

## Lafer!Lichter!Lecker! – Menü am 25. März 2017



### ***Tatartürmchen mit Schnittlauchcreme und Brotchips von Johann Lafer***

#### **Zutaten für vier Portionen:**

|              |                              |
|--------------|------------------------------|
| 500 g        | Rinderfilet, klein gewürfelt |
| 1            | Schalotte, in Würfeln        |
| 1 EL         | gehackte Kapern              |
| 1 EL         | gehackte Cornichons          |
| 2            | Sardellen, fein gehackt      |
| 1 TL         | Senf                         |
| 1            | Eigelb                       |
| 1-2 Spritzer | Tabasco                      |
| 1-2 Spritzer | Worcestershiresauce          |
|              | Salz                         |
|              | Pfeffer aus der Mühle        |
|              | Olivenöl für die Ringe       |
| 1 kleine     | Salatgurke, klein gewürfelt  |
| 1 Bund       | Radieschen, klein gewürfelt  |
| 150 g        | Crème fraîche                |
| 3 EL         | Schnittlauchröllchen         |
| ½            | Baguette vom Vortag          |
| 2 EL         | Olivenöl                     |
|              | Olivenöl zum Beträufeln      |
| 1 Schale     | Gartenkresse                 |

Außerdem: vier Vorspeisenringe

#### **Zubereitung:**

Für das Tatar das Rinderfilet in einer Schüssel mit der Schalotte, den Kapern, Cornichons, Sardellen, dem Senf und Eigelb mischen. Mit Tabasco, Worcestershiresauce, Salz und Pfeffer würzen.

Vier Vorspeisenringe (ca. 6 cm Durchmesser) mit Olivenöl einfetten, mit dem Tatar befüllen und glatt streichen. Die Gurkenwürfel und Radieschenwürfel darauf verteilen und leicht andrücken. Crème fraîche mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Schneebesen schaumig aufschlagen, Schnittlauch unterrühren. Die Creme auf den Radieschen verteilen und glatt streichen. Im Kühlschrank kalt stellen.

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Baguette mit der Aufschnittmaschine in sehr dünne Scheiben schneiden. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit dem Olivenöl beträufeln. Im Backofen etwa 5 Minuten rösten lassen.

Die Tatartürmchen auf Teller setzen, den Ring abziehen. Mit Olivenöl beträufeln, mit Kresse bestreuen und mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen. Brotchips dazu legen oder in die Creme stecken.



## **Aromen-gedämpfter Heilbutt auf asiatischem Wokgemüse von Johann Lafer**

### **Zutaten für vier Portionen:**

|           |  |
|-----------|--|
| 4         | Heilbuttfilets, ohne Haut, à 200 g<br>Erdnussöl zum Einstreichen |
| 2 EL      | Erdnussöl  |
| je ½ TL   | Koriandersamen, Kreuzkümmel und Szechuanpfeffer                  |
| 2 Stangen | Zitronengras, in Ringen  |
| 50 g      | Ingwer, in Scheiben  |
| 1         | Chilischote, halbiert  |
| 2         | Schalotten, in Spalten   |
| 800 ml    | Gemüsefond<br>Salz<br>Pfeffer<br>Chili aus der Mühle             |
| 1-2 EL    | Kokosöl  |
| 2         | Karotten, dünne Scheiben   |
| 100 g     | Zuckerschoten, feine Streifen                                    |
| 100 g     | Thai Spargel, geputzt  |
| 3 Mini    | Pak Choi, geputzt, geviertelt                                    |
| 1 Bund    | Frühlingszwiebeln, schräge Ringe                                 |
| 1 EL      | geröstetes Sesamöl   |
| ½ TL      | gelbe Currypaste   |
| 3 EL      | Sojasauce  |
| 1 EL      | Fischsauce   |
| 100 ml    | Gemüsefond   |
| 1 Bund    | Koriander, gezupft   |
| 100 ml    | Kokosmilch   |
| 2 Schalen | Shiso Kresse   |

### **Zubereitung:**

Die Heilbuttfilets waschen, trockentupfen und in die leicht geölte Schale des Dämpftopfes legen. Das Erdnussöl im Dämpfopf erhitzen. Währenddessen die Gewürze im Mörser zerstoßen und in dem heißen Öl kurz anrösten. Zitronengras, Ingwer, Schalotten und Chili zugeben. Mit dem Gemüsefond aufgießen und bis an den Siedepunkt erhitzen. Den Dämpfeinsatz in den Topf setzen und bei geschlossenem Deckel 10-15 Minuten bei geringer Temperatur (max. 70 Grad) garziehen lassen.

Für das Wokgemüse das Kokosöl im Wok erhitzen. Die Karotten und Zuckerschoten darin anbraten. Das Gemüse an den Wokrand schieben. Thai Spargel, Pak Choi und Frühlingszwiebeln zugeben und ebenfalls anbraten. Sesamöl zugeben, die Currypaste einrühren und kurz im heißen Fett rösten. Das Gemüse untermischen. Mit Sojasauce, Fischsauce und Gemüsefond ablöschen. Das Gemüse mit Salz, Pfeffer und Chili würzen. Den gezupften Koriander unterheben.

