



| Lafer!Lichter!Lecker! – Menü am 17. November 2012 |

1. Vorspeise: *Kartoffel-Sauerkraut-Puffer mit Kräuterquark von Horst Lichter*

Zutaten für vier Personen:

Für die Puffer

200 g	Kartoffeln, festkochend
1	Zwiebel
200 g	Sauerkraut
1	Ei
1 TL	Senf
0,5 TL	Kümmel
1 EL	Mehl
	Salz
	Pfeffer, aus der Mühle
	Muskatnuss
	Butterschmalz, zum Ausbacken

Für den Quark

400 g	Magerquark
100 ml	Milch
2 EL	Olivenöl
1	Limette
1 Bund	Kräuter (z.B. Frankfurter Kräuter)
	Cayennepfeffer

Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen und grob raspeln. Die Zwiebel schälen und klein würfeln. Das Sauerkraut in ein Sieb zum Abtropfen geben. Gut darin ausdrücken und grob hacken. Sauerkraut, Kartoffeln und Zwiebeln in eine Schüssel geben. Ei, Senf, Kümmel und Mehl zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und alles gründlich mischen.

Etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffelmasse in kleinen Portionen in die Pfanne geben, etwas flach drücken und bei mittlerer Hitze goldgelb ausbacken. Wenden und auf der zweiten Seite ebenfalls braten. Die restliche Kartoffelmasse ebenso verarbeiten. Die Puffer nach dem Braten auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Magerquark, Milch und Olivenöl in einer Schüssel verrühren. Die Limette pressen und den Quark mit Limettensaft, Cayennepfeffer, Salz und Pfeffer kräftig würzen. Die Kräuter abbrausen, trocken schütteln und die groben Stiele entfernen. Einige Blätter zum Garnieren beiseitelegen. Die restlichen Blätter fein hacken und unter den Quark mischen.

Die Puffer auf Tellern anrichten, den Kräuterquark dazu servieren und mit einigen frischen Kräuterblättchen garnieren.



1. Hauptgang: *Linseneintopf mit Kasseler von Horst Lichter*

Zutaten für vier Personen:

250 g	Teller Linsen (mit etwa 25 Minuten Garzeit)
1	Lorbeerblatt
2	Zwiebeln
2	Nelken
1	Knoblauchzehe
2 Stiele	Majoran
1 Bund	Suppengemüse (Sellerie, Karotte, Petersilienwurzel, Lauch)
1 Esslöffel	Tomatenmark
50 g	Speck, durchwachsen
150 g	Kasseler Aufschnitt, in dünnen Scheiben
20 g	Butter
4 Scheiben	Bauernbrot, groß
0,5 Bund	Petersilie
	Salz
	Pfeffer, aus der Gewürzmühle
	Zucker, zum Abschmecken
	Weißweinessig, zum Abschmecken

Zubereitung:

Die Linsen in einem Topf knapp mit Wasser bedeckt aufkochen. Eine Zwiebel schälen und mit den Nelken spicken. Die Knoblauchzehe schälen. Zwiebel, Lorbeer, Knoblauch und Majoran zu den Linsen geben und 15 Minuten kochen lassen.

In der Zwischenzeit die zweite Zwiebel schälen und würfeln. Vom Suppengemüse den Sellerie, die Karotten und die Petersilienwurzel putzen, waschen und klein würfeln. Den Speck würfeln und in einer Pfanne langsam auslassen, bis er schön knusprig ist. Das gewürfelte Gemüse zufügen und anschwitzen. Nun das Tomatenmark zugeben und mit anrösten. Alles zu den Linsen geben und weiter kochen lassen.

Den Lauch putzen, waschen und längs in etwa zehn Zentimeter lange Stücke schneiden. Den Kasseler ebenfalls in dünne Streifen schneiden. Beides in einer Pfanne in Butter anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Linsensuppe mit Salz, Pfeffer, Zucker und Essig würzig abschmecken. Die gespickte Zwiebel, den Knoblauch und den Majoran vor dem Servieren entfernen.

