



| Kerner's Köche – Menü am 03.03.2018 |
Mit Johann Lafer, Sarah Wiener, Meta Hildebrand, Alexander Kumptner



Vorspeise: Johann Lafer

Blumenkohl »Couscous« mit Lammschaschlik

Zutaten für 4 Personen

- Für den Blumenkohl:** Den Blumenkohl waschen, putzen und in Röschen teilen. Die Blumenkohlröschen und je nach Geschmack eine Zehe Knoblauch und eine Schalotte zusammen mit Currypulver in die Küchenmaschine geben und so lange zerkleinern, bis es feinkrümelig ist.
- 1 kleiner Blumenkohl (etwa 400 g)
 - 1 Zehe Knoblauch
 - 1 Schalotte
 - 2 TL Currypulver
 - 2 EL Olivenöl
 - 2 EL Weißweinessig
- Den Blumenkohl in eine Pfanne geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Öl anrösten. Eine Frühlingszwiebel in Ringe schneiden und unter das Blumenkohl Couscous rühren. Mit etwas Honig, Essig, Harissa und einer gehackten Chilischote und Koriander würzen.
- Die Cashewkerne grob hacken und in einer Pfanne ohne Fettzugabe anrösten oder die ganzen Kerne im Ofen rösten und im Anschluss grob hacken.
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
 - 1 Bund Frühlingszwiebeln
 - Honig
 - Harissa Gewürzmischung
 - 1 Chilischote
 - ½ Bund Koriander
 - 50 g Cashewkerne
 - ½ Granatapfel
- Die Kerne aus dem Granatapfel lösen und mit den Cashewkernen zum Blumenkohl geben.

- Für das Lammschaschlik:** Den Koriander waschen, trockentupfen und die Blätter abzupfen. Die Lammlachse längs in dünne (etwa 0,5 - 1 cm) Scheiben schneiden und etwas platt drücken. Das holzige Ende der Rosmarinzwige schräg anschneiden. Die Fleischscheiben eng auf die Rosmarinzwige stecken und in eine flache Schale legen. Die Schalotte und den Knoblauch schälen und kleinwürfeln. Die Schalotten- und Knoblauchwürfel zusammen mit der Sojasauce, dem Zucker und dem Olivenöl verrühren. Die Schaschliks damit marinieren. Eine Grillpfanne stark erhitzen. Die gut abgetropften Schaschliks von jeder Seite etwa 30 Sekunden anbraten. Die Marinade angießen, unterschwenken und einkochen lassen.
- ½ Bund Koriander
 - 2 Lammlachse
 - 4 holzige Zweige Rosmarin
 - 1 Schalotte
 - 1 Knoblauchzehe
 - 4 EL Sojasauce
 - 1 EL Rohrohrzucker
 - 1 EL Olivenöl
 - 1 Bund Frühlingslauch

Den Blumenkohl »Couscous« abschmecken und mit den Lammschaschliks anrichten. Den Sud darüber träufeln und mit dem Koriander und frischem Frühlingslauch bestreuen.



Zwischengang: Sarah Wiener

Grüne Erbsensuppe mit geräuchertem Bachsaibling, Apfel und Sellerie

Zutaten für 4 Personen

- Für die Suppe:** Die Erbsen mit Milch und Sahne für etwa 5-6 Minuten kochen lassen und danach mit der Butter in einer Küchenmaschine sehr fein pürieren. Die Suppe zurück in den Topf geben. Ist sie noch zu kompakt, etwas Milch dazugeben. Mit Kardamom, Salz und Pfeffer abschmecken.
- 125 g frische grüne Erbsen (alternativ Tiefkühlerbsen)
 - 400 ml frische Vollmilch
 - 50 ml frische Sahne
 - 40 g Butter
 - ½ TL gemahlener Kardamom
 - unbehandeltes Salz
 - schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- Für das Tatar:** Apfel, Sellerie und Saiblingsfilet putzen und sehr fein würfeln. Abrieb und Saft der Zitrone dazugeben. Den Schnittlauch in feine Ringe schneiden und zusammen mit der Crème fraîche zum Saibling geben. Gut vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- ½ Apfel
 - 1 Stange Sellerie
 - 100 g geräuchertes Bachsaiblingsfilet, ohne Haut und Gräten
 - Saft und Abrieb von ½ unbehandelten Zitrone
 - ½ Bund Schnittlauch
 - 1 EL Crème fraîche
- Mit Hilfe von zwei Esslöffeln vier Nocken formen und in die Mitte der vorgewärmten tiefen Teller setzen. Die Suppe vorsichtig angießen, sodass die Nocken noch aus der Suppe schauen.
- Mit dem Leinsamenöl, den Borretschblüten und frischem Pfeffer garnieren.
- 4 TL frisches Leinsamenöl
 - 20 Borretschblüten



