den Sauerrahm und die flüssige Sahne einrühren und zum Schluss mit etwas Salz und einem Spritzer Limettensaft und Mangowürfeln abschmecken.

Anrichten:

Die Gambas mit dem Salat anrichten und zusammen mit dem Mango-Curry Dip servieren.

Ali Güngörmüs am 11. Mai 2012

Gefüllte Mini-Gurken, Dill-Minz-Bulgur, Gewürz-Joghurt

Für zwei Personen

Für den Gewürzjoghurt:

100 g Joghurt	1 Prise Zucker	Salz
1 Prise Anapurna-Currypulver	1 Prise edelsüßes Paprikapulver	1 Prise gemahlener Zimt
$\frac{1}{2}$ Zitrone	1 Prise gemahlener Kreuzkümmel	

Für die gefüllten Mini-Gurken:

2 kleine Salatgurken	1 Schalotte	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe
2 Kirschtomaten	35 g Bulgur	100 ml Gemüsebrühe
$1\frac{1}{2}$ EL Olivenöl	$\frac{1}{2}$ Bund Minze	Einige Zweige Dill
1 Prise Cayennepfeffer	1 Prise gemahlener Koriander	1 Prise Zucker
Salz	Pfeffer	

Für die Himbeer-Zwiebeln:

1 rote Zwiebel	1 EL Himbeeressig	50 ml Rote Bete-Saft
eine Prise Zucker	2 EL Butter	

Für die Füllung der Gurken die Schalotte und den Knoblauch abziehen, klein hacken und in einer Pfanne anschwitzen. Die Kirschtomaten abziehen und dazugeben. Dann den Bulgur ebenfalls hinzufügen und einen Moment mit anschwitzen. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und einmal aufkochen lassen. Dann mit Deckel bei geringer Hitze quellen lassen, bis der Bulgur gar ist. Den fertigen Bulgur mit einer Gabel auflockern, mit etwas Salz, Zucker, dem Cayennepfeffer und dem Koriander würzen und mit der Minze und dem Dill verfeinern.

Für die Himbeer-Zwiebeln die rote Zwiebel schälen, in Streifen schneiden und in einem Topf zusammen mit dem Himbeeressig und dem Rote Bete-Saft einkochen lassen. Ein paar Flocken Butter und etwas Zucker hinzugeben und das Ganze leicht karamellisieren lassen.

Für den Gewürzjoghurt den Joghurt in einer Schüssel mit etwas Salz, dem Zucker, dem Kreuzkümmel, dem Curry, dem Zimt, der Paprika und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken.

Die Mini-Gurken halbieren, mit einem Teelöffel von den Kernen befreien und leicht pfeffern. Zum Anrichten die Gurken mit der fertigen Bulgurmischung befüllen und mit einigen Dillspitzen garnieren. Darauf die Himbeers Zwiebeln und den Gewürzjoghurt drapieren. Am Schluss noch etwas Olivenöl über das Ganze geben.

Ali Güngörmüs am 20. März 2015

Gurken-Apfel-Gazpacho

Für zwei Personen

1 Gartengurke	1 grünen Apfel	75 ml Apfelsaft
$\frac{1}{2}$ Stange Staudensellerie	1 Prise Cayennepfeffer	$\frac{1}{2}$ EL Dill
1 Prise gemahlener Koriander	1 Msp. Wasabi	$\frac{1}{4}$ Zitrone (Saft und Abrieb)
1,5 EL Joghurt	Haselnussöl	einige Blättchen Koriander
1 Prise Zucker	Salz	

Die Gurke waschen. Eine halbe Gurke in Streifen schneiden und als Dekoration beiseite stellen. Die restliche halbe Gurke in große Stücke schneiden.

Den Apfel in grobe Stückchen schneiden. Den Staudensellerie mit einem Sparschäler schälen. Die Fäden des Selleries nicht benutzen. In einem Topf mit Gurkenstückchen mischen und die Gewürze, das Haselnussöl, Dill, Wasabi, Koriander und den Joghurt hinzugeben. Alles salzen, eine Prise Zucker und den Saft und Abrieb der Zitrone, sowie den Apfelsaft mit hineingeben und für eine Stunde ziehen lassen.

Anschließend in einem Mixer ganz fein zerkleinern und durch ein Sieb streichen. Die festen Bestandteile, die nicht durch das Sieb gepasst haben, als Nocken in den Suppenteller setzen. Die Gurkenstreifen, etwas Dill, Koriander und Sellerie als Einlage dazu geben. Nun die Suppe hinein füllen und mit Korianderblättchen dekorieren.

Tipp:

Alle Zutaten in eine Eismaschine geben, um ein Sorbet herauszubekommen.

