



## | Lafer!Lichter!Lecker! – Menü am 28. September 2013 |

### **Vorspeise: Curry-Süßkartoffelsuppe von Horst Lichter**

#### **Zutaten für vier Portionen**

500 g	Süßkartoffeln
1	Zwiebel
30 g	Butter
1-2 TL	Currypulver
1 TL	Zucker
500 ml	Gemüsefond
1	Mango
150 ml	Schlagsahne
	Salz
	Cayennepfeffer
1	unbehandelte Zitrone
	etwas Koriandergrün zum Bestreuen
½	Baguette
2-3 EL	Olivenöl
	Chili aus der Mühle

#### **Zubereitung**

Süßkartoffeln schälen, die Hälfte davon grob würfeln, den Rest klein würfeln. Zwiebel schälen und klein würfeln.

Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und grob gewürfelte Süßkartoffeln darin anschwitzen. Mit Currypulver und Zucker bestreuen und 2 bis 3 Minuten anbraten. Mit Gemüsefond ablöschen und abgedeckt etwa 10 bis 15 Minuten weich kochen lassen.

In der Zwischenzeit die Mango schälen und klein würfeln.

Die Suppe fein pürieren, Sahne und die restlichen Süßkartoffeln zugeben und darin weich garen. Zuletzt mit Salz, Cayennepfeffer und etwas Zitronensaft würzen und die Mango zugeben.

Suppe in Tassen oder Teller füllen und mit Koriander betreuen.

Nach Belieben mit einigen in Olivenöl gerösteten Baguette-Scheiben servieren.



## **1. Hauptgang: Mandel-Limetten-Zander mit Basmati-Reis und Mangold von Horst Lichter**

### **Zutaten für vier Portionen**

1 TL	rosa Pfefferbeeren
50 g	Mandelblättchen
1	Limette, unbehandelt
3 EL	Olivenöl
150 g	Basmatireis
400 g	Mangold
30 g	Butter
100 ml	Sahne
	Pfeffer
	Muskatnuss
8	Zanderfilets, à 80 g, ohne Haut
2 EL	Olivenöl
	Salz

### **Zubereitung**

Rosa Pfeffer in einem Mörser grob zerstoßen. Mandeln in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Limette heiß abspülen und trocken tupfen. Schale mit einem Zestenreißer in feinen Streifen abziehen, Saft auspressen. Pfeffer, Mandeln, Limettensaft und -schale mit dem Olivenöl mischen und beiseite stellen.

Basmati-Reis abwaschen und mit 300 Milliliter Wasser und einem halben Teelöffel Salz in einem Topf zum Kochen bringen. Hitze auf kleinste Stufe zurück schalten und den Reis bei geschlossenem Deckel etwa 15 Minuten ausquellen lassen.

Mangold putzen und waschen. Stiele keilförmig aus den Blättern schneiden. Stiele in feine Streifen schneiden. Die Blätter quer in feine Streifen schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen, Mangold darin anschwitzen, Sahne zugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und bei mittlerer Hitze weich garen.

Zander mit Salz und Pfeffer würzen. Das restliche Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, Zander darin bei nicht zu starker Hitze 4 bis 5 Minuten rundherum anbraten.

Mangold und Reis auf Tellern anrichten. Je zwei Zanderfilets darauf geben und mit der Mandel-Limetten-Mischung bedecken.



## **2. Hauptgang:      *Trocken mariniertes Hirschkotelett mit Cranberrysauce und Rote Bete-Knöpfli von Johann Lafer***

### **Zutaten für vier Portionen**

#### *Für das Hirschkotelett:*

4	Pimentkörner
1 TL	Korianderkörner
4	Wacholderbeeren
½ TL	braunen Rohrzucker
½ TL	grobes Salz
4	Hirschkoteletts, ca. 150 g, küchenfertig ohne Fett und Sehnen
	Butterschmalz zum braten
2	Thymianzweige
2	junge Knoblauchzehen

#### *Für die Cranberrysauce:*

30 g	Zucker
3	lila Zwiebeln
3	junge Knoblauchzehen
150 g	Soft Cranberry's
200 ml	Johannisbeersaft
300 ml	Wildfond
2	Thymianzweige
45 g	Butter, eiskalt

#### *Für die Knöpfli:*

1	frische Rote Bete
500 g	Mehl,
5	Eier (Kl. M),
3	Eigelb (Kl. M),
1 TL	feines Salz,
	Muskatnuss aus der Mühle
50 g	Butter
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle

### **Zubereitung**

Für die Marinade Piment, Korianderkörner, Wacholderbeeren, Zucker und in einem Mörser grob zermahlen. Die Koteletts gründlich mit der Marinade einreiben und bei Zimmertemperatur für mindestens 30 Minuten abgedeckt marinieren (am besten über Nacht im Kühlschrank).