Die Suppe in tiefen Tellern anrichten und je eine Portion Kasselerstreifen und Lauch darauf verteilen. Mit frisch gehackter Petersilie bestreuen und mit jeweils einer Scheibe Brot servieren.



2. Hauptgang: ***Rehrücken mit Pumpernickel-Wacholder-Kruste auf Holunder-Steckrüben und Apfel-Rosmarinmus von Johann Lafer***

Zutaten für vier Personen:

Für den Rehrücken

700 g	Rehrücken, ausgelöst
1 EL	Butterschmalz
2 Zweige	Rosmarin
4 Zweige	Thymian
8 Scheiben	Frühstücksspeck
3	Wacholderbeeren
2	Knoblauchzehen
80 g	Pumpernickel
3	Wacholderbeeren
80 g	Butter
	Salz
	Pfeffer

Für das Apfel-Rosmarinmus

4	Äpfel, mürbe
1	Zwiebel
100 ml	Weißwein
30 g	Zucker
2 Zweige	Rosmarin
100 g	Butter
	Chili, aus der Gewürzmühle

Für die Steckrübe

1	Steckrübe, ca. 600 g
2	Schalotten
1 EL	Zuckerrübensirup
20 g	Butter
100 ml	Portwein, rot
150 ml	Holundersaft
	Zucker

Zubereitung:

Den Backofen auf 120°C Umluft vorheizen.

Den Rehrücken von allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne im heißen Butterschmalz mit den Kräutern, Wacholder, Knoblauch und Speckscheiben rundum anbraten. Auf ein mit Alufolie ausgelegtes Backblech geben und im Backofen 10 bis 14 Minuten garen.

Für die Kruste den Pumpernickel und die Wacholderbeeren in einer Küchenmaschine zermahlen.



80 Gramm Butter in einer Schüssel schaumig schlagen. Den Pumpernickel zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und verrühren. Die Masse in einem Gefrierbeutel etwa drei Millimeter dick ausrollen und zum Festwerden in den Kühlschrank legen.

Die Äpfel waschen, die Zwiebel schälen und anschließend beides grob würfeln. In einen Topf mit Weißwein, Zucker und einem Rosmarinzweig geben und bei geschlossenem Deckel 15 Minuten kochen lassen. Danach die Apfel- und Zwiebelstücke in ein feines Sieb zum Abtropfen geben. Den Apfelsud anderweitig verwenden.

Die Apfel- und Zwiebelstücke durch das Sieb oder durch die flotte Lotte streichen und in den Topf zurückgeben. 100 Gramm Butter nach und nach unter das heiße Püree rühren, so dass sie langsam schmilzt und das Püree bindet. Das Apfelmus mit Salz, Pfeffer und etwas Chili würzen. Zuletzt nochmals einige Rosmarinnadeln klein schneiden und unterrühren.

Die Steckrübe waschen, schälen und in zwei Zentimeter große Würfel schneiden. Die Schalotten schälen und klein würfeln. 20 Gramm Butter in einem Topf erhitze und das Gemüse darin anschwitzen. Mit rotem Portwein ablöschen und verkochen lassen. Zuckerrübensirup und Holundersaft angießen, mit Salz, Pfeffer würzen und die Steckrüben im Sud bei mittlerer Hitze weich garen.

Die Kruste in fünf Zentimeter breite Streifen schneiden und die Folie entfernen. Auf das Fleisch legen, im Backofen bei Grillfunktion (oder 220°C Oberhitze) für fünf bis acht Minuten gratinieren.

Das Fleisch in Stücke schneiden, salzen und auf den Steckrüben anrichten. Das Apfelpüree als Nocke daneben setzen und mit etwas Holundersud beträufeln.



