

**Zander, Kalb und Kabeljau, kocht der Mann für seine
Frau!
30. Januar 2012**

Zander-Tatar mit Gemüse-Vinaigrette

Gemüseintopf mit Champignon-Vinaigrette

Kabeljau auf Wurzelgemüse mit Petersilienkartoffeln

Zürcher Geschnetzeltes auf Neu mit Rösti

Mandelauflauf

Zander-Tatar mit Gemüse-Vinaigrette

(für 4 Portionen)

Knusprige Rote-Bete-Streifen:

400 g Rote Bete

Öl zum Frittieren

Gemüse-Vinaigrette:

50 g Möhren

30 g Knollensellerie

50 g Lauch

6 EL Distelöl

1-2 EL Walnussöl

4-5 EL Sherryessig

Salz, Pfeffer

Zander-Tatar:

60 g Schalotten

10 g Butter

300 g sehr frisches Zander-Filet, ohne Haut

2 EL trockener Weißwein

1 TL Estragon-Senf

Salz, Pfeffer

! kleines Bund Schnittlauch

1. Für die Rote-Bete-Streifen die Rote Bete schälen und in dünne Scheiben hobeln. Die Scheiben in feine Streifen schneiden. Rote-Bete-Streifen portionsweise in 170 Grad heißem Öl in 3-4 Minuten knusprig frittieren. Rote-Bete-Streifen gut abtropfen lassen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
2. Für die Gemüse-Vinaigrette Möhren und Sellerie schälen und in feine Würfel schneiden. Lauch putzen, waschen und ebenfalls fein würfeln. 3 EL Distelöl in einer Pfanne erhitzen und darin Möhren und Sellerie bei mittlerer Hitze 1-2 Minuten dünsten. Dann Lauch zugeben und kurz anschwitzen. Vom Herd nehmen, das restliche Distelöl, Walnussöl und Sherryessig zugeben und verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Für das Tatar Schalotten fein würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Abkühlen lassen. Die Fischfilets entgräten und in ca. 0,5 cm kleine Würfel schneiden. Die Schalotten mit Weißwein und Senf unter das Tatar mischen. Tatar mit etwas Salz und Pfeffer würzen.
4. Tatar portionsweise auf flachen Tellern mit Gemüse-Vinaigrette und Rote-Bete-Streifen anrichten. Mit fein geschnittenem Schnittlauch bestreuen und servieren.

Gemüse Eintopf mit Champignon-Vinaigrette

(für 4-6 Portionen)

Eintopf:

80 g Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
150 g Bundmöhren
150 g Knollensellerie
150 g Topinambur
8 Stiele Thymian
4 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer, Zucker
1 EL Tomatenmark
500 ml Gemüsefond
2 EL Weißweinessig
100 g Muschelnudeln, Gnocchi sardi

150 g Porree

Vinaigrette:

80 g Champignons
60 g Schalotten
½ Bund Schnittlauch
2-3 EL Weißweinessig
8 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer, Zucker

1. Zwiebeln fein würfeln. Knoblauch fein hacken. Möhren, Sellerie und Topinambur putzen, schälen und in 1 cm dicke Würfel schneiden. Thymian in einen Teebeutel stecken..
2. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten glasig dünsten. Möhren, Sellerie und Topinambur zugeben und weitere 5 Minuten dünsten, dabei mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Tomatenmark einrühren und ca. 30 Sekunden anbraten. Gemüsefond, Weißweinessig und Thymian zugeben und offen 15 Minuten bei milder Hitze kochen lassen. Die Nudeln zugeben und ca. 15 Minuten kochen, evtl. leicht nachsalzen. Inzwischen Porree putzen, längs halbieren, gründlich waschen und nur das Weiße und Hellgrüne in ½ cm dünne Streifen schneiden.
3. Für die Vinaigrette die Champignons putzen und den Stiel entfernen. Pilzköpfe fein würfeln. Schalotten fein würfeln. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. In einer Schüssel Weißweinessig, 3 EL Wasser und Olivenöl verrühren, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.. Champignons, Schalotten und Schnittlauch unterheben.
4. Vor dem Servieren den Teebeutel mit dem Thymian entfernen. Porreestreifen unter den Eintopf heben und weitere 1-2 Minuten kochen. Eintopf in vorgewärmte Suppenteller füllen, mit etwas Vinaigrette beträufeln und servieren. Die restliche Champignon-Vinaigrette getrennt dazu servieren.

Kabeljau auf Wurzelgemüse mit Petersilienkartoffeln

(für 4 Portionen)

1,4 kg Kabeljau

Marinade:

saft von ½ Zitrone

Meersalz aus der Mühle

2 EL Olivenöl

Fumet:

20 g Lauch

20 g Zwiebeln

20 g Staudensellerie

3 Pfefferkörner

1 Prise grobes Meersalz

4 dl Wasser

Kartoffeln:

200 g roh geschälte Kartoffeln

Salz

30 g Butter

2 gehäufte EL gehackte Petersilie

Kabeljau:

