

Lafer!Lichter!Lecker! – Menü am 27. September 2014 |



Vorspeise: Ceviche vom Wolfsbarsch mit Fenchel, Grapefruit und Granatapfel von Johann Lafer

Zutaten für vier Portionen:

Für die Ceviche:

400 g	Wolfsbarschfilet
1	Granatapfel
1	Grapefruit
1	Fenchelknolle
7 EL	Olivenöl
4	unbehandelte Limetten
50 ml	Grenadine-Sirup
1 Stange	Frühlingslauch
	Meersalz
	schwarzer Pfeffer

Zum Anrichten:

½	Baguette
---	----------

Zubereitung:

Das Wolfsbarschfilet waschen, trocken tupfen und für etwa 1 Stunde in das Tiefkühlfach legen.

Inzwischen den Granatapfel aufbrechen und die Kerne mit einer Gabel herauslösen. Grapefruit großzügig schälen, so dass das Weiße der Schale mit entfernt wird. Grapefruitfilets mit einem Messer herausschneiden. Fenchel putzen, halbieren, Strunk keilförmig herausschneiden. Hälften in möglichst dünne Scheiben schneiden beziehungsweise hobeln und mit Grapefruitfilets, Granatapfelkernen und drei Esslöffel vom Olivenöl vermischen und mit Salz, Pfeffer würzen.

Die Schale einer Limette abreiben. Alle Limetten halbieren, den Saft auspressen und mit der geriebenen Schale mischen. Das angefrorene Wolfsbarschfilet aus dem Tiefkühlfach nehmen und mit einem sehr scharfen Messer - besser noch mit auf einer Aufschnittmaschine - in circa drei Millimeter dünne Scheiben schneiden und nebeneinander auf eine Platte legen. Fisch mit dem Limettensaft gleichmäßig beträufeln und 15 Minuten marinieren. Frühlingslauch putzen, waschen und in feine Ringe schneiden.

Marinierte Fischeiben auf Teller legen. Fenchel-Grapefruit-Salat mit Granatapfelkernen in die Mitte verteilen. Grenadine mit restlichem Olivenöl und zwei Esslöffel von der Limetten-Marinade verrühren, die Mischung über das Carpaccio und den Salat geben, alles nochmals mit Salz und Pfeffer würzen, mit Frühlingslauch bestreuen. Baguette in dünne Scheiben schneiden, im Backofen rösten und dazu servieren.



1. Hauptgang: Enten-Satés mit Apfel-Rosmarin-Kompott und Kartoffelknödeln von Johann Lafer

Zutaten für vier Portionen:

Für das Kompott:

3	Äpfel (mittelgroß)
2-3	Rosmarinzweige
50 g	Butter
50 g	Zucker
100 ml	Weißwein
1 TL	Speisestärke
½	Limone
	Salz
	Pfeffer

Für die Knödel:

800 g	Kartoffeln (mehlig kochend)
60 g	Speisestärke
2	Eigelbe
1 TL	Salz
50 g	Macadamianüsse (gemahlen)
50 g	Butter

Für die Ente:

2	Entenbrüste (ohne Haut, á ca. 300 g)
8	Lange Zimtstangen
3-4 EL	Tandoori Paste
2-3 EL	Sonnenblumenöl

Zubereitung:

Kartoffeln gründlich waschen und im 200 Grad heißen Backofen eine Stunde garen.

Äpfel waschen, entkernen und in Spalten schneiden. Rosmarinnadeln abstreifen und fein hacken. Zucker und Butter in einer Pfanne leicht karamellisieren lassen. Apfelspalten zugeben, kurz anschwitzen. Dann mit Weißwein ablöschen und gehackten Rosmarin untermischen. Das Ganze mit etwas Stärke leicht binden und mit Salz, Pfeffer und mit dem Saft der Limone würzen. Kompott abkühlen lassen.

Kartoffeln halbieren, mit der Schnittfläche in die Kartoffelpresse legen und durchpressen. Schalen entfernen und so die restlichen Kartoffeln durchpressen. Eigelbe, Speisestärke und Salz zugeben und rasch zu einem glatten Teig verkneten. Mit angefeuchteten Händen aus dem Teig Knödeln formen, der Hand rund rollen.

Reichlich Salzwasser in einem großen flachen Topf zum Kochen bringen. Die Knödel hineingeben, Hitze reduzieren und zehn Minuten ziehen lassen. Wenn sie an der Oberfläche schwimmen, mit einer Schaumkelle herausnehmen.



