

MENÜ SCHAUFENSTER 9. MAI 2016

- Melanzani Toast, hausgemachter Ricotta, Basilikum
- Brokkoli Salat, geräucherte Entenbrust, Pistazien Vinaigrette
- Gebratener Wolfsbarsch, Bouillabaisse Sauce, Spargel Risotto

Rezepte:

jeweils für 10 Portionen

Melanzani Toast, hausgemachter Ricotta, Basilikum

Zutaten:

10	Scheiben	luftiges Sauerteigbrot (ca. 2cm Stärke)
200	g	hausgemachter Ricotta
500	g	Melanzani Aufstrich
		Basilikum
		Piment d`Espelette (oder andere getrocknete Chili)
		Meersalz
		Natives Olivenöl

Hausgemachter Ricotta:

380	ml	Vollmilch
190	ml	Obers
6	g	Salz
15	g	Frischer Zitronensaft

1. Milch und Sahne zusammen mit dem Salz aufkochen.
2. Leicht auf ca. 80 Grad abkühlen lassen und den Zitronensaft einrühren.
3. Bei niedriger Temperatur noch mal leicht aufkochen lassen. Die Milch-Sahne Mischung sollte dadurch ausflocken.
4. Abdecken und für 30 Minuten zur Seite stellen.
5. Ein Sieb mit einem Passiertuch auslegen und die Masse vorsichtig darin abgießen.
6. Ca. 40 Minuten stehen lassen, oder bis der Ricotta die gewünschte Konsistenz erreicht hat.

Melanzani Aufstrich:

700	g	Frische Melanzani
15	g	Knoblauch
55	g	Zwiebel
65	g	natives Olivenöl
5	g	Frischer Zitronensaft
10	g	Meersalz
1	g	Pfeffer
1	g	Rosmarin, gehackt

1. Melanzani längs halbieren und einschneiden.
2. Ein Backblech mit Olivenöl auspinseln und die Melanzani mit der Schnittfläche nach unten drauf legen.
3. Im Backofen bei 180°C ca. 25 Min. backen.
4. Das Fleisch aus der Schale kratzen und grob hacken.
5. Zwiebel und Knoblauch fein schneiden und in einer Pfanne glasig anschwitzen.
6. Melanzani zugeben und in der Pfanne rösten bis die Flüssigkeit verdampft ist.
7. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
8. Abkühlen lassen und danach den fein gehackten Rosmarin begeben.

Finale Zubereitung:

1. Brot voll und ganz mit Olivenöl bestreichen und etwas salzen. Eine Pfanne auf mittlere Hitze erhitzen und Brote darin auf beiden Seiten langsam goldbraun anbraten. Dabei leichten Druck ausüben, um ein gleichmäßiges Ergebnis zu erzielen.
2. Brot auskühlen lassen.
3. Dick mit dem hausgemachten Ricotta bestreichen.
4. Melanzani Aufstrich auf den Ricotta darauf streichen.
5. Mit Meersalz, Piment d 'Espelette und Olivenöl drüber würzen.
6. Zum Schluss mit grob geschnittenem Basilikum verfeinern.

Brokkoli Salat, geräucherte Entenbrust, Karotten, Pistazien Vinaigrette

Zutaten:

2	kg	Brokkoli
350	g	Pistazien Vinaigrette
200	g	Glasierte Karotten
1	stk.	geräucherte Entenbrust

Brokkoli rösten:

2	kg	Brokkoli
155	g	Natives Olivenöl
90	g	Wasser
12	g	Salz
3	g	Pfeffer

1. Backblech mit Backpapier auslegen.
2. Backofen auf 200°C vorheizen.
3. In einer Schüssel den Brokkoli mit dem restlichen Zutaten mischen und aufs Backpapier legen.
4. Backen bis der Brokkoli goldbraun ist, ca. 4-5 Minuten.

Pistazien Vinaigrette:

125	g	Pistazienkerne
25	g	Olivenöl
35	g	natives Olivenöl
20	g	Pistazien Öl
100	g	Basilikum – Minze Öl
55	g	Frischer Zitronensaft
9	g	Salz

1. Pistazienkerne mit dem 25g Olivenöl langsam anrösten, ohne dass diese Farbe bekommen.
2. In einen Rotormixer geben und mit den restlichen Zutaten zu einer gebundenen ober groben Vinaigrette mixen.

Basilikum - Minze Öl

50	g	Minze, ohne Stiele
50	g	Basilikum Blätter
90	g	Maiskeim Öl
90	g	natives Olivenöl
		Salz

1. Kräuter in kochendem Salzwasser für 10 Sekunden kochen.
2. Sofort in Eiswasser abschrecken und sämtliches Wasser aus den Kräutern pressen.
3. Es sollte komplett trocken sein, da sonst das Öl beim Mixen grau werden würde.
4. Kräuter grob klein schneiden und im Bechermixer mixen bis es glatt ist.
5. In einem feinem Sieb mit Passiertuch abhängen und kalt stellen.