Ali Güngörmüs am 08. Mai 2015

Knusper-Garnele mit Curry-Mango-Dip

Für vier Portionen

8 Garnelen	2 Eier	Frühlingsrollenteig
kleine Knoblauchzehe	2 Limetten	1 Bund frischer Koriander
1 Ingwerknolle	1 Stange Zitronengras	3 EL Austernsauce
3 EL Sojasauce	$\frac{1}{2}$ Mango	Sesamöl, Pflanzenöl, Essig
200 g Crème-fraîche	Jaypur-Curry	grüne und rote Shisokresse
Salz, Pfeffer		

Die Garnelen einschneiden und salzen. Mit dem Knoblauch, geriebenem Zitronengras, geriebenem Ingwer, etwas Austernsauce und Sojasauce marinieren. Den Frühlingsrollenteig in Dreiecke schneiden und die Garnelen einzeln im Teig einrollen. Die Garnelentaschen in reichlich Pflanzenöl kross frittieren und auf einem Stück Küchenkrepp abtropfen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Limettensaft beträufeln. Die Eigelbe, Pflanzenöl und etwas Sesamöl mit einem Pürierstab vermengen, bis eine Mayonnaise entsteht (bei Bedarf einen Schuss Essig und ein weiteres, ganzes Ei hinzufügen). Die halbe Mango schälen, in kleine feine Stückchen schneiden und unter die Mayonnaise heben. Die Crème-fraîche und den Jaypur-Curry ebenfalls mit der Mayonnaise vermengen und gehackten Koriander sowie Limettensaft dazugeben. Anschließend mit etwas Sojasauce abschmecken. Serviervorschlag:

Die Mayonnaise auf einem Teller anrichten, die Shisokresse darüber streuen und die Garnelen darauf verteilen. Als vegetarische Alternative können die Garnelen durch Blumenkohl ersetzt werden.

Ali Güngörmüs am 23. Dezember 2014

Meeresfrüchte-Salat mit Palmherzen

Für 2 Personen

Für den Salat:

50 g Palmherzen	50 g Kenia Bohnen	1 Gurken
1 Zwiebel (rot)	$\frac{1}{2}$ Ingwerknolle	25 g Ananas
$\frac{1}{2}$ Mango (grün)	$\frac{1}{2}$ Honigmelone	1 Limette
1 EL Macadamianüsse (geröstet)	$\frac{1}{2}$ Sträußchen Koriander	Brauner Zucker
Cayennepfeffer	2 Esslöffel Erdnussöl	Salz
Eiswasser		

Für die Meeresfrüchte:

4 Garnelen	4 Jakobsmuscheln	50 g Calamari in Streifen
50 g Paniermehl	1 Ei	Salz, Pfeffer, Öl

Die Limette halbieren und auspressen. Die Palmherzen in Scheiben schneiden und mit etwas Limettensaft und einen Esslöffel Erdnussöl marinieren (damit sie nicht braun werden).

Die Mango und die Ananas schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Kenia Bohnen kurz blanchieren und anschließend ebenfalls klein schneiden.

Die Zwiebel abziehen, in feine Streifen schneiden und im Eiswasser circa zehn Minuten aufbewahren. Die Gurke und die Melone schälen und in Würfel schneiden. Den Koriander fein hacken. Alle Zutaten, bis auf die Zwiebeln, in eine Schüssel geben. Von der Limette einige Zesten darüber hobeln, mit dem übrigen Limettensaft und Erdnussöl und den Macadamianüssen vermischen, mit etwas braunem Zucker, Salz und Cayennepfeffer abschmecken und zur Seite stellen.

Das Ei trennen. Die Garnelen kurz durch das Eiweiß ziehen, anschließend in Paniermehl wälzen und im Öl ausbacken. Abschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Die Calamari und Jakobsmuscheln in einer Pfanne kurz anbraten und ebenfalls mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Palmherzen auf den Tellern verteilen und zusammen mit den Meeresfrüchten, dem Salat und den Zwiebeln anrichten und servieren.

Tipp:

Zu dem Gericht passt auch sehr gut eine Limetten-Ingwer-Mayonnaise.

Ali Güngörmüs am 20. April 2015

Spargel mit Morcheln und jungen Erbsen

Für zwei Personen

Für den Spargel:

10 Stangen Spargel 1 kleiner Bund Schnittlauch Zitronensaft, Butter
Salz, Zucker

Für die Morcheln:

$\frac{1}{2}$ Schalotte 75 g frische Morcheln 50 ml trockener Sherry
100 ml Geflügelbrühe 125 g Sahne 2 EL Geflügeljus
 $\frac{1}{2}$ Zitrone 3 EL Butter 1 kleine Prise Cayennepfeffer
Salz

Für die Erbsen:

100 g junge Erbsen 100 ml Geflügelbrühe 3 EL Butter (ca. 45 g)
Salz, Zucker

Den Spargel schälen und in leicht gesalzenem Wasser mit etwas Zucker und Butter etwa zehn bis fünfzehn Minuten bissfest kochen. Anschließend den Spargel in einer Pfanne mit einem Esslöffel Butter, einer Prise Zucker, einer Prise Salz, fein geschnittenem Schnittlauch und etwas Zitronensaft anschwanken.