Entenbrüste abbrausen, trocken tupfen und der Länge nach in dünne Streifen schneiden. Zimtstangen der Länge nach halbieren und mit dem Messer an einem Ende spitz zuschneiden. Entenstreifen wellenartig auf die halbierten Zimtstangen aufspießen. Entenfleisch gleichmäßig dünn mit der Tandoori-Paste einstreichen, Spieße in einer heißen Pfanne mit etwas Öl auf jeder Seite circa drei bis vier Minuten braten. Fleisch abschließend mit Salz, Pfeffer würzen.

Butter und Macadamianüsse in eine Pfanne geben und darin goldbraun rösten. Knödel darin schwenken. Knödel mit dem Kompott und den Satés auf Tellern anrichten.



2. Hauptgang: Rindersteaks mit Kräuterbutter, grüne Bohnen und Rosmarinkartoffeln von Horst Lichter

Zutaten für vier Portionen:

Für die Steaks:

4 Rindersteaks (à 250 g)
2 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer aus der Mühle

Für die Kartoffeln:

300 g kleine Kartoffeln (z. B. Drillinge)
2 Knoblauchzehen
2 Zweige Rosmarin
TL Salz

Für die Bohnen und Butter:

500 g grüne Bohnen
12 Scheiben Bacon
1 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehe
70 g Butter
1 Bund gemischte Kräuter (z.B. Thymian, Rosmarin, Petersilie, Kerbel, Salbei)

Zubereitung:

Backofen auf 100 Grad vorheizen. Die Rindersteaks mit Olivenöl einreiben und mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Grillpfanne erhitzen und die Fleischstücke darin von beiden Seiten 2 Minuten grillen. Anschließend auf einen Backofenrost legen und im vorgeheizten Backofen 15 bis 20 Minuten garen.

Kartoffeln mit Schale gründlich waschen und in einen Topf geben. Zwei ungeschälte, angedrückte Knoblauchzehen, die Rosmarinzweige, einen Teelöffel Salz zugeben und mit Wasser auffüllen, bis die Kartoffeln knapp bedeckt sind. Aufkochen und bei mittlerer Hitze weich garen. Anschließend abgießen.

Bohnen putzen, waschen und in reichlich leicht gesalzenem Wasser fünf Minuten kochen lassen. Abgießen und in Eiswasser abkühlen. Die Bohnen zu Bündel zusammenfassen und in die Speckscheiben wickeln. Einen Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Bohnenbündel darin goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Kräuterbutter die Kräuter abrausen, Blätter abzupfen und klein hacken. Knoblauch schälen und klein hacken.

Butter mit einer Prise Salz schaumig schlagen. Kräuter und gehackten Knoblauch unterrühren und nochmals mit Salz und Pfeffer würzen. Die Butter in einen Spritzbeutel mit großer Sterntülle füllen und auf Backpapier zu Röschen spritzen. Kalt stellen.

Zum Anrichten die Kartoffeln, Bohnenbündchen und die Steaks auf Tellern verteilen. Mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen und die Kräuterbutter auf das Fleisch legen.



Dessert: Belgische Waffeln mit heißen Kirschen und Sahne von Horst Lichter

Zutaten für vier Portionen:

Für die Waffeln:

170 g	Butter
40 g	Puderzucker
1 Msp.	Vanillemark
30 g	Marzipan
4	Eier
170 g	Mehl
70 g	Crème fraîche
½ TL	Salz
	Öl zum Ausfetten

Für die Kirchen:

1 Glas	Kirschen
1 EL	Speisestärke
½	Zitrone
30 g	Zucker

Zum Anrichten:

200 g	Schlagsahne
30 g	Puderzucker
	Puderzucker zum Bestäuben

Zubereitung:

Butter mit Puderzucker, Vanillemark und Marzipan in einer Küchenmaschine dickschaumig aufschlagen. Eier einzeln zugeben und unterschlagen. Crème fraîche und Salz unterschlagen, zuletzt Mehl zugeben und kurz unterrühren. Ein belgisches Waffeleisen ausfetten und je eine Kelle Teig hineingeben. Bei geschlossenem Deckel goldbraun backen. Waffeln heraus nehmen und mit dem restlichen Teig ebenso verfahren.

Kirschen in einem Sieb abgießen, den Saft dabei auffangen. Die Speisestärke mit drei Esslöffeln Kirschsaff verrühren. Den restlichen Saft mit dem Zucker und mit dem Saft der Zitronen in einem Topf aufkochen. Kirschsaff mit der angerührten Speisestärke abbinden, Kirschen zugeben und kurz darin erwärmen. Vom Herd nehmen und in eine Schüssel umfüllen.

Sahne in einen hohen Mixbecher geben und mit dem Schneebesen des Handrührers steif schlagen. Puderzucker zugeben und kurz unterschlagen.

Zum Anrichten die Waffeln auf Teller geben, mit Puderzucker bestäuben. Heiße Kirschen und Schlagsahne dazu reichen.