Glasierte Karotten

200	g	Karotten, gewürfelt in 1x1 cm
125	g	Frischer Orangen Saft
12	g	Frischer Zitronensaft
100	g	Wasser
7	g	Zucker
4	g	Salz
½	stk.	Chili, getrocknet

1. Alle Zutaten in einem Topf geben und zugedeckt langsam köcheln bis die Karotten weich sind.
2. Restliche Flüssigkeit abgießen und in einem separatem Topf reduzieren bis es eine Sirup artige Konsistenz bekommt.
3. Wieder auf die Karotten gießen und vermengen.

Finale Zubereitung:

1. Warmen Brokkoli auf den Teller ausbreiten.
2. Mit je 2 EL Pistazien Vinaigrette beträufeln.
3. 6-7 Stk. Karotte verteilt anrichten.
4. Mit 3-4 Scheiben geräucherter Entenbrust

Gebratener Wolfsbarsch, Bouillabaisse Sauce, Spargel Risotto

Zutaten:

2	Stk.	Wolfsbarsch im Ganzen a 2kg
300	g	Bouillabaisse Sauce
20	stk.	grüner Spargel
500	g	Risotto, roh

Bouillabaisse Sauce:

500	g	Miesmuscheln
1	stk.	Zwiebel
½	stk.	Knoblauch
½	stk.	Fenchel
200	ml	Weißwein trocken
400	ml	Wasser
40	g	Butter
½	g	Safran Fäden
		Salz
		Knochen von den 2 Fischen

1. Zwiebel, Fenchel und Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden.
2. Muscheln für 15 Minuten wässern vor dem benutzen. Anschließend kontrollieren ob alle Muscheln lebendig, sprich geschlossen sind.
3. Fischknochen in etwas 10cm große Stücke hacken.
4. In einen passenden Topf die Butter geben erhitzen.
5. Fisch langsam in der Butter anschwitzen ohne Farbe zu nehmen.
6. Das Gemüse begeben und kurz weiter anschwitzen.
7. Mit dem Weißwein ablöschen und mit Wasser bedecken.
8. Fond salzen und bei niedriger Hitze ca. 20 Minuten leicht köcheln.
9. 5 Minuten vor Ende die Muscheln und den Safran begeben
10. Fond abseihen, abschmecken und wenn nötig mit etwas Stärke binden.
11. Kurz vor dem servieren mit etwas Olivenöl und frischem Zitronensaft aufmischen.

Spargelrisotto:

10	Stk.	weißer Spargel
500	g	Risotto Reis
60	g	Butter
3	Stk.	Schalotten, fein geschnitten
20	g	Estragon, gehackt
15	g	Kerbel, gehackt
ca. 2	Liter	Spargelfond
300	ml	Weißwein, trocken
100	g	kalte Butter, in Würfel geschnitten
250	g	geriebener Parmesan
2	stk.	Zitrone
		Salz
		Pfeffer
		Zucker

1. Weißen Spargel in Wasser mit Salz, Zucker und Zitronensaft kochen bis er weich, aber nicht matschig ist. Vorsichtig aus dem Wasser nehmen und zur Seite legen.
2. Fond behalten.
3. Spargel in 1cm dicke Stücke schneiden.
4. 60 g Butter in einem Topf erhitzen und Schalotten darin glasig andünsten.
5. Reis zugeben und mitrösten bis das Korn glasig wird.
6. Mit Weißwein ablöschen und zur Hälfte einkochen.
7. Spargelfond nach und nach zugeben und unter gelegentlichen umrühren den Reis bis aufs feste Korn, weich kochen.
8. Kurz vor Schluss mit den Butterwürfeln und den Parmesan sämig rühren und mit Salz, Pfeffer und Zitrone Abschmecken.
9. Gehackte Kräuter zugeben und sofort servieren.

Finale Zubereitung:

1. Wolfsbarsch schuppen, filetieren und Gräten entfernen.
2. In ca. 140 g schwere Stücke schneiden. (Fisch Knochen dabei behalten für die Bouillabaisse Sauce)
3. Wolfsbarsch mit Zitrone und Salz auf der Fleischseite würzen und in einer Pfanne auf der Hautseite knusprig braten.

4. Etwas Risotto in den Teller geben, 3 Löffel Bouillabaisse Sauce zugeben und mit nativem Olivenöl beträufeln.
5. Fisch auf das Risotto anrichten.
6. Den grünen Spargel kurz blanchieren und in der Pfanne sautieren bis er weich, aber noch mit Biss ist.
7. Den Spargel auf dem Teller arrangieren und genießen.

Ich wünsche viel Erfolg und vor allem viel Spaß beim Nachmachen.

Stefan Resch