Die Schalotte schälen, fein würfeln und in einem halben Esslöffel Butter anschwitzen. Die Morcheln hinzufügen und kurz andünsten. Danach mit dem Sherry ablöschen. Die Geflügelbrühe hinzugeben und leicht einkochen lassen. Die Sahne und den Geflügeljus hinzugeben und alles etwas köcheln lassen. Die Zitrone auspressen. Mit Salz, Cayennepfeffer, Zitronensaft und zwei Esslöffel Butter (kalt, in Stückchen) abschmecken.

Die Erbsen in drei Esslöffel Butter glasieren, mit der Geflügelbrühe aufgießen und darin zwei Minuten garen. Mit Salz und Zucker abschmecken. (Alternativ können die Erbsen auch in der Spargelpfanne gegart werden.)

Die Erbsen und den Spargel auf zwei Tellern anrichten und mit den Morcheln darüber servieren.

Ali Güngörmüs am 17. April 2015

Wild

Damwild-Rücken, Grieß-Knödel, Zwiebelkraut, Steinpilzen

Für 4 Personen

Damwild:

4 Damwild-Medaillons, á 120 g 1 Zweig Rosmarin 5 Wacholderbeeren
Salz, Pfeffer, Butter, Öl

Grießknödel:

0,5 Zitrone, unbehandelt 250 g Milch 60 g Butter
70 g Grieß 1 Ei Salz

Zwiebelkraut:

3 Zwiebeln, weiß, mittelgroß 150 ml Sahne, flüssig Cayennepfeffer
Kapernsaft, Zucker Butter, Salz, Öl

Steinpilze:

150 g Steinpilze 2 Schalotten 1 EL Petersilie
1 Zitrone Kalbsfond Salz, Pfeffer, Butter

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Damwild:

Damwild mit Salz und Pfeffer würzen. In Öl rundherum scharf aber kurz anbraten. Die Medaillons im vorgeheizten Backofen für circa sieben bis acht Minuten braten. Aus dem Ofen nehmen und circa vier bis fünf Minuten ruhen lassen. Anschließend mit etwas Butter, dem Rosmarinzweig und den zerdrückten Wacholderbeeren in der Pfanne nochmals von allen Seiten kurz braten.

Grießknödel:

Die Schale der Zitrone abreiben. Die Milch mit Butter und einer Prise Salz aufkochen. Den Grieß unter Rühren einrieseln lassen und die Masse bei milder Hitze „abbrennen“. In eine Schüssel umfüllen und ruhen lassen. Nacheinander das Ei und etwas Zitronenschale unterrühren. Mit Klarsichtfolie bedecken und im Kühlschrank circa eine Stunde ruhen lassen. Danach die Masse zu kleinen Kugeln formen und auf ein mit Butter bestrichenen Teller legen. Mit dem Daumen eine Mulde drücken und anschließend in einem Dämpfer circa acht bis zehn Minuten garen.

Zwiebelkraut:

Die Zwiebeln schälen und fein schneiden. In etwas Butter farblos glasig anschwitzen. Mit der Sahne auffüllen und circa fünf Minuten köcheln lassen. Zum Schluss mit etwas Kapernsaft, Salz, Cayennepfeffer und Zucker abschmecken.

Steinpilze:

Die Steinpilze putzen, grob schneiden und in einer Pfanne mit etwas Butter leicht anbraten. Die Schalotten und Petersilie ganz fein schneiden und dazu geben. Mit etwas Kalbsfond, Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Anrichten:

Damwild in der Mitte durchschneiden und auf das auf Tellern verteilte Zwiebelkraut legen. Mit Steinpilzen und Grießknödeln servieren.

Tipp:

In die Grießknödelmulde kalt gerührte Preiselbeeren füllen. Passt hervorragend dazu.

Ali Güngörmüs am 14. Oktober 2011

Fasanen-Brust im Spitzkohl-Mantel mit Ei und Trüffel

Für vier Personen

Fasanenbrust:

4 Blätter Spitzkohl, groß	4 Fasanenbrüste	8 EL Fasanenfarce
Schweinenetz	Pflanzenöl, Butter	Wacholderbeeren
Rosmarin	Pfeffer, Salz	

Soße:

3 Wacholderbeeren	1 Lorbeerblatt	4 Schalotten
1 Apfel	100 ml Calvados	50 ml Cognac
400 ml Apfelsaft	600 ml Geflügelfond	0,5 Zitrone
Keulen, Karkassen der Fasane	Butterflocken, kalt	Butter
Sahne	Cayennepfeffer	Salz

Gebackenes Ei:

6 Eier, M	3 EL Essig	30 g Mehl
100 g Pankobrösel	Öl, Pfeffer, Salz	

Kartoffelmousseline:

400 g Kartoffeln, mehlig kochend	50 g Butter	50 g Nussbutter
Milch	Muskatnuss	Salz

Anrichten:

1 Trüffel, weiß

Den Backofen auf 70 Grad vorheizen.