Den Heilbutt in dem Dämpfsieb aus dem Topf heben und abgedeckt warm stellen. Die Hälfte des Dämpfsuds durch ein Sieb gießen, Kokosmilch zugeben und 10 Minuten köcheln lassen. Den Sud mit Salz und Pfeffer würzen und schaumig mixen.

Zum Anrichten das Wokgemüse in Schalen verteilen, je ein Heilbuttfilet darauf geben und mit dem Kokosschaum bedecken. Mit feinen Kresseblättchen bestreuen.



## ***Königsberger Klopse mit Butterkartöffelchen von Horst Lichter***

### **Zutaten für vier Portionen:**

|            |   |
|------------|---|
| 700 g      | kleine Kartoffeln, vorwiegend festkochend |
| 1          | Zwiebel                                   |
| 1          | Knoblauchzehe                             |
| 2 Scheiben | Weißbrot                                  |
| 100 ml     | Milch                                     |
| 600 g      | Kalbshackfleisch                          |
| 1 TL       | Senf                                      |
| 1          | Ei  |
| 1 TL       | Paprikapulver edelsüß                     |
| 1          | Zwiebel                                   |
| 30 g       | Butter                                    |
| 30 g       | Mehl                                      |
| 500 ml     | Fleischbrühe                              |
| 100 g      | Saure Sahne                               |
| 5          | Cornichons                                |
| 4 Stiele   | Dill                                      |
| 30 g       | Butter                                    |
| 1 Bund     | glatte Petersilie                         |

### **Zubereitung:**

Kartoffeln waschen, schälen und knapp mit Wasser bedeckt weich garen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und klein hacken. Weißbrot grob würfeln und in der Milch einweichen. Kalbshackfleisch mit Zwiebel, Knoblauch, eingeweichtem Weißbrot, Ei, Senf, Paprikapulver in eine Schüssel geben, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und vermengen. Aus der Masse 8 Bällchen formen und auf einen Teller geben.

Zwiebel schälen und klein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebelwürfel darin anschwitzen. Mehl zugeben unditerrühren. Ohne Farbe anschwitzen. Nach und nach die Brühe angießen und unter ständigem Rühren aufkochen lassen. Saure Sahne zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Sauce 10 Minuten köcheln lassen. Hackbällchen in die Sauce geben und unter leichtem Köcheln etwa 10 Minuten garen.

Cornichons klein würfeln, Dill waschen, trockentupfen, Stiele entfernen und hacken. Dill und Cornichons zuletzt unter die Sauce mischen.

Die Petersilie waschen, trockentupfen, Stiele entfernen und die Blättchen hacken. Die Kartoffeln abgießen und kurz ausdampfen lassen. 30 g Butter und gehackte Petersilie unterschwenken.

Zum Anrichten die Königsberger Klopse mit der Sauce und den Kartoffeln auf Tellern verteilen.



## ***Tante Annas beschwipster Apfelkuchen von Horst Lichter***

### **Zutaten für vier Portionen:**

|            |  |
|------------|--|
| 200 g      | zimmerwarme Butter                             |
| 500 g      | Instant Mehl                                   |
| 200 g      | Zucker   |
| 3          | Eier   |
| 1 Päckchen | Vanillezucker                                  |
| 75 g       | saure Sahne                                    |
| 2 cl       | Calvados                                       |
|            | abgeriebene Schale einer ungespritzten Zitrone |
| 1 kg       | säuerliche Äpfel                               |
| 50 g       | Zucker   |
| 100 g      | gehackte Mandeln                               |
| 2 cl       | Calvados                                       |
| 50 g       | Butter für die Form                            |
|            | Mehl zum Ausrollen                             |
|            | Puderzucker zum Bestäuben                      |

Außerdem: eine Springform 26 cm

### **Zubereitung:**

Die Butter in kleine Stücke schneiden, mit Mehl, Zucker, Eiern, Vanillezucker, saurer Sahne, Calvados und Zitronenabrieb zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig abdecken und 30 Minuten kühl stellen.

Die Äpfel waschen, schälen, halbieren, Kerngehäuse ausschneiden und in Stücke schneiden. Die Apfelstücke mit dem Zucker und 50 ml Wasser etwa 5 Minuten weichdünsten. Anschließend abgießen und abkühlen lassen.

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Springform mit Butter ausfetten. Die Hälfte des Teiges auf der bemehlten Arbeitsfläche ausrollen, in die Kuchenform legen und die Ränder an den Seiten hochziehen. Nun die abgetropften Äpfel und die Mandeln darauf verteilen. Mit dem Calvados beträufeln. Die zweite Hälfte des Teigs ebenfalls ausrollen und auf die Äpfel legen, gut andrücken.

Im Backofen bei 200° C ca. 30 - 40 Min. backen. Nach dem Backen abkühlen lassen. Den Kuchen mit Puderzucker bestäuben und auf einer Kuchenplatte servieren.