

Wärmendes Mittelmeer für den kalten Ellerauer Herbst!
19. September 2011

Kürbispüree

Überbackene Jakobsmuscheln

Steinbutt mit Pfifferlingen

Geschmorte Maispoularde mit Paprika und Oregano

Zwetschgen-French-Toast

Kürbispüree

(für 4-6 Portionen)

800 g Hokaido-Kürbis
10 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer
30 g Kürbiskerne
3 Stiele Petersilie
1 Stiel Basilikum
1 Knoblauchzehe
25 g geriebenen Parmesan
100 ml Schlagsahne
1-2 EL Zitronensaft

1. Kürbis vierteln, entkernen. Mit der Schale nach unten auf ein Blech legen. Mit 2 EL Öl beträufeln, salzen, pfeffern. 1 Tasse Wasser auf das Blech geben, mit Alufolie verschließen. Kürbis im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad 30 Minuten backen.
2. Kerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, mit Kräutern, Knoblauch und restlichem Öl pürieren. Parmesan unterheben, salzen und pfeffern.
3. Kürbis mit Sahne und Zitronensaft pürieren. Mit dem Pesto in Gläser schichten.

Überbackene Jakobsmuscheln

(für 4 Portionen)

4 Jakobsmuscheln
1 Schalotte
100 g Champignons
50 g Butter
1 EL gehackte Petersilie
2 EL Mehl
½ Tasse Weißwein
1 Eigelb
4 EL Semmelbrösel
2 EL Butter

1. Die Muscheln wie Austern öffnen. Das helle Muschelfleisch und den orangeroten Corail – die Geschlechtsorgane – von den sie umgebenden dunklen Schleimhäuten lösen und in wenig kochendem Wasser 3 Minuten blanchieren. Die Muschelschalen etwa 10 Minuten auskochen.
2. Das Muschelfleisch abtropfen lassen; in kleine Stücke teilen. Vom Blanchierwasser ½ Tasse abmessen. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Die Schalotte schälen und fein würfeln. Die Champignons putzen, waschen und in Scheiben schneiden.
3. Die Schalottenwürfel in der Butter glasig braten, die Champignons und die Petersilie zugeben und anbraten. Das Mehl darüber stäuben, hellbraun anbraten und nach und nach mit dem Muschelsud ablöschen. Den Weißwein unterrühren, die Sauce 2 Minuten kochen lassen und vom Herd nehmen. Das Eigelb unterziehen und das Muschelfleisch unterheben.
4. Die Masse in die Muschelschalen verteilen, mit Semmelbröseln bestreuen und mit Butterflöckchen belegen. 10 Minuten im Ofen überbacken.

Steinbutt mit Pfifferlingen

(für 4 Portionen)

500 g Pfifferlinge
1 rote Paprikaschote
1 gelbe Paprikaschote
1 unbehandelte Zitrone
2 Knoblauchzehen
100 g Schalotten
1 rote Chilisschote
1 EL Olivenöl
1 EL Zucker
Meersalz
30 g gehackte Mandeln
40 g Chorizo
1 EL frische Rosmarinnadeln
4 Steinbuttfilets ohne Haut
Salz
1 EL rosenscharfes Paprikapulver

1. Die Pfifferlinge mit einem Pinsel putzen. Im stehenden Wasser kurz waschen, gut abtropfen lassen und auf ein Küchentuch legen. Die Stielenden abschneiden, größere Pilze halbieren oder vierteln.
2. Paprika vierteln, putzen und mit der Hautseite nach oben auf ein Backblech legen. Unter dem Grill auf der obersten Schiene 8-10 Minuten grillen, bis die Haut schwarze Blasen wirft. 10 Minuten mit einem feuchten Tuch bedecken, dann häuten. Paprika in kleine Würfel schneiden.
3. $\frac{1}{2}$ Zitrone in dünne Spalten schneiden, aus der anderen Hälfte 2 EL Saft auspressen. Knoblauch fein hacken. Schalotten fein würfeln. Chilischote putzen, entkernen und fein hacken. Schalotten, Chili und $\frac{2}{3}$ vom Knoblauch in 4 EL Öl andünsten. Zuerst Zucker und Zitronensaft, dann die Paprikawürfel untermischen. Mit Meersalz würzen und abkühlen lassen.
4. Die gehackten Mandeln in 1 EL Olivenöl goldbraun rösten, den restlichen Knoblauch zugeben und kurz farblos mitrösten. Leicht mit Meersalz würzen und beiseite stellen. Chorizo pellen und fein würfeln. Rosmarin fein hacken.
5. Die Steinbuttfilets salzen und in 3 EL heißem Olivenöl auf der Grätenseite zuerst bei starker Hitze 3 Minuten goldbraun braten. Dann wenden und 1 Minute braten. Dann die gehackten Mandeln darüber verteilen.
6. Möglichst gleichzeitig die Pfifferlinge in einer großen Pfanne im restlichen Olivenöl 2 Minuten anbraten, dabei wenig rühren. Chorizo, Paprikapulver, Rosmarinnadeln und Zitronenscheiben zugeben und etwa 1 Minute weiter braten. Die Pilze zum Schluss leicht salzen.
7. Steinbutt auf dem Paprikagemüse anrichten, die Pfifferlinge darauf verteilen. Dazu passt geröstetes Brot mit Knoblauch-Petersilienöl.