Fasanenbrust:

Die Spitzkohlblätter blanchieren und trocken tupfen. Die Fasanenbrüste von allen Sehnen befreien. Die Spitzkohlblätter auf die Arbeitsfläche legen und mit je zwei Esslöffeln Fasanenfarce bestreichen. Die Brüste mit Salz und Pfeffer würzen, auf die Spitzkohlblätter legen und einwickeln. Das Schweinenetz ausbreiten und die Brust darin einwickeln. Etwas Pflanzenöl in einer Teflonpfanne erhitzen, die Brust von allen Seiten darin anbraten und anschließend herausnehmen. Die Brust auf ein Gitter legen und im vorgeheizten Backofen circa 30 Minuten langsam garen. Anschließend die Brust in etwas Butter mit zerdrückten Wacholderbeeren und etwas Rosmarin mehrmals wenden.

Soße:

Die Keulen und Karkassen klein schneiden und in etwas Butter von allen Seiten goldgelb rösten. Die Wacholderbeeren, das Lorbeerblatt, fein geschnittene Schalotten und Apfelwürfel dazugeben, mit Calvados und Cognac ablöschen und reduzieren. Anschließend den Apfelsaft und den Geflügelfond zugeben und auf ein Drittel reduzieren. Einen Schuss Sahne hinzufügen und auf die gewünschte Konsistenz köcheln lassen. Die Soße durch ein Sieb passieren und mit Salz, Cayennepfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Die Soße zum Schluss mit ein paar kalten Butterflocken aufmontieren.

Gebackenes Ei:

Vier Eier vorsichtig in Tassen schlagen, dabei darauf achten, dass das Eigelb ganz bleibt. Zwei Liter Wasser mit Essig zum Kochen bringen und die Temperatur reduzieren. Die Eier nacheinander in das Wasser gleiten lassen und circa zwei Minuten pochieren. Anschließend in Eiswasser abschrecken, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die restlichen Eier verquirlen. Das Mehl und die Pankobrösel in getrennte Schüsseln geben und die Eier darin panieren. Reichlich Öl in einer Pfanne erhitzen und die Eier goldbraun backen.

Kartoffelmousseline:

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser weich kochen. Das Wasser abgießen und im

Topf ausdämpfen lassen. Etwas Milch mit Butter, Nussbutter und Muskat aufkochen. Die Kartoffeln durch die Presse drücken, mit der Milch vermengen und mit Salz abschmecken. Das Püree durch ein Sieb streichen.

Anrichten:

Den weißen Trüffel drüberhobeln.

Ali Güngörmüs am 30. November 2012

Reh-Medaillons mit Granatapfel-Soße und Walnuss-Risotto

Für 4 Personen

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	4 EL Rapsöl
200 g Risottoreis	150 ml Riesling	600 ml heiße Gemüsebrühe
720 g ausgelöster Rehrücken	Salz	Pfeffer
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	200 ml Wildjus
1 EL eingel. grüne Pfefferkörner	150 g Granatapfelkerne	50 g Walnusskerne
80 g Parmesan	50 g Sahne	

Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden.

In einem Topf 2 EL Öl erhitzen. Die Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin unter Wenden glasig dünsten.

Den Risottoreis zugeben und ebenfalls kurz dünsten, bis die Körner glasig werden.

Den Reis mit Wein ablöschen, sacht köcheln lassen, bis der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat.

Nun nach und nach jeweils soviel heiße Brühe angießen, dass der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Unter gelegentlichem Rühren ca. 20 Minuten mit noch leichtem Biss garen. Inzwischen den Rehrücken kurz kalt abbrausen, trocken tupfen und in 12 Medaillons à ca. 60 g portionieren.

Das restliche Öl in einer Pfanne erhitzen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, im heißen Öl von beiden Seiten kurz anbraten. Die Kräuter einlegen. Pfanne vom Herd ziehen, das Fleisch nachgaren lassen.

Wildjus in einem kleinen Topf erhitzen.

Pfefferkörner und Granatapfelkerne zugeben, mit Salz und eventuell noch etwas Pfeffer abschmecken.

Walnüsse hacken. Den Parmesan fein reiben. Sahne steif schlagen.

Parmesan und Sahne unter das Risotto rühren. Nüsse unterziehen. Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Medaillons und Risotto auf vorgewärmten Tellern anrichten. Etwas Jus überträufeln und servieren. Restliches Jus dazu reichen.

