

Kürbis-Orangen-Suppe

4 Personen

1kg	Kürbis (mit Schale gewogen)
100 g	Schalotten
1	Knoblauchzehe
1 kl. Stück	frischer Ingwer (ca. 30 g)
4	Strauchtomaten
6	getrocknete Tomaten
1 ½ EL	Butter
	Salz
	weisser Pfeffer
	Saft von 4 Orangen
800 ml	Gemüsefond (oder Tomaten-Consommè)
½ TL	Zucker
	Kürbiskerne

Kürbisfruchtfleisch in etwa 1 cm breite Streifen oder Stücke schneiden. Schalotten in Ringe schneiden, Knoblauch und Ingwer fein hacken.

Frische Tomaten häuten entkernen und würfeln. Getrocknete Tomaten mit heißem Wasser übergießen und klein schneiden.

Kürbisstücke und Schalotten in Butter rasch anbraten. Knoblauch, Ingwer und alle Tomaten dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen, mit Orangensaft ablöschen und etwas einköcheln lassen. Gemüsefond angießen, aufkochen und 15 - 20 Minuten leicht köcheln lassen.

Suppe mit Salz und Zucker abschmecken und nach belieben mit Kürbiskernen bestreuen.

Zubereitungszeit ca. 40 Minuten.

Wirsingbällchen mit Fisch gefüllt

Für 4 Portionen (oder 8 Portionen als Zwischengericht)

1	mittelgroße Zwiebel	300 ml	trockener Wermut
	Salz	250 g	Lachsfilet
	weißer Pfeffer aus der Mühle	350 g	Rotbarschfilet
½	unbehandelte Zitrone für geriebene Zitronenschale		Saft zum Abschmecken
2	Eiweiß	125 g	Crème Double
1	mittelgroßer Wirsing	50 g	weiche Butter
400 ml	Fischfond	1 TL	Mehl
	Schnittlauch		

Zubereitung:

1. Zwiebel fein würfeln und in 150 ml Wermut mit einer Prise Salz so lange kochen, bis alle Flüssigkeit verdampft ist. Sehr kalt stellen.

2. Lachsfilet in etwa 7 mm große Würfel schneiden. Anschließend würzen und kalt stellen.

3. Restliche Gräten aus dem Rotbarsch entfernen. Filet würfeln und auf Teller ausbreiten. Mit Salz, Pfeffer und Zitronenschale bestreuen und mit Zitronensaft beträufeln. Dann mit den Zwiebeln, dem Eiweiß und 50 g Crème Double fein pürieren. Masse mit den Lachswürfeln vermengen und kalt stellen.

4. Für ein Wasserbad kaltes Wasser und einige Eiswürfel in eine große Schüssel füllen. Vom Wirsing zuerst die harten, dunklen Blätter entfernen, dann 16 größere hellgrüne Blätter abtrennen unter kaltem Wasser abspülen. Die Blätter in einen gelochten Garbehälter geben, zum Blanchieren in den Garraum schieben. Anschließend in Eiswasser erkalten lassen.

Einstellung: Miele: Garen Gemüse 95°C / Gaggenau: auf Dampfgarstufe vorheizen und auf Dampfgarstufe garen

Garzeit: 3 - 4 Min.

5. Wirsingblätter gut abtropfen lassen und mit einem Küchentuch trocken tupfen. Dicke Mittelrippen flach schneiden.

6. Jeweils 2 Blätter überlappend auf die Arbeitsfläche legen. Leicht mit Salz bestreuen. Fischfarce in die Blätter wickeln und dicht nebeneinander in einen ungelochten Garbehälter legen und mit Butter bepinseln. ½ Tasse Fischfond dazugießen und wie angegeben garen.

Einstellung: Miele: Garen Fisch 85°C / Gaggenau: auf Dampfgarstufe vorheizen und auf Dampfgarstufe garen

Garzeit: 10 -12 Min.

7. Für die Sauce den restlichen Fischfond mit dem restlichen Wermut auf 300 ml offen einkochen. Die restliche Crème Double mit Mehl verrühren und die Sauce damit binden.

8. Wirsingbällchen aus dem Dampfgarer nehmen und zugedeckt ziehen lassen.

9. Sud aus der Form zur Sauce gießen. Mit Pfeffer und Zitronensaft abschmecken und noch etwas einkochen lassen.

10. Sauce auf vorgewärmte Teller gießen, darauf die Bällchen legen, evt. jeweils eins davon aufschneiden. Mit 3 – 4 kleinen Schnittlauchhalmen garnieren.

Beilage als Hauptgericht: Bandnudeln oder Reis

Tipp: Alle Zutaten und die Geräte für die Fischfarce sollten immer recht kühl sein, damit das Eiweiß in der Masse erst beim Garen bindet und zusammenhält.

