



| Lafer!Lichter!Lecker! – Menü am 3. September 2011 |

Vorspeise: *Carpaccio vom Kalb mit Spargelvinaigrette von Horst Lichter*

Zutaten für vier Personen:

300 g	Spargel, grün
300 g	Spargel, weiß
400 g	Kalbsfilet, angefroren
0,5 Bund	Kerbel, frisch
0,5 Bund	Estragon, frisch
6 EL	Traubenkernöl
4 EL	Olivenöl
2 TL	Honig
2 EL	Weißweinessig
50 g	Parmesan
2 EL	Pinienkerne
	Meersalz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung:

Den grünen Spargel im unteren Drittel schälen und den weißen Spargel ganz abziehen. Die Enden abschneiden und in feine schräge Scheiben schneiden.

Zwei Esslöffel Traubenkernöl in einem Topf erhitzen und die Spargelscheiben darin andünsten, bis sie bissfest gar sind.

Die Kräuter abrausen und fein hacken. Das restliche Traubenkernöl mit dem Weißweinessig und jeweils einem Esslöffel der Kräuter gut verrühren und mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken. Anschließend das Ganze zu den Spargelscheiben geben und unterheben.

Vier Teller oder eine Anrichteplatte mit dem Olivenöl bepinseln. Das angefrorene Kalbsfilet mit einem scharfen Messer oder mithilfe einer Aufschnittmaschine in sehr dünne Scheiben schneiden. Diese anschließend zwischen Klarsichtfolie (alternativ Gefrierbeutel) legen und hauchdünn plattieren. Die Kalbsscheiben anschließend dicht nebeneinander auf die Teller oder Platte legen und schön verteilen.

Das Kalbs-Carpaccio mit Pfeffer und Meersalz würzen. Die Pinienkerne in einer ungefetteten Pfanne anrösten und den Parmesan reiben.

Die Spargelvinaigrette auf dem Fleisch verteilen und mit Parmesan und den Pinienkernen bestreut servieren.



1. Hauptgang: ***Rotbarschfilet mit Zitronen-Kartöfelchen von Horst Lichter***

Zutaten für vier Personen:

1 kg	Drillinge
2	Zitronen, unbehandelt
8 Zehen	Knoblauch
9 EL	Olivenöl
3 Zweige	Rosmarin
4 Stiele	Estragon
4	Rotbarschfilets, je ca. 120 g
500 g	Tomaten
	Salz
	Pfeffer, weiß
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung:

Den Backofen auf 190 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln gründlich waschen und trocken tupfen. Anschließend halbieren, je nach Größe vierteln und den Knoblauch abziehen.

Die Zitronen abbrausen, eine davon in Scheiben schneiden und von der anderen den Saft auspressen. Die Kartoffeln auf einem Backblech oder in eine feuerfeste Form geben und mit sechs Esslöffeln Olivenöl, dem Zitronensaft, den Zitronenscheiben, dem Rosmarin sowie dem Knoblauch vermengen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und für circa 30 Minuten im Backofen garen.

Die Rotbarschfilets abbrausen und trocken tupfen. Die Tomaten kreuzweise einritzen, mit kochendem Wasser überbrühen, enthäuten, in Würfel schneiden und in eine ofenfeste Form geben. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen, das restliche Olivenöl beträufeln und mit Estragonblättchen bestreuen. Die Rotbarschfilets mit Salz und weißem Pfeffer beidseitig würzen und auf die Tomaten geben. Das Ganze 15 Minuten vor Ende der Garzeit der Kartoffeln, abgedeckt mit Alufolie, auf der mittleren Schiene in den Backofen geben und garen.

Die Kartoffeln mit dem Fisch und den Tomaten auf Tellern anrichten und servieren.



2. Hauptgang: *Lammsatés auf Auberginensauce mit Oliven-Bratkartoffeln von Johann Lafer*

Zutaten für vier Portionen:

30 ml	Olivenöl
2	Lammlachse
4 Zweige	Rosmarin
1 Zehe	Knoblauch
2 EL	Paprikapaste, scharf, Ajvar
1	Zitrone, unbehandelt
1	Aubergine
5	Schalotten
50 g	Tomatenmark
50 ml	Geflügelfond
1 EL	Honig
2 Stiele	Petersilie, glatt
600 g	Kartoffeln, fest kochend (zum Beispiel La Ratte oder Bamberger Hörnchen)
1	Chorizo
50 g	Oliven, schwarz, ohne Steine
1 Schote	Chili, rot
0,5 Bund	Schnittlauch
30 g	Butterschmalz
50 g	Butter
	Chili, aus der Gewürzmühle
	Salz
	Pfeffer, weiß, aus der Mühle

Zubereitung:

Die Zitrone abreiben und auspressen. Die Lammlachse in Würfel schneiden, auf Rosmarinzwige stecken und mit der Paprikapaste, etwas Zitronensaft, der Zitronenschale und etwas Olivenöl marinieren.

