



| Lafer!Lichter!Lecker! – Menü am 16. November 2013 |

Vorspeise: *Geschüttelte Chicken Fingers mit Süßkartoffelchips und Sauerrahm von Johann Lafer*

Zutaten für vier Portionen:

Für die Chicken Fingers:

4	Maishähnchenbrüste, ohne Haut und Knochen
½ TL	grobes Salz
1 Msp.	brauner Zucker
½ TL	fruchtiges Currypulver
1 Msp.	Paprika Edelsüß
1 EL	Sojasauce
1	unbehandelte Limette
4 EL	Speisestärke
	Erdnussöl zum Ausbacken

Für die Süßkartoffelchips:

2	große Süßkartoffeln
½ Bund	Blattpetersilie
½ Bund	Koriander
1	Limette
½ TL	Currypulver
	Salz
	Pflanzenfett zum Ausbacken

Für den Sauerrahmespuma:

100 ml	flüssige Butter
1	Ei (Größe M)
2	Eigelbe (Größe M)
1	Zitrone
150 g	Sauerrahm
	Koriander aus der Mühle
	Salz
	schwarzer Pfeffer a.d. Mühle

Zubereitung:

Die Maishähnchenbrüste mittig halbieren, jede Hälfte in vier bis fünf Streifen schneiden und in einen großen Frühstücksbeutel geben. Salz, braunen Zucker, Curry und Paprika zugeben. Danach die Hähnchenstreifen ordentlich schütteln. Die Schale der Limette reiben, zusammen mit der Sojasauce zu dem Hähnchen geben und erneut schütteln. Zum Schluss die Stärke in den Beutel geben und kräftig schütteln, damit sich die Stärke gleichmäßig verteilt. Anschließend auf ein Sieb ausleeren und die überschüssige Stärke abschütteln.

Nun die Chicken Fingers im erhitzten Erdnussöl vier bis fünf Minuten knusprig ausbacken, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und gegebenenfalls mit Salz nachwürzen.



Für die Kartoffelchips die Kartoffeln schälen und in circa zwei Mal acht Zentimeter große Stifte schneiden. Die Blatt Petersilie und den Koriander waschen, trocken schleudern, von den Stielen zupfen und in feine Streifen schneiden. Die Chips nun langsam bei circa 140 bis 160 Grad sieben bis acht Minuten knusprig ausbacken. Den Saft einer Limette auspressen. Die Chips auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit Limettensaft, Salz und Curry würzen. Kurz vor dem Servieren die Kräuter darüber streuen.

Für den Espuma den Saft einer Zitrone auspressen und zusammen mit Butter, Eiern und Sauerrahm in einem Mixbecher fein mixen. Kräftig mit Salz, schwarzem Pfeffer und Koriander abschmecken. Anschließend durch ein feines Sieb laufen lassen. Die Flüssigkeit nun in die Espumafflasche füllen und in einem Wasserbad heiß stellen. Dabei die Flasche bei stetig ansteigender Hitze erwärmen (maximal 85 Grad) und dabei gelegentlich schütteln.

Die Chicken Fingers auf die Teller legen. Die Chips seitlich versetzt daneben setzen und mit Sauerrahm vollenden.



1. Hauptgang: Wildschnitzel mit Topinambur-Püree und Kohlrabi-Cranberrygemüse von Johann Lafer

Zutaten für vier Portionen:

Für das Wildschnitzel:

100 g	Nüsse (z. B. Haselnüsse, Macadamianüsse, Walnüsse, gemischte Nüsse)
100 g	Semmelbrösel
1 EL	Pflanzenöl
4	Wildschnitzel (à 160 g, z.B. aus der Rehkeule oder Nuss geschnitten)
50 g	Mehl
50 ml	Schlagsahne
2	Eier (Größe M)
200 g	Butterschmalz
3 EL	Nussöl
	Salz
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Für das Püree:

400 g	große Topinambur
50 g	Butter
100 ml	Geflügelfond
50 ml	Sahne
½ TL	Zucker
	Salz
	Chili aus der Mühle

Für das Gemüse:

1	Kohlrabi mit Grün
1	Apfel
1	Schalotten
50 g	Soft Cranberrys
50 g	Butter
100 ml	heller Geflügelfond
	Salz
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
	Blattpetersilie zum Garnieren

Zubereitung:

Die Nüsse in einer Küchenmaschine fein mahlen und mit den Semmelbröseln mischen. Frischhaltefolie auf der Arbeitsfläche ausbreiten, dünn mit Öl bestreichen und die Wildschnitzel dünn klopfen. Die Wildschnitzel auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Das Mehl sieben, das Fleisch darin wenden und das überschüssige Mehl mit den Händen vorsichtig abklopfen. Die Sahne halbsteif schlagen und mit den Eiern in einer flachen Form mit einer Gabel verquirlen. Die melierten Schnitzel durch das verquirlte Ei ziehen, gut abtropfen lassen und in den Nuss-Bröseln wenden.

Das Butterschmalz in einer Pfanne auf 160 bis 170 Grad erhitzen. Die Schnitzel in dem heißen Butterschmalz schwimmend ausbacken, dabei das Fleisch mit dem heißen Fett begießen. Sobald die Unterseite goldgelb ist, das Schnitzel wenden und auf der zweiten Seite fertig backen. Das Nussöl zufügen und die Schnitzel damit übergießen. Die goldbraun gebackenen Schnitzel auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz würzen.