Dessert: *Birnen-Pistazienstrudel mit Rum-Eis von Johann Lafer*

Zutaten für vier Personen:

Für den Teig

200 g	Mehl
3 EL	Pflanzenöl
1 Prise	Salz
	Mehl, zum Ausziehen des Teiges

Für das Eis

100 g	Rosinen
50 ml	Rum
100 g	Zucker
250 ml	Sahne
250 ml	Milch
6	Eier

Für die Strudelfüllung

8	Birnen
1	Zitrone
50 g	Butter
60 g	Semmelbrösel
60 g	Pistazien
80 g	Zucker
1 TL	Zimt
80 g	Butter, zum Bestreichen
	Mehl, für die Arbeitsfläche
	Puderzucker, zum Bestäuben

Für die Sabayon

150 ml	Milch
100 g	Mandelblättchen
1	Vanilleschote de Tahiti
4	Eier
80 g	Zucker
2 cl	Amaretto

Zubereitung:

Für den Teig das Mehl, zwei Esslöffel Öl, eine Prise Salz und 120 Milliliter lauwarmes Wasser in die Knetschüssel der Küchenmaschine geben und zu einem glatten Teig verkneten. Zehn Minuten lang kräftig durchkneten lassen. Anschließend den Teig zu einer Kugel formen, mit einem Teelöffel Öl bestreichen, mit Frischhaltefolie abdecken und zwei Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.

Für das Eis die Rosinen mit dem Rum und 50 Gramm Zucker aufkochen und 30 Minuten ziehen lassen. Die Eier trennen und die Eigelbe in eine Schüssel geben. Milch und Sahne mit 50 Gramm Zucker zusammen aufkochen. Die Eigelbe mit einem Teil der heißen Milchlösung verrühren. Nun die Eimischung zur heißen Milch geben und



unterrühren. Den Topf auf den Herd stellen und bei mittlerer Hitze unter Rühren auf 75 Grad erwärmen. (Am besten mit einem Thermometer kontrollieren.)

Die Masse anschließend durch ein Sieb in eine Schüssel gießen und abkühlen lassen. Die Eismasse in die Eismaschine füllen und cremig gefrieren lassen. Sobald das Eis gefroren ist, die Rumrosinen zugeben und das Eis rühren.

Die Birnen waschen und schälen. Das Kerngehäuse ausstechen und das Fruchtfleisch in dünne Scheiben schneiden. Die Zitrone auspressen und die Birnen damit marinieren.

Die Pistazien hacken. 50 Gramm Butter in einer Pfanne schmelzen und die Semmelbrösel und Pistazien darin anrösten. Zucker darüber streuen und leicht karamellisieren lassen. Zimt zufügen und abkühlen lassen.

Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) erhitzen.

Den Teig aus der Folie wickeln und auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen. Den Teig mit dem Handrücken von der Mitte aus dünn über einem sauberen, leicht bemehlten Küchentuch ausziehen. (Wenn man das Muster des Küchentuchs erkennen kann, ist der Teig dünn genug.)

80 Gramm Butter zerlassen und den Strudelteig dünn damit bestreichen. Den Teig anschließend längs bis zur Hälfte mit der Semmel-Mischung bestreuen. Die Birnen gleichmäßig darauf verteilen, Seitenränder von vier Zentimetern einschlagen. Das Tuch am Rand leicht anheben und den Strudel vorsichtig aufrollen. Dann auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen, erneut mit der flüssigen Butter bestreichen und auf der mittleren Schiene im vorgeheizten Backofen 20 bis 25 Minuten backen.

Für die Sabayon die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark auskratzen. Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten. Die Milch mit den Mandeln, dem Vanillemark und der Schote aufkochen und 30 Minuten ziehen lassen. Die Eier trennen. Die Eigelbe mit dem Zucker in eine Schüssel geben und verrühren. Die heiße Mandelmilch durch ein Sieb zu den Eigelben gießen und über einem heißen Wasserbad nun solange aufschlagen, bis die Masse eine dicklich, cremige Konsistenz hat.

Die Sabayon anschließend vom Wasserbad nehmen. Dabei etwas weiterschlagen, damit die Sabayon nicht gerinnt. Zuletzt den Amaretto unterrühren.

Den Strudel noch warm in Stücke schneiden, mit Puderzucker bestäuben, nochmal kurz unter dem Backofengrill (220°C) karamellisieren und auf Tellern anrichten. Je eine Kugel Rum-Eis und die Sabayon dazu servieren.