Geschmorte Maispoularde mit Paprika und Oregano

(für 4 Portionen)

1 Maispoularde, ca. 1,6 kg
10 EL Olivenöl
200 ml Weißwein
250 ml Geflügelfond
2 Lorbeerblätter
Saft von 1 Zitrone
10 g Butter
salz, Pfeffer
250 g weiße Zwiebeln
500 g mittelgroße Strauchtomaten
800 g gelbe und rote Paprikaschoten
1 Knoblauchknolle
10 Stiele Oregano

1. Den Bürzel des Huhns abschneiden, die Bauchhöhle mit Küchenpapier abtupfen, das Huhn portionieren. Dafür die Keulen von der Brust trennen und jeweils am Gelenk halbieren. Huhn der Länge nach mit einem schweren Messer halbieren, das Rückgrat und die Flügelspitzen klein hacken und beiseite stellen. Die Brust mit Knochen quer in 3 Stücke teilen, dabei evtl. vorhandene Knochensplinter entfernen. Bis zum Gebrauch abgedeckt feucht kalt stellen.
2. 2 EL Olivenöl in einem schweren Topf erhitzen, die klein gehackten Knochen darin bei mittlerer Hitze 8-10 Minuten dunkelbraun rösten. Mit dem Wein ablöschen und zur Hälfte einkochen lassen. Fond, Lorbeer, Zitronensaft und Butter dazugeben und 10 Minuten bei milder Hitze kochen. Dann in ein feines Sieb gießen, abtropfen lassen und den Fond auffangen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Zwiebeln in feine Streifen schneiden. Tomaten waschen, den Stielansatz keilförmig ausschneiden, vierteln und entkernen. Paprika waschen, putzen, halbieren und entkernen. Paprikahälften mit der Hautseite nach oben auf ein Backblech legen und unter dem vorgeheizten Backofengrill 6-8 Minuten grillen, bis die Haut schwarze Blasen wirft. Ausdämpfen lassen und Haut abziehen. Paprika in grobe Stücke schneiden, Knoblauchknolle mit Schale quer halbieren.
4. 4 EL Öl in einem Topf erhitzen, die Hühnerteile darin mit der Hautseite nach unten bei nicht zu starker Hitze 2-3 Minuten anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Stücke wenden, 1 Minute weiter braten, herausnehmen.
5. Restliches Öl in den Topf geben, Zwiebeln und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze 5-6 Minuten leicht braun werden lassen. Zwiebeln und Knoblauch in eine Auflaufform oder einen flachen Bräter geben und mit dem Hühnerfond auffüllen.
6. Hühnerteile auf die Zwiebeln legen und im vorgeheizten Ofen auf der 2. Schiene von unten 25 Minuten bei 180 Grad garen. Paprika und Tomaten unterheben und mit Alufolie bedeckt weitere 10 Minuten garen.
7. Form herausnehmen. Huhn und Gemüse mit abgezupften Oreganoblättchen bestreuen, servieren.

Zwetschgen-French-Toast

(für 4 Portionen)

400 g Zwetschgen
80 g Zucker
1 kleine Zimtstange
250 g Kastenweißbrot, vom Vortag
150 ml Milch
100 ml Sahne
1 Ei
1 Eigelb
100 g Semmelbrösel
Zimtpulver
100 g Creme fraiche
2 TL Puderzucker
½ TL abgeriebene Zitronenschale
5 EL Öl

1. Zwetschgen waschen, entsteinen und klein schneiden. Mit 30 g Zucker mischen und mit der Zimtstange in einem Topf bei sehr milder Hitze langsam aufkochen. dann offen bei milder Hitze 30 Minuten mussartig einkochen lassen. Zwetschgenmuss abkühlen lassen.
2. Weißbrot in 8 Scheiben a' 30 g schneiden und die Rinde nur ganz knapp abschneiden. Die Hälfte der Scheiben auf einer Seite mit dem Mus bestreichen. Die restlichen Brotscheiben darauf legen und gut andrücken. Die Brote in Folie wickeln und 30 Minuten kalt stellen.
3. 3 Arbeitsschalen bereitstellen. In der ersten 100 ml Milch mit Sahne, Ei, Eigelb und 10 g Zucker verquirlen. In der zweiten die Semmelbrösel verteilen und in der dritten den restlichen Zucker mit Zimt mischen.
4. Creme fraiche mit der restlichen Milch, Puderzucker und Zitronenschale glatt rühren. Bis zum Servieren kalt stellen.
5. Brot auspacken und halbieren. Zuerst 30 Sekunden in der Eimasse, dann in den Bröseln wenden. Brösel gut andrücken. Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen und die Brote darin bei mittlerer Hitze goldbraun braten. Ganz leicht im Zimtzucker wenden. und sofort mit der Sauce servieren.