Ali Güngörmüs am 24. Oktober 2018

Reh-Pflanzerl mit Apfel-Spalten und Waldpilzen

Für zwei Personen

300 g Rehhack	70 g grüner Speck	100 g gemischte Waldpilze
1 Zwiebel	2 Schalotten	2 Äpfel
1 Zitrone	1 Bund Petersilie	30 ml Kalbsfond
Rapsöl, Butter, Zucker	Cayennepfeffer	Salz, Pfeffer

Für die Gewürzmischung:

3 Kapseln Kardamom	5 g Piment	1 Zimtstange
10 g weiße Pfefferkörner	10 g schwarze Pfefferkörner	5 g Senfkörner
10 g Wachholderbeeren	1 Sternanis	4 g Kaffeebohnen

Für das Wildgewürz alle Zutaten zusammen in eine Pfanne geben und anrösten. Anschließend alles zerkleinern. Den Speck fein würfeln und mit dem Hack vermischen. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Eine Pfanne mit Butter erhitzen und die Zwiebel darin glasig anbraten. Einen der Äpfel schälen und fein würfeln. Die Petersilie waschen, trocken tupfen und fein hacken. Einen Teil der Petersilie zusammen mit dem Apfel ebenfalls in die Pfanne geben. Anschließend alles zu der Hackmasse geben. Die Masse mit Salz, Pfeffer und dem Wildgewürz abschmecken und zu Pflanzerln formen. Etwas Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Pflanzerl darin von beiden Seiten braten. Eine Pfanne mit etwas Butter erhitzen. Die Pilze putzen und in der heißen Butter anbraten. Die Schalotten abziehen, fein hacken, zu den Pilzen geben und mitbraten. Die Zitrone halbieren und auspressen. Die Pilze mit dem Kalbsfond ablöschen und mit gehackter Petersilie, Cayennepfeffer, Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Den übrigen Apfel schälen und in Spalten schneiden. Etwas Butter zusammen mit einer Prise Zucker in einer weiteren Pfanne erhitzen und karamellisieren. Die Apfelspalten zugeben und bei mittlerer Hitze bissfest darin garen lassen. Die Pflanzerl zusammen mit den Pilzen und den Apfelspalten auf einem Teller anrichten und servieren.

Ali Güngörmüs am 05. Oktober 2012

Reh-Rücken mit Aprikosen-Rosmarin-Püree

Für 4 Personen

Aprikosen-Rosmarin-Püree:

400 g mehligk. Kartoffeln	150 ml Milch	100 g braune Butter
Salz, Muskatnuss	1 EL gehackter Rosmarin	30 g getrock. Aprikosen

Sellerie-Champignon-Gemüse:

2 Selleriestangen	2 Schalotten	1 EL Sonnenblumenöl
500 g Champignons	30 g Butter	Salz, Pfeffer

Rehrücken:

4 Stücke Rehrücken à 130 g	Salz	1 TL Wildgewürz
2 EL Sonnenblumenöl		

Aprikosen-Rosmarin-Püree:

Die Kartoffeln schälen, waschen, in Wasser weich garen, in einem Sieb abgießen und durch die Kartoffelpresse zurück in den Topf drücken. Die Milch mit der brauen Butter aufkochen und dazugeben. Das Püree mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Rosmarin und Aprikosen zugeben und das Püree bei niedriger Temperatur warm halten.

Sellerie-Champignon-Gemüse:

Den Sellerie mithilfe eines Sparschälers schälen und anschließend in 5 mm große Stücke schneiden. In einem Topf Wasser aufkochen, salzen und den Sellerie darin eine Minute kochen, dann in Eiswasser abschrecken.

Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und die Champignons darin scharf anbraten, die Schalotten und die Butter zugeben. Den Sellerie zufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rehrücken:

Den Ofen mitsamt dem Backgitter auf 160 Grad vorheizen. Den Rehrücken rundum salzen und mit dem Wildgewürz bestreuen. Sonnenblumenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und das Fleisch darin rundum scharf anbraten. Dann den Rehrücken im Ofen 8-10 Minuten rosa garen, aus dem Ofen nehmen und eine Minute ruhen lassen.

Anrichten:

Das Gemüse mit dem Fleisch und dem Püree auf Tellern anrichten und gleich servieren.

Ali Güngörmüs am 14. Mai 2020

Reh-Rücken mit Roter Bete, Granatapfel, Mandarinen

Für zwei Personen

250 g Rehrücken (ausgelöst)	2 Rote Bete (vorgekocht)	2 EL Butter
2 Kardamomkapseln	1 Teelöffel alten Balsamico	200 ml Rote Bete-Saft
1/6 Tonkabohne	¼ Stange Vanille	2 Mandarinen
1 Rosmarinzweig	4 Wacholderbeeren	1 kleine Stange Zimt
1 Granatapfel	1 kleiner Blumenkohl	Meersalz
Pfeffer		

Den Rehrücken in zwei Stücke teilen und kurz von beiden Seiten anbraten. Anschließend bei 160 Grad (Umluft) auf der mittleren Schiene garen – Temperatur auf 110 Grad herunterregeln. Wenn das Fleisch ungefähr englisch ist (nach sechs bis acht Minuten), weiter garen lassen, bis es den gewünschten Garpunkt erreicht hat (nach etwa fünf bis sechs Minuten).

