



## | Lafer!Lichter!Lecker! – Menü am 6. Januar 2015 (WH vom 23. Oktober 2010) |

### **Vorspeise: Kürbis-Risotto mit krossem Speck von Horst Lichter**

#### **Zutaten für vier Personen:**

250 g	Risotto-Reis (z.B. Arborio)
400 g	Muskatkürbis
200 g	Frühstücksspeck
2 EL	Olivenöl
1	Zwiebel
1 Zehe	Knoblauch
125 ml	Weißwein
1 L	Gemüsebrühe
2 EL	Butter
50 g	Parmesan
0,5 Bund	Petersilie, glatt
1 EL	Kürbiskernöl
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

#### **Zubereitung:**

Den Kürbis putzen, schälen und in kleine Würfel schneiden.

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel sowie den Knoblauch darin anschwitzen. Den Reis dazugeben und bei milder Hitze, unter Rühren, glasig dünsten. Das Ganze mit dem Wein ablöschen und völlig einkochen lassen. Die Gemüsebrühe nach und nach zugießen, so dass der Reis immer bedeckt ist und unter Rühren circa zehn Minuten garen. Anschließend das Kürbisfleisch dazugeben und bissfest garen.

In der Zwischenzeit den Speck in Streifen schneiden und diese in einer ungefetteten Pfanne kross ausbraten und anschließend warm halten.

Der Reis soll in seiner Konsistenz cremig sein. Wenn nötig also noch mehr Brühe angießen.

Die Petersilie, bis auf ein paar Stiele zur Garnitur, fein hacken. Das Risotto mit Salz und Pfeffer würzen, die Butter sowie die Petersilie einrühren und eventuell erneut abschmecken.

Das Risotto auf Tellern anrichten und die kross gebratenen Speckstreifen gleichmäßig darüber verteilen. Mit der restlichen Petersilie garnieren und nach Belieben mit Kürbiskernöl beträufeln. Den Parmesan reiben und separat dazu servieren.



## **1. Hauptgang:      *Gefüllter Rotbarsch von Horst Lichter***

### **Zutaten für 4 Personen:**

600 g	Kartoffeln, klein
800 g	Rotbarschfilets
100 g	Krabben
200 g	Champignons
1	Schalotte
80 ml	Weißwein, trocken
4 EL	Butter
100 ml	Sahne
50 g	Crème fraîche
1	Zitrone
0,5 Bund	Dill, frisch
0,5 Bund	Petersilie
	Butter, zum Einfetten
	Salz
	Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung:**

Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und in kochendem Salzwasser garen.

Die Rotbarschfilets abbrausen und trockentupfen. Die Zitrone auspressen, anschließend die Filets mit der Hälfte des Zitronensaftes beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Jedes Filet der Länge nach halbieren und so aufrollen, dass noch eine Füllung hineinpasst. Hierbei einen Zahnstocher zum Fixieren benutzen.

Eine Auflaufform mit Deckel einfetten und bereitstellen.

Die Champignons putzen und in feine Würfel schneiden. Die Schalotte abziehen und fein hacken.

Einen Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen, Schalotte und Champignons zufügen und darin andünsten. Das Ganze mit dem Weißwein ablöschen, die Sahne sowie die Crème fraîche dazugeben und etwas einköcheln lassen. Abschließend die Krabben dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Nun die Füllung in die Fischröllchen geben, jeweils mit Butterflöckchen belegen und die zugedeckte Auflaufform für etwa 20 Minuten im vorgeheizten Backofen garen.

Die Petersilie sowie den Dill nach dem Abwaschen fein hacken. Die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen, die fertig gegarten Kartoffelchen darin schwenken und mit Petersilie bestreuen.

Die Rotbarschröllchen mit den Butterkartoffelchen auf Tellern anrichten und den Fisch mit dem fein gehackten Dill bestreuen. Das Ganze servieren.



## **2. Hauptgang:      *Gefüllte Entenbrust mit geschmorten Schalotten und Korianderkartoffeln von Johann Lafer***

### **Zutaten für vier Personen:**

2	Entenbrüste, à 250 g
3 Zehen	Knoblauch
2 Zweige	Thymian
2 Zweige	Rosmarin
8	Schalotten
50 g	Zucker
100 ml	Portwein, rot
100 ml	Rotwein
1 Blatt	Lorbeer
600 g	Kartoffeln
0,5 Bund	Koriander
1	Zitrone, unbehandelt
60 ml	Olivenöl
2 Köpfe	Radicchio, klein
	Salz
	Pfeffer, aus der Mühle

### **Zubereitung:**

Den Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Haut der Entenbrüste schräg einschneiden und in einer heißen Pfanne auf der Hautseite anbraten. Die Knoblauchzehen abziehen und mit den Thymian- und Rosmarinzweigen in die Pfanne geben und die Haut kross braten. Anschließend alles aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.