Hauptspeise: Meta Hildebrand

Lachs mit Feige und einem Baumnuss-Oliven-Pesto – dazu Knusperbrot

Zutaten für 4 Personen

Für den Lachs: Das Lachsfilet in Olivenöl kurz anbraten, sodass es in der Mitte roh bleibt. 4 Tranchen Lachsfilet ohne Haut Etwas salzen und pfeffern.

(ca. 150 g pro Person)

Olivenöl

Salz

Pfeffer

4 Feigen

0,5 dl Portwein

Fleur de Sel

1 EL Honig

Die Feigen in Tranchen schneiden. Den Portwein und den Honig in eine beschichtete Pfanne geben. Etwas Fleur de Sel dazugeben und aufkochen. Die Feigenscheiben hineinlegen und zur Seite ziehen.

Für das Knusperbrot: Das Brot schneiden, mit Olivenöl beträufeln und die Kräuter darüberstreuen. Im Ofen bei 180 Grad für etwa 10 Minuten backen.

1 Baguette

Olivenöl

Kräuter

Für das Baumnuss-Olivenöl- Die Nüsse in einer Pfanne anrösten.

Pesto:

¼ Bund Petersilie

80 g Baumnüsse (Walnüsse)

80 g schwarze Oliven

40 g Parmesan, gerieben

100 ml Olivenöl

1 EL Honig

Salz

Anschließend die Nüsse mit den Oliven, dem Parmesan, dem Olivenöl, Honig, Salz und der Petersilie in einen Mixer geben und pürieren.

Den Fisch auf einen Teller legen und die Feigen darauf geben. Aus dem Pesto Nocken formen und ebenfalls auf den Fisch geben. Mit Petersilie garnieren, das Salz darüber geben und sofort servieren.

Dazu kann man das Knusperbrot servieren. Nach Geschmack passen auch Butternudeln oder man isst den Fisch einfach ohne eine Beilage.



Dessert: Alexander Kumptner

Orangensoufflé mit Zitrusfrucht-Salat und griechischem Joghurt-Eis

Zutaten für 4 Personen

Für das Orangensoufflé: Für das Orangesoufflé den Orangensaft mit Stärke und Orangenlikör und den Zesten einer Orange zu einer dicken Creme einkochen. Die Eiweiße steif schlagen und nach und nach den Zucker dazugeben. Die Soufflé-Formen leicht ausbuttern und mit Zucker bestreuen. Jetzt nach und nach den Eischnee unter die lauwarmer Orangencreme heben. Diese Masse in die Soufflé-Formen füllen und bei 175 Grad (Umluft) ca. 10 Minuten backen.

- 250 ml Orangensaft
- 25 g Kartoffelstärke
- 20 ml Orangenlikör
- 240 g Eiweiß
- 100 g Zucker
- Etwas Butter
- 1 Orange

Für den Zitrusfrucht-Salat: Für den Zitrusfrucht-Salat alle Früchte fein filetieren und mit etwas Kirschlikör, Puderzucker und fein geschnittenem Basilikum marinieren.

- 1 Orange
- 1 Pink Grapefruit
- 1 Zitrone
- Etwas Puderzucker
- 5 Blätter Basilikum
- 2 EL Kirschlikör

Für das Joghurt-Eis: Für das Eis alle Zutaten miteinander verrühren, in die Eismaschine füllen und cremig frieren lassen.

- 500 g Griechischer Joghurt
- 100 g Puderzucker
- 115 g Quark
- 50 g Sahne
- 80 g Milch

Den Zitrusfrucht-Salat in Dessertschalen geben und eine Nocke Eis daraufsetzen. Das Orangensoufflé separat servieren.