70 g geputzte Möhren

70 g Staudensellerie

70 g Lauch

70 g Zwiebeln

40 g Butter

Salz, Pfeffer

1. Den Kabeljau filieren und häuten - jedes Filet zweiteilen, wobei insgesamt vier schöne Filets von knapp je 200 g entstehen sollen. Gräten und Abschnitte für den Fumet verwenden.
2. Die Kabeljauseiben mit den angegebenen Zutaten 2 Stunden vor dem Zubereiten einreiben und an einem kühlen Ort zugedeckt durchziehen lassen.
3. Die Gräten und Abschnitte des Kabeljaus mit den angegebenen Zutaten in einem kleinen Topf aufsetzen, erhitzen und 20 Minuten ziehen lassen – nicht lebhaft kochen, sonst wird der Fumet trüb und schleimig.. Abgießen, ¼ davon abnehmen und für den Fisch beiseite stellen.
4. ¾ des Suds in einem kleinen Topf aufsetzen und die in Würfel geschnittenen Kartoffeln darin gar kochen. Zum Schluss die Butter zugeben und den Sud damit durch Schwenken binden. Abschmecken und die Petersilie einschwenken.
5. Unterdessen die Möhren auf der groben Raspel reiben, die anderen Gemüse in Streifen schneiden. In einer ofenfesten Form 40 g Butter zerlassen und das Gemüse darin andünsten. Erst die Zwiebel hineingeben, dann Möhren und Sellerie, schließlich den Lauch. Würzen.
6. Die marinierten Fischeiben auf das angeschwitzte Gemüse legen, salzen und mit der Marinade beträufeln. Den zurückbehaltenen Fumet untergießen. Zudecken und bei mildester Hitze in zehn bis fünfzehn Minuten gar dünsten.
7. Wenn der Fisch gar ist, müssen auch die Kartoffeln soweit sein: Die Kartoffeln samt ihrem Sud über den Fischeiben verteilen, unter Rütteln alles etwas vermischen.

Zürcher Geschnetzeltes auf Neu mit Rösti

(für 4 Portionen)

200 g Champignons
50 g Zwiebeln
20 g Butterschmalz
600 g Kalbsfilet
Salz, Pfeffer
30 g Butter
100 ml Weißwein
100 ml Kalbsfond
120 ml Schlagsahne
100 g Creme fraiche
2 Stiele glatte Petersilie
Wintertrüffel
Rösti:
1000 g fest kochende Kartoffeln
Salz, Pfeffer, Muskat
30 g Butterschmalz

1. Champignons putzen und in dünne Scheiben schneiden. Zwiebeln fein würfeln. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen.
2. Kalbsfilet leicht salzen und pfeffern und im heißen Butterschmalz rundherum bei starker Hitze in 2-3 Minuten goldbraun anbraten. Filet in eine feuerfeste Form legen und im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad auf der 2. Schiene von unten 15 Minuten garen. Dann das Kalbsfilet aus dem Ofen nehmen, fest in Alufolie einwickeln und im ausgeschalteten Ofen 15-20 Minuten ruhen lassen.
3. In der Zwischenzeit das Butterschmalz aus der Pfanne entfernen und die Butter in der Pfanne erhitzen. Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze ca. 1 Minute dünsten. Champignons zugeben und weitere 2 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Weißwein ablöschen und auf die Hälfte einkochen lassen. Kalbsfond zugießen und wiederum auf ca. die Hälfte einkochen lassen. Sahne zugießen und weitere 4-5 Minuten köcheln lassen. Dann Creme fraiche zugeben, unterrühren und einmal leicht aufkochen lassen.
4. Petersilienblätter abzupfen und fein schneiden. Filet auswickeln, den Fleischsaft aus der Folie in die Sauce gießen und unterrühren. Filet in ca. 0,5 cm dünne Scheiben schneiden. Mit der Sauce auf flachen Tellern anrichten und mit dünn gehobelten Trüffel und Petersilie bestreuen.
5. Für die Rösti Kartoffeln mit Schale in Salzwasser 15 Minuten kochen. Pellen, auskühlen lassen, grob raspeln, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
6. 20 g Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Kartoffeln hineingeben, zum Kreis formen und nicht mehr bewegen. Bei mittlerer Hitze in 8-10 Minuten goldbraun braten. Dann wenden und den Vorgang auf der Rückseite wiederholen.

(für 10 Portionen)

75 g Butter
150 g Rohmarzipan
80 g Zucker
5 Eigelb
½ Vanilleschote
1 Prise Salz
4 Eiweiß
25 g Mehl
30 g Weizenstärke
10 g Schokolade
Butter und Zucker für die Förmchen

Sauce:

200 ml süße Sahne
40 g Zucker
4 Eigelbe
4 cl Amaretto
30 g Rohmarzipan
1 EL geschlagene Sahne

Minze- oder Melisseblätter, Puderzucker zum Bestäuben

1. Butter mit Rohmarzipan und 15 g Zucker vermischen. Dann die Eigelbe zufügen und alles schaumig rühren. Vanillemark und eine Prise Salz zugeben.
2. Eiweiß mit den restlichen 65 g Zucker zu einem festen, aber geschmeidigen und noch nicht ganz schnittfesten Schnee schlagen. Auf die Eigelbmasse geben und mit Mehl und Weizenstärke besieben. Alles ganz vorsichtig unterheben, zum Schluss die in winzige Würfelchen geschnittene Schokolade zufügen.
3. In dick ausgebutterte und mit Zucker ausgestreute Förmchen füllen (7-8 cm Durchmesser). In einen Bräter stellen, der doppelt mit Zeitungspapier ausgelegt ist. Kochendheißes Wasser angießen und für etwa 20 Minuten in den 180 Grad heißen Ofen schieben.
4. Sahne mit Zucker aufkochen und mit den Eigelben zur Rose abziehen – also auf milder Hitze dicklich abschlagen. Auf Eis kalt rühren, mit Amaretto und Marzipan aufmixen. Zum Schluss noch mit etwas Schlagsahne lockern.
5. Mit der eiskalten Sauce einen Spiegel auf Teller gießen und jeweils einen Mandelaufwurf in die Mitte stürzen. Mit Minze- oder Melisseblatt garnieren, mit Puderzucker überstäuben und unverzüglich auftragen.