In der Zwischenzeit das Rote Bete-Ragout ansetzen:

Dafür die Rote Bete in Ecken schneiden und in etwas Butter anschwitzen. Dann eine Kardamomkapsel, den alten Balsamico, den Rote Bete-Saft, etwas geriebene Tonkabohne (bitte vorsichtig dosieren!) und ein kleines Stück Vanille dazugeben. Die Flüssigkeit einreduzieren. Für die Mandarinenbutter einen Esslöffel Butter, den Saft einer Mandarine und etwas Mandarinenabrieb mischen. Anschließend die Flüssigkeit des Rote Bete-Ragouts mit der Mandarinenbutter leicht binden, bis sie gut an der Roten Bete haften bleibt. Einen Esslöffel Butter, den Rosmarin, die zerdrückten Wacholderbeeren, die andere Kardamomkapsel, etwas Zimt und Vanille in die lauwarme Pfanne geben und den Rehrücken darin noch einmal durchschwenken. Zum Anrichten zu den Rote Bete-Ecken ein paar Mandarinscheiben legen, die Granatapfelkerne dazwischen verteilen, roh in feine Scheiben gehobelten Blumenkohl auf die Rote Bete legen, die Rehrückenstücke in der Mitte teilen und oben drauf legen. Etwas Meersalz und groben Pfeffer darüberstreuen.

Ali Güngörmüs am 13. Februar 2015

Reh-Rücken mit Schwarzwurzeln, Radicchio-Chicorée-Salat

Für 4 Personen

Für das Fleisch:

600 g Rehrücken, ausgelöst	Sonnenblumenöl	Salz
Pfeffer	2 Zweige Rosmarin	2 EL Butter

Für die Schwarzwurzeln:

1 Spritzer Milch	4 Schwarzwurzeln	Salz
Pfeffer	2 Eier	3 EL Mehl
200 g Pankobrösel	500 ml Pflanzenöl	

Für den Salat:

1/2 Radicchio	1 Chicorée	1 Bund Rucola
3 EL Balsamico	6 EL Olivenöl	1 Prise Zucker
Salz	1 Birne	

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Vom Rehrücken eventuelle noch vorhandene Sehnen und die Silberhaut entfernen. Das Fleisch in Medaillons von ca. 70 g schneiden und auf ein leicht geöltes Backfengitter verteilen. Das Gitter auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen. Medaillons im heißen Ofen ca. 25 Minuten, bis zu einer Kerntemperatur von 54 Grad garen.

Eine große Schüssel mit kaltem Wasser und einem Spritzer Milch vorbereiten. Die Schwarzwurzeln schälen und direkt ins Milch-Wasser legen, damit sie sich nicht verfärben.

In einem Topf leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Die Schwarzwurzeln darin bissfest garen. Schwarzwurzeln abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Für den Salat Radicchio und Chicorée putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Rucola verlesen, abbrausen und abtropfen lassen oder trocken schleudern.

Die abgetropften Schwarzwurzeln in etwa 5 cm lange Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

Zum Panieren die Eier in einem tiefen Teller verquirlen. Jeweils Mehl und Weißbrotbrösel in zwei weitere tiefe Teller geben.

Die Schwarzwurzelstücke zunächst im Mehl wenden, durch das Ei ziehen und anschließend mit den Brotbröseln panieren.

In einem Topf oder einer Fritteuse das Pflanzenöl auf etwa 150 Grad erhitzen. Die panierten Schwarzwurzelstücke darin portionsweise knusprig ausbacken. Herausnehmen und auf Küchenpapier oder einem sauberen Geschirrtuch abtropfen lassen.

Rehmedaillons aus dem Ofen nehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.

2 EL Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und die Medaillons darin von jeder Seite

1 Minuten scharf braten, Rosmarinzweige und Butter zugeben.

Die geschmolzene Butter in der Pfanne mit einem Esslöffel über die Medaillons träufeln. Pfanne vom Herd ziehen.

Salate auf Tellern anrichten. Balsamico und Öl in eine kleine Schüssel geben, mit Zucker und Salz würzen, zu einem Dressing verrühren und über die Salate träufeln.

Die Birne waschen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien und in feine Scheiben schneiden. Birnenscheiben auf den Salaten verteilen. Schwarzwurzeln und Rehmedaillons darauf geben und servieren.