Die Topinambur rundherum abschälen und in Würfel schneiden. Die Butter in einem flachen Topf erhitzen und die Topinamburwürfel hineingeben. Danach mit Salz und Zucker würzen und mit Backpapier abdecken. So gart das Gemüse in den ersten zehn Minuten bei mittlerer Temperatur in sich. Anschließend mit Geflügelfond aufgießen und circa weitere zehn Minuten unter gelegentlichem Rühren weich garen. Zum Schluss mit Hilfe einer Küchenmaschine sehr fein pürieren, die Sahne zugeben und das Ganze mit Salz und Chili aus der Mühle abschmecken.

Die Kohlrabi, den Apfel und die Schalotten schälen. Die Kohlrabi in circa einen Zentimeter große Würfel schneiden, das Kohlrabigrün fein schneiden. Die Schalotten fein würfeln, den Apfel ebenso würfeln und den Kern aussparen.

Die Butter schmelzen, die Schalotten darin glasig anschwitzen und die Kohlrabi-Apfelwürfel zugeben. Mit Geflügelfond aufgießen und den Kohl darin bissfest garen. Die Cranberrys zugeben, das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen. Zuletzt mit den Kohlrabi- Blättern vollenden.

Das Gemüse mittig platzieren und das Püree mithilfe eines Esslöffels großzügig abnocken.

Die Schnitzel auf das Gemüse setzen und mit Blattpetersilie vollenden.



2. Hauptgang: Überbackene Schweinemedallions mit Rahmböhnchen und Polenta-Ecken von Horst Lichter

Zutaten für vier Portionen:

Für die Polenta:

100 g	Polentagrieß instant
400 ml	Gemüsefond
50 g	Butter
2 EL	Butterschmalz
	Salz
	Muskatnuss

Für die Medallions:

4	Schweinemedallions, à 160 g
2 EL	Olivenöl
2	Tomaten
80 g	Parmesan, frisch gerieben
1 TL	Kräuter der Provence
	Salz
	Pfeffer aus der Gewürzmühle

Für die Rahmböhnchen:

400 g	grüne Bohnen
1	Zwiebel
30 g	Butter
1 TL	Mehl
200 ml	Gemüsefond
150 ml	Sahne
	Thymian zum Garnieren

Zubereitung:

Den Gemüsefond aufkochen und den Grieß unter Rühren einstreuen. Mit Salz und Muskat würzen und bei kleinster Hitze etwa zehn Minuten ausquellen lassen. Die Butter unterrühren, in eine Auflaufform streichen und abkühlen lassen. Die Polenta in Stücke schneiden und in einer Pfanne im heißen Butterschmalz von beiden Seiten anbraten.

Die Schweinemedallions mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne im heißen Olivenöl von allen Seiten anbraten. In eine Auflaufform setzen. Die Tomaten in acht gleichmäßige Scheiben schneiden und auf die Medallions legen. Mit den Kräutern der Provence und etwas Pfeffer bestreuen und den Parmesan darauf verteilen. Im Ofen bei 160 Grad 15 Minuten garen. Zuletzt den Backofengrill für ein bis zwei Minuten zuschalten, um den Käse zu bräunen.

Die Bohnen putzen, waschen, in zwei Zentimeter lange Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser bissfest garen, anschließend abgießen. Die Zwiebel schälen und klein würfeln. Die Butter in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebeln darin anschwitzen, mit Mehl bestäuben und kurz anschwitzen. Mit dem Gemüsefond ablöschen und



einmal aufkochen lassen. Sahne zufügen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und sämig einkochen lassen. Die Bohnen zugeben und darin weitere zwei bis drei Minuten garen.

Zum Anrichten die Polenta mit den Bohnen auf Tellern verteilen. Jeweils ein Medaillon dazulegen und mit etwas frischem Thymian garnieren.



Dessert: *Grießauflauf mit Kirschen von Horst Lichter*

Zutaten für vier Portionen:

30 g	Butter für die Form
50 g	gemahlene Haselnüsse
500 ml	Milch
30 g	Butter
2 Prisen	Salz
1	Vanille
100 g	Weichweizengrieß
35 g	Zucker
2	Eier
1 Glas	Schattenmorellen
2 geh. TL	Speisestärke
2 EL	Vanillezucker
½	Zitrone
2 cl	Kirschwasser
	Puderzucker zum Bestäuben
	Minze zur Garnitur

Zubereitung:

Eine Auflaufform buttern und mit den gemahlene Haselnüssen austreuen.

Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark auskratzen. Die Milch mit der Butter, einer Prise Salz und dem Vanillemark aufkochen. Den Grieß einstreuen und unter Rühren aufkochen lassen. Ein bis zwei Minuten kochen lassen und in eine Schüssel umfüllen.

In der Zwischenzeit die Eier trennen und die Eigelbe unter den Grießbrei rühren. Das Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen und den Zucker nach und nach einrieseln lassen. Den Eischnee unter den Grießbrei heben und alles in die vorbereitete Auflaufform füllen. Im Backofen bei 180 Grad 20 bis 25 Minuten goldbraun backen.

Den Saft einer halben Zitrone auspressen. Die Schattenmorellen in einem Sieb abgießen und den Saft dabei auffangen. Drei Esslöffel Kirschsaff mit der Speisestärke verrühren. Den restlichen Saft (circa 220 Milliliter) mit dem Vanillezucker und Zitronensaft aufkochen. Den Kirschsaff mit der angerührten Speisestärke binden und ein bis zwei Minuten köcheln lassen. Nun die Kirschen unterrühren und das Ganze nach Belieben mit Kirschwasser verfeinern.

Den Grießauflauf mit Puderzucker bestäuben und mit den Kirschen anrichten. Mit einigen Minzeblättchen garnieren.