Die Schalotten schälen und klein würfeln. Den Zucker in einem Topf karamellisieren lassen, die Schalottenwürfel zugeben und anschwitzen. Das Ganze mit Portwein und Rotwein ablöschen. Das Lorbeerblatt dazugeben, bei milder Hitze sämig einkochen lassen. Die Zitronenschale einer Zitrone fein abreiben. Anschließend die Schalotten mit Salz, Pfeffer, Chili und fein abgeriebener Zitronenschale abschmecken.

Die Entenbrust längs aufschneiden, mit den geschmorten Schalotten füllen und mit Küchengarn zusammenbinden. Anschließend im vorgeheizten Backofen zehn bis 15 Minuten fertiggaren.

Währenddessen die Kartoffeln schälen und in einem Dampfgarer weich garen beziehungsweise im Salzwasser gar kochen.

Den Koriander abbrausen, trockenschütteln, die Blätter von den Stielen zupfen und klein hacken.

Die Kartoffeln mit einer Gabel oder Kartoffelstampfer grob zerdrücken, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zitronenschale der zweiten Zitrone fein abreiben, die Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Diese beiden Zutaten mit 40 Millilitern Olivenöl und dem Koriander verrühren.

Die Radicchioköpfe vierteln, im restlichen Olivenöl anbraten und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Koriander-Kartoffeln und den gebratenen Radicchio auf Tellern anrichten. Die Entenbrüste schräg aufschneiden, mit Salz würzen und auf dem Gemüse anrichten.



**Dessert:                    *Holunderküchlein mit Sauerrahmeis von Johann Lafer***

**Zutaten für vier Personen:**

Für den Mürbteig:

100 g            Mehl  
25 g             Zucker  
1 Prise          Salz  
50 g             Butter

Für das Eis:

250 ml          Sahne  
100 g            Zucker  
1                 Orange, unbehandelt  
1 Schote        Vanille  
4                 Eier  
2 Blatt         Gelatine  
250 g            Sauerrahm

Für die Füllung:

300 g            Frischkäse, natur  
1                 Zitrone, unbehandelt  
80 g             Zucker  
1 Prise          Salz  
2                 Eier  
30 g             Mehl  
200 g            Holunderbeeren

4                 Tartelettformen (ca. 12 cm Durchmesser)  
150 g            Beeren gemischt (z. B. Himbeeren, Johannisbeeren, Heidelbeeren)  
4 Zweige        Minze

**Zubereitung:**

Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Aus Mehl, Zucker, einer Prise Salz und den kalten Butterwürfeln einen Mürbeteig kneten, in Frischhaltefolie wickeln und kalt stellen.

Die Gelatineblätter zehn Minuten in kaltem Wasser einweichen. Währenddessen die Orangenschale fein abreiben, die Orange auspressen und den Saft beiseite stellen. Die Vanilleschote längs halbieren und das Mark herauskratzen.

Für das Eis die Sahne mit Zucker, dem frisch gepressten Orangensaft, fein abgeriebener Orangenschale und dem Vanillemark in einem ausreichend großen Topf einmal aufkochen. Die Eier in der Zwischenzeit trennen und die vier Eigelbe aufheben. Die heiße Sahne langsam unter ständigem Rühren zu den Eigelben gießen. Anschließend alles in den Topf zurück geben und bei mittlerer Hitze erwärmen, bis die Masse eine Bindung bekommt. Die gut ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Alles durch ein Sieb gießen und mit dem Sauerrahm verrühren. Das Ganze in die Eismaschine geben und cremig gefrieren lassen.

Für die Füllung die Zitronenschale abreiben, anschließend die Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Den Frischkäse mit dem Zitronensaft, der abgeriebenen Zitronenschale, dem Zucker und einer Prise Salz verrühren. Eier und Mehl dazugeben und alles glatt verrühren. Anschließend die Holunderbeeren säubern und vorsichtig unterheben.

Den Mürbeteig auf einer bemehlten Fläche dünn ausrollen. Die Tartelettformen damit auslegen, die Frischkäsefüllung darin verteilen und glatt streichen. Die Mürbeteigtartelettes im vorgeheizten Backofen 15 bis 20 Minuten backen, leicht abkühlen lassen und mit dem Eis servieren. Abschließend alles mit frischen Beeren und der Minze garnieren.