Ali Güngörmüs am 04. Dezember 2019

Reh-Rücken, Nougat-Blumenkohl-Püree, Preiselbeeren

Für zwei Personen

Für das Püree:

1 Kopf Blumenkohl	100 g weißer Nougat	2 EL Butter
100 ml Sahne	100 ml Milch	Muskatnuss
100 g Panko	70 g Butter	1 Handvoll Pistazien
1 Orange	1 EL Zimt	Meersalz

Für das Rehwürz:

Wacholderbeeren	2 Zweige Rosmarin	1 Prise Zimt
Schwarze Pfefferkörner	2 EL Kaffeebohnen	1 EL Kardamom
2 EL Koriandersamen		

Für das Reh:

250 g ausgel. Rehrücken	2 EL Butter	Salz, Pfeffer
-------------------------	-------------	---------------

Für die Sauce:

300 ml Wildfond	100 ml Portwein	1 Schalotte
5 Wacholderbeeren	1 Rosmarinzweig	50 ml alter Balsamicoessig

Für die Beeren:

400 g TK Preiselbeeren	50 g Zucker	½ Vanilleschote
2 cm Ingwer		

Für das Püree: Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle Den Blumenkohl waschen, die Strünke entfernen und in Röschen zerteilen. Einige Röschen zur Seite legen. 2 EL Butter in einem Topf erhitzen und die Röschen darin andünsten. Milch und Sahne aufgießen und den Blumenkohl sehr weich kochen. Nougat zugeben und schmelzen lassen. Mit Meersalz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Zu einem Püree pürieren.

Die restlichen Röschen in Scheiben schneiden und bei 80 Grad im Ofen ziehen lassen. Panko in Butter in einer Pfanne anschwitzen, Pistazien hacken und unterheben. Etwas Zimt und Orangenabrieb dazu geben, mit Salz und Pfeffer würzen. Blumenkohlscheiben auf Teller anrichten und Pankobrösel darauf geben.

Für das Rehwürz: Alles in einen Mörser geben und zerkleinern.

Für das Reh: Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen. Rehrücken parieren. In einer Pfanne die Butter stark erhitzen und das Reh gleichmäßig von allen Seiten sehr scharf anbraten.

Anschließend das Reh mit dem Rehwürz einreiben und auf ein Gitter in den Ofen geben und ca. 10-15 Minuten gar ziehen lassen, bis eine Kerntemperatur von 56 Grad erreicht ist. Vor dem Servieren ca. 5 Minuten ruhen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Sauce: Wildfond und Portwein in einem Topf reduzieren lassen. Schalotten abziehen, klein hacken und dazu geben. Wacholderbeeren andrücken und mit Rosmarin in die Sauce geben. Mit Butter montieren und mit Balsamico abschmecken.

Für die Beeren: Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herauskratzen.

Ingwer schälen und klein hacken. Preiselbeeren mit Zucker kalt aufschlagen, Vanille und Ingwer einrühren. Für eine kurze Zeit in einen warmen Backofen geben, damit sich die Zuckerkrystalle auflösen.

Das Gericht auf Tellern anrichten, Nougat drüber reiben und servieren.

Ali Güngörmüs am 23. Dezember 2020

Reh-Schnitzel in Kürbiskern-Panade mit süß-saurem Kürbis

Für vier Personen

Süß-saurer Kürbis:

EL Zucker	Apfelessig	kl. Stück Zimtstange
Koriandersamen	Sternanis	Lorbeerblätter
6-8 Pfefferkörner	kleines Stück Ingwer	Orange (bio)
kleines Stück Peperoncini	Salz	EL Dattelsirup, Zucker oder Honig
Hokkaido		

Rehschnitzel in Kürbispanade:

Rehkeule	Salz, Pfeffer	Paniermehl
Kürbiskerne	1 Ei	Mehl
Öl/Butter		

Süß-saurer Kürbis:

Für den Fonds Zucker in einem Topf hell karamellisieren lassen. Mit Apfelessig (alternativ Wein- oder heller Balsamicoessig) ablöschen.

Zimtstange, Koriandersamen, Sternanis, Lorbeerblätter, Pfefferkörner dazu geben.

Bioingwer in Scheiben schneiden.

Orange heiß abwaschen und zwei bis drei Streifen von der Schale abschneiden. ACHTUNG: das Weiße immer aus der Schale entfernen, dann und in den Fond geben. Dazu noch zwei bis drei Scheiben Peperoncini.

Circa anderthalb Liter Wasser angießen, salzen und Dattelsirup (alternativ: Honig oder Zucker) dazu geben köcheln lassen.

Zum Schluss den Hokkaido in dünne Scheiben hobeln. In eine Schüssel geben und mit dem warmen Fond übergießen. Zur Seite stellen und durchziehen lassen.

Rehschnitzel in Kürbispanade:

Die Rehkeule von Haut und Sehnen befreien und in SSchnitzelßchneiden, salzen und pfeffern.

Kürbiskerne und Paniermehl im Mixer mischen, dann in eine Schüssel geben. Eier aufschlagen.