Zwei Schalotten und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Die Aubergine in feine Würfel schneiden. Das übrige Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Auberginenwürfel darin kross braten. Zuletzt die Schalotten und Knoblauchwürfel zugeben und ebenfalls kurz anschwitzen. Anschließend in ein Sieb geben und abtropfen lassen. Die Petersilie fein hacken.

Das Tomatenmark mit dem Geflügelfond und dem Honig verrühren, die ausgekühlten Auberginenwürfel und die Petersilie zugeben und verrühren. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Chili kräftig abschmecken.

Die Kartoffeln, knapp mit Wasser bedeckt, weich garen. Anschließend abgießen, abkühlen lassen und schälen.

Die restlichen Schalotten schälen und fein würfeln. Die Chilischote halbieren, entkernen, waschen und in feine Streifen schneiden. Den Schnittlauch in feine Röllchen und den Chorizo in Scheiben schneiden.

Das Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Kartoffeln goldbraun anbraten. Die Oliven, Chorizo, Chili und Schalotten zugeben und unter regelmäßigem Schwenken der Pfanne anbräunen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend die Butter zugeben und die Kartoffeln damit glasieren. Abschließend die Schnittlauchröllchen unterrühren. Die Lammsatés in einer heißen Pfanne von beiden Seiten anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Fleisch mit etwas Auberginensauce auf Tellern anrichten und die Bratkartoffeln seitlich dazu platziert servieren.



Dessert: Quarkknödel in Kürbiskern-Schmelze mit Aprikosenragout von Johann Lafer

Zutaten für vier Personen:

130 g	Butter
130 g	Zucker
1 EL	Vanillezucker
1 Prise	Zimt
1 Prise	Salz
2	Eier
250 g	Magerquark
60 g	Speisestärke
2	Zitronen, unbehandelt
100 g	Zwieback
50 g	Mandeln, gemahlen
1	Orange, unbehandelt
80 g	Löffelbiskuits
80 g	Kürbiskerne
2 EL	Puderzucker
500 g	Aprikosen
20 g	Ingwer
50 ml	Weißwein
1 Schote	Vanille
	Minze, zur Garnitur
1 Prise	Zucker
	Salz

Zubereitung:

80 Gramm Butter mit 80 Gramm Zucker und dem Vanillezucker schaumig schlagen und mit einer Prise Salz und Zimt würzen. Die Eier trennen. Eine Zitronenhälfte halbieren und auspressen. Den Zwieback in einer Küchenmaschine fein mahlen. Nun die Eidotter, den Quark, die Stärke, den Zitronensaft, die Zitronenschale, den gemahlten Zwieback und die Mandeln zu der Butter-Zucker-Mischung geben und unterrühren. Anschließend aus der Quarkmasse tischtennisgroße Knödel formen.

Die Orange und die übrige Zitrone von der Schale befreien. Danach Wasser mit der Orangen- und Zitronenschale in einem großen Topf zum Sieden bringen und mit etwas Zucker und Salz würzen. Die Knödel hineingeben und sieben Minuten darin ziehen lassen.

Das Löffelbiskuit zerbröseln. Die Kürbiskerne fein hacken und mit den Biskuitbröseln in einer Pfanne anrösten. Die übrige Butter zugeben, schmelzen lassen und unter die Brösel rühren. Den Puderzucker darüber verteilen und alles gut mischen.

Die Knödel aus dem Wasser heben, gut abtropfen lassen und in der Kürbiskernschmelze wenden.

Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Die Aprikosen waschen, halbieren, entkernen und in Spalten schneiden. Den restlichen Zucker in einer Pfanne karamellisieren. Den Ingwer schälen, fein reiben und zum Zucker geben. Das Vanillemark zugeben, alles mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Die Aprikosenspalten zufügen, unter den Sud schwenken und abkühlen lassen.

Das Aprikosenragout mit den Knödeln auf Tellern servieren und mit frischer Minze garnieren.