Gebratene Entenbrust an Selleriepüree mit geblätterm Rosenkohl

Zutaten für 4 Personen:

2	Entenbrüste Salz und Pfeffer oder Grillgewürz
700 g	Sellerieknolle
70 g	Butter
350 g	Rosenkohl Salz, Pfeffer und Muskat
2	Schalotten
10 g	Butter
6 cl	Rotwein
½ L	Geflügel oder Kalbsfond aus dem Glas
1 EL	Hagebuttenmark Salz, weisser Pfeffer aus der Mühle
20 g	geklärte Butter

Entenbrust auf der Hautseite leicht einschneiden (aber nicht ins Fleisch schneiden) und mit den Gewürzen bestreuen. Auf einen Gitterrost (mit Fettpfanne darunter) legen und im Combidampfbackofen:

1. Schritt 12 Minuten bei 100°C und 100% Feuchte
2. Schritt 6 Minuten bei 210°C und 20 - 30% Feuchte
3. Schritt 15 Minuten bei 80°C und 20 – 30 % Feuchte backen.

Vor dem Servieren auf der Hautseite in geklärter Butter anbraten.

Sellerie schälen, in Würfel schneiden und in einem Topf knapp mit Wasser bedecken. Sellerie im Wasser weich garen. Das Wasser abgiessen, Butter hinzufügen und anschliessend mit dem Pürierstab fein pürieren. Sellerie mit Salz und Pfeffer und wenig Muskat abschmecken und kurz vor dem Servieren erhitzen.

Rosenkohl in einzelne Blättchen zerteilen.

Im Dampfgarer ca. 1 Minute bissfest blanchieren. In zerlassener Butter schwenken und mit Salz und Pfeffer würzen.

Schalotten abziehen, fein würfeln und in der erhitzten Butter anbraten. Mit Rotwein und Fond auffüllen und 30 Min. bei milder Hitze köcheln lassen. Durch ein Sieb passieren. Hagebuttenmark in den Saucenfond einrühren und auf die gewünschte Konsistenz einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Anrichten: Selleriepüree als Nocken auf den vorgewärmten Teller geben. Die Entenbrüste schräg aufschneiden und dazulegen. Den auslaufenden Entensaft unter die Sauce rühren und gleich auf die Teller verteilen. Rosenkohlblättchen dazugarnieren.

Kürbis - Flammkuchen

Zutaten für 4 Personen:

500 g Ciabatta-Brotbackmischung
600 g Kürbis
8 Frühlingszwiebeln
300 g Ziegenfrischkäse
6 EL Milch
Salz
Pfeffer
160 g Speck

Zubereitung:

Teig , nach Packungsanweisung zubereiten oder eigenen Teig nach Grundrezept Flammkuchen / Pizza herstellen.

Kürbisse schälen, entkernen und das Fruchtfleisch fein hobeln. Frühlingszwiebel schräg in dünne Ringe schneiden. Ziegenkäse und Milch verrühren und die grünen Zwiebelröllchen untermischen.

Teig in 4 Portionen teilen und auf der Arbeitsplatte dünn ausrollen. Teigfladen auf einen bemehlten Holzschieber legen. Mit einen 4tel des Käses bestreichen und je mit einem 4tel vom Kürbis und den weissen Frühlingszwiebeln belegen. Salzen, pfeffern und mit 1 EL Öl beträufeln.

Flammkuchen auf den vorgeheizten Stein geben und backen. (4 – 14 Minuten, je nach Backofen) Nach dem Backen mit 40 g Speck belegen

Creme Caramel

6 Portionen

Karamell

100 g Zucker
1/8 l Wasser

Flanmasse

500 ml Milch
1 Vanilleschote
1 Zimtstange
1 EL Speisestärke
2 EL Milch
2 Eier (Klasse M)
2 Eigelb
80 g Zucker

Zucker in einen Topf geben und goldbraun karamellisieren. Wasser vorsichtig einrühren. Den Karamell in sechs Souffléförmchen (oder kleine Tassen) gießen und erstarren lassen.

Vanilleschote aufschlitzen und mit der Zimtstange und dem 1/2 l Milch in ein Gargefäß geben. Das Gargefäß auf den Rost stellen und in den Garraum schieben.

Einstellung: Garen Universal 100 °C (Damfgarer)
Garzeit: 6 Min.

Zimtstange und Vanilleschote aus der Milch nehmen, Mark der Vanilleschote der Flüssigkeit zufügen.

Speisestärke mit 2 EL Milch anrühren, in die heiße Milch geben.

Eier und Eigelb mit dem Zucker schaumig schlagen, die Milch zufügen, in die vorbereiteten Souffléförmchen verteilen, mit Folie zudecken, auf den Rost stellen und wie angegeben garen.

Einstellung: Garen Universal 90 °C (Damfgarer)
Garzeit: 30 - 35 Min.

Nach dem Garen einige Minuten ruhen lassen, dann rundherum mit einem Messer lösen und den Flan auf Teller stürzen. Mit frischen Früchten der Saison garnieren.