Mehl in eine Schüssel geben. Reh-Schnitzel panieren: Mehl, Ei, Kürbis-Panade.

Öl/Butter in einer Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin ausbacken.

Ali Güngörmüs am 01. Dezember 2020

Index

- Ananas, 5, 7
Apfel, 90
Artischocke, 61, 74
Aubergine, 13, 88, 98–100, 105, 118
Austern, 127
Avocado, 90, 124
- Bäckchen, 60
Beef, 88
Beef-Stroganoff, 84
Birne, 106
Blumenkohl, 76, 94, 137, 139
Bohnen, 33, 52, 128, 135, 139
Brathähnchen, 40
Bratklops, 52
Brokkoli, 46
Brot, 124
Bulgur, 126
Butter, 92
- Chicoree, 110, 138
Couscous, 76, 98, 105
Crème, 5, 122
Croutons, 95
Curry, 77, 102, 103, 110
- Dip, 122
- Eier, 90, 99, 111, 115, 116, 119
Eis, 7, 8
Ente, 34, 35, 44
Enten-Brust, 36
Erbsen, 11, 42, 74, 77, 95, 112, 129
Erdbeeren, 4
- Fasan, 133
Fenchel, 21
Filet, 61, 62, 72, 74, 84, 85
Filoteig, 100
Fisch, 124
Forellen-Filet, 10
Früchte, 7
Frühlingsrolle, 127
Frischkäse, 118, 119
- Garnelen, 82, 125, 127, 128
Geflügel, 95, 127, 129
Gnocchi, 109
Granatapfel, 5
Gurke, 14, 15, 17, 19, 25, 84, 96, 102, 126–128
- Hähnchen, 32, 47
Hähnchen-Brust, 37–39, 41, 43
Hähnchen-Schenkel, 33, 42
Hühnchen, 43
Hühner-Brust, 36, 43
Himbeeren, 8
- Jakobsmuscheln, 80, 81, 128
- Käse, 98, 101, 103–105, 108, 109, 113, 114, 117
Kürbis, 22, 25, 110, 140
Kabeljau-Filet, 14–16, 25
Kalb, 50, 51, 56, 57
Karree, 75
Kartoffel, 100, 101, 104, 109, 113
Kartoffeln, 94, 96
Knödel, 106, 132
Kohlrabi, 112
Kokos, 7, 95
Kotelett, 76–78, 86
Kraut, 132
Kresse, 90
Kuchen, 4
- Lachs, 13
Lachs-Filet, 12, 18
Lachs-Forelle, 19
Lachs-Tatar, 17
Linsen, 2, 10, 34, 37, 38, 104
- Möhren, 16, 33, 44, 60, 63, 75, 108, 112
Mangold, 24, 37, 38
Maultaschen, 53
Mayonnaise, 122
Melone, 95
Mousse, 6

Nudeln, 23, 46, 72, 117, 119
 Obst, 92, 125, 127, 128
 Orangen, 5, 7, 8
 Pak-Choi, 10, 46
 Paprika, 22, 42, 50, 85, 95, 96, 99, 118
 Pastinaken, 44, 75
 Perlhuhn-Brust, 46
 Pilze, 11, 52, 82, 84, 87, 90, 101, 113, 115,
 116, 125, 129, 132, 135, 136
 Polenta, 78
 Quark, 8
 Rösti, 17
 Rücken, 67
 Radicchio, 2, 34, 39, 81, 138
 Ragout, 73
 Ratatouille, 100
 Ravioli, 53, 110
 Reh, 135
 Reh-Medaillon, 134
 Reh-Rücken, 136–139
 Reh-Schnitzel, 140
 Reis, 19, 29, 50, 51, 67, 80, 134
 Rettich, 12, 28, 65, 68, 90, 125
 Rhabarber, 8
 Roastbeef, 87
 Rosenkohl, 28, 65
 Rotbarbe, 21
 Rote-Bete, 65, 81, 126, 137
 Rotkraut, 117
 Rucola, 23, 90, 117, 118, 138
 Saibling-Filet, 20, 22
 Saltimbocca, 67
 Sardinien, 23
 Schoten, 42, 63, 96
 Schwarzwurzeln, 138
 Seeteufel, 24
 Seezunge, 11
 Sellerie, 16, 36, 44, 57, 60, 61, 112, 127, 136
 Souffle, 8
 Spargel, 11, 20, 82, 107, 112, 129
 Spieß, 72
 Spinat, 12, 20, 53, 105, 107–109, 111, 114
 Spitzkohl, 43, 44, 133
 Tafelspitz, 65, 68
 Tagliatelle, 117
 Tatar, 17
 Teig-Taschen, 110, 119
 Vanille-Eis, 5
 Wild, 134–140
 Zander-Filet, 26–29
 Ziegenkäse, 107, 118, 119
 Zucchini, 63, 73, 99, 100, 104, 115, 116, 118