Danach das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Koteletts von beiden Seiten 1 bis 2 Minuten anbraten. Thymian, Knoblauch zugeben und im vorgeheizten Backofen bei 80 Grad circa 8 bis 10 bei Ober/Unterhitze fertig garen.

Die Zwiebeln, Knoblauch schälen und fein würfeln.

Den Zucker hell karamellisieren, Zwiebeln, Knoblauch, Soft-Cranberries zugeben, kurz mitgaren und mit Johannisbeersaft ablöschen. Anschließend mit Wildfond aufgießen und bei mittlerer Temperatur auf die Hälfte einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer abschmecken und der eiskalten Butter binden.



Rote Bete-Knolle waschen und grob raspeln. Raspel in einem Tuch kräftig auspressen und den Saft auffangen. Das Mehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken. Eier, Eigelb, Rote Bete Saft und ein Teelöffel Salz in die Mulde geben.

Alles von der Mitte aus mit einem Holzlöffel gründlich miteinander vermengen. Knöpfleteig mit Muskatnuss würzen.

Anschließend den Teig so lange kräftig schlagen, bis er große Blasen wirft. Falls der Teig zu fest sein zu zäh sein sollte, einfach ein wenig Wasser zugeben.

Zum Kochen der Rote Bete Knöpfli, reichlich Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen und gut salzen. Den Teig portionsweise in den Knöpfli Hobel füllen.

Anschließend in das kochende Wasser mit dem Hobel hin und her drücken und die Knöpfli darin garen. Sie sind fertig, wenn sie an der Oberfläche schwimmen.

Mit einer Schaumkelle herausheben, in Eiswasser abschrecken und gut abtropfen lassen. Die Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen, die Spätzle darin schwenken und mit schwarzem Pfeffer abschmecken.

Zum Servieren die Rote Bete Knöpfli mittig auf die Teller platzieren. Das Hirschkotelett in Tranchen schneiden und mit reichlich Sauce vollenden.



## **Dessert: Apfel-Walnussstrudel mit Vanille-Sabayon von Johann Lafer**

### **Zutaten für vier Portionen**

#### *Für den Apfel- Walnussstrudel:*

1,2 kg	säuerliche Äpfel (z. B. Boskop)
1	Zitrone
50 g	Butter
60 g	Semmelbrösel
60 g	Walnüsse
80 g	Zucker
1 TL	Zimtpulver
50 g	Rosinen
3 cl	Apfelbrand
1 Päckchen	Strudelteig
80 g	flüssige Butter, zum Bestreichen
	Puderzucker, zum Bestäuben

#### *Für die karamellisierten Walnüsse:*

50 g	Walnüsse
25 g	Zucker

#### *Für die Tahiti- Vanille Sabayon:*

½	Vanilleschote
2	Eigelbe
50 g	Zucker
90 ml	Weißwein

### **Zubereitung**

Für die Füllung die Äpfel waschen und schälen. Das Kerngehäuse ausstechen, Fruchtfleisch in dünne Scheiben schneiden. Zitrone halbieren, den Saft auspressen und die Äpfel damit marinieren.

Die Butter in einer Pfanne schmelzen. Semmelbrösel und Walnüsse darin goldbraun anrösten, Zucker darüber streuen und leicht karamellisieren lassen. Zimt zufügen und abkühlen lassen. Rosinen im Apfelbrand einweichen.

Den Strudelteig dünn mit der flüssigen Butter bestreichen. Den Teig der Länge nach bis zur Hälfte mit der Semmel-Mischung bestreuen. Äpfel und eingeweichte Rosinen gleichmäßig darauf verteilen. Seitenränder 4 Zentimeter einschlagen. Das Tuch am Rand leicht anheben und den Strudel vorsichtig aufrollen. Dann auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen, mit der flüssigen Butter bestreichen und auf der mittleren Schiene im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 20 bis 25 Minuten backen (bei Umluft 180 Grad).

Die Walnüsse im Backofen bei ca. 75 Grad vorwärmen. Den Zucker in einer Pfanne hell karamellisieren und die Walnüsse durch schwenken. Anschließend zum Auskühlen auf Backpapier geben und in einem Frühstücksbeutel zerstoßen.

Für die Sabayon das Mark der Vanille zusammen mit den Eigelben, Zucker, Weißwein in einer Schüssel verrühren. Anschließend über einem Wasserbad dickschaumig (bis circa 82 bis 85 Grad) aufschlagen. Zum Servieren Strudel noch warm in Stücke schneiden und mit Puderzucker bestäuben. Die Walnüsse darüber streuen und mit Vanillesabayon vollenden.