

Volkshochschule Ellerau
Kochen für Männer
6.Januar – 10.Februar 2014
www.kochen-mit-klaus.de

**Blutwurst, Steckrübe, Ananas,
die 50iger Jahre, oder was?**
27. Januar 2014

Blutwurst-Tapas

Salat mit Entenbrust

Winterkabeljau mit Steckrübengemüse

Asiatische Nudeln

Ananasscharren

Blutwurst-Tapas

(für 12 Stück)

300 g Zwiebeln
3 Stiele Thymian
2 EL Öl
15 g Butter
1 EL Orangenmarmelade
Salz
Pfeffer
12 Scheiben Baguette, ca. 1,5 cm dick
30 g Haselnusskerne
250 g Blutwurst
¼ Bund Schnittlauch



1. Für die Zwiebelmarmelade die Zwiebeln in feine Ringe schneiden. Thymianblättchen von den Stielen zupfen. Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Thymian darin 30 Minuten bei milder Hitze unter gelegentlichem Rühren dünsten. Nach 20 Minuten die Orangenmarmelade einrühren und mitdünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen und abkühlen lassen.
2. Baguette-Scheiben auf dem Rost im vorgeheizten Backofen auf der 2. Schiene von unten bei 220 Grad in 4-5 Minuten goldbraun rösten. Auf einem Gitter abkühlen lassen. Haselnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.
3. Blutwurst in 12 Scheiben schneiden und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Auf der obersten Schiene unter dem vorgeheizten Backofengrill 6-8 Minuten grillen.
4. Baguettescheiben mit Zwiebelmarmelade bestreichen und mit je 1 Scheibe Blutwurst belegen. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und mit den gehackten Haselnüssen darüber streuen.

Salat mit Entenbrust

(für 2 Portionen)

250 g Entenbrust
Salz, Pfeffer
Quatre Epices
100 g rote Zwiebeln
100 g Radicchio
2 Blutorangen
2 EL Aceto balsamico
Zucker
6 EL Olivenöl
2 Stiele Minze



1. Die Haut der Entenbrust kreuzförmig einschneiden. Rundherum mit Salz, Pfeffer, Quatre Epices würzen. Die Brust mit der Hautseite nach unten in eine vorgeheizte Pfanne legen und darin knusprig anbraten. Das Fleisch wenden, die Fleischseite kurz anbraten. Erneut wenden und auf der Hautseite im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad auf der untersten Schiene 15 Minuten garen.
2. Inzwischen die Zwiebeln in feine Scheiben schneiden. Salat putzen, waschen, abtropfen lassen, grob zerzupfen. Orangen so schälen, dass die weiße Haut vollständig entfernt wird. Orangen in Scheiben schneiden, Kerne dabei entfernen.
3. Essig mit Salz, Pfeffer 1 Prise Zucker und dem Olivenöl verrühren. Ente aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten ruhen lassen.
4. Orangen, Zwiebeln, Radicchio, Minzeblättchen mit der Vinaigrette mischen. Ente in Scheiben schneiden. Dan Salat auf Tellern verteilen und mit dem Fleisch anrichten.

Winterkabeljau auf Steckrübengemüse

(für 4 Portionen)

Steckrübengemüse:

100 g kleine weiße Bohnen
2 Lorbeerblätter
900 g Steckrübe
200 g Staudensellerie
30 g Schalotten
2 EL Öl
20 g Butter
1 TL brauner Zucker
5 EL weißer Wermut
1 TL edelsüßes Paprikapulver
1 TL getrocknetes Bohnenkraut
Salz, Pfeffer
300 ml Gemüsebrühe
750 ml Öl zum Frittieren
2 EL Weißweinessig
2-3 EL gehackte Petersilie

Kabeljau:

2 TL Szechuan-Pfeffer
2 TL Fleur de sel
800 g Winterkabeljaufilet
40 g Butter



1. Für das Steckrübengemüse die Bohnen in 1 L kaltem Wasser über Nacht einweichen lassen. Bohnen abgießen und mit 1 Lorbeerblatt und 1 L Wasser abgedeckt aufkochen und bei milder Hitze 1 – 1:30 Stunden kochen lassen.
2. Steckrübe putzen und schälen. Von der Steckrübe ca. 150 g im Stück abschneiden und beiseitelegen. Restliche Steckrübe erst in 1 cm dicke Scheiben, dann in 1,5 cm breite Rauten schneiden. Staudensellerie putzen, entfädeln und in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Schalotte fein würfeln.
3. Öl und Butter in einem breiten Topf erhitzen. Schalotte darin bei mittlerer Hitze 3 Minuten lang glasig dünsten. Mit Zucker bestreuen und schmelzen lassen. Steckrüben und Staudensellerie unterrühren. Mit Wermut beträufeln und fast vollständig einkochen lassen. Paprikapulver, Bohnenkraut und restlichen Lorbeer unterrühren, leicht mit Salz und Pfeffer würzen. Brühe zugeben und abgedeckt aufkochen. Bei milder Hitze 20-25 Minuten schmoren.
4. Inzwischen das Frittieröl in einem Topf auf 180 Grad erhitzen. Restliche Steckrübe in feine Streifen hobeln und im heißen Öl portionsweise 1:30 – 2 Minuten goldbraun frittieren, dabei gelegentlich umrühren. Steckrübenstroh mit einer Schaumkelle herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
5. Für den Kabeljau Szechuanpfeffer und Fleur de sel im Mörser nicht zu fein zerstoßen. Kabeljau in 8 gleich große Stücke schneiden. Butter in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Kabeljaufilets rundum mit der Pfeffermischung würzen, in der Butter bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten je 3-4 Minuten braten.
6. Abgetropfte Bohnen, Essig und Petersilie unter das Steckrübengemüse rühren und mit Kabeljau und Steckrübenstroh anrichten. Restliche Pfeffermischung dazu reichen.

Asiatische Nudeln

(für 4 Portionen)

200 g Schalotten
3 Knoblauchzehen
50 g Zitronengras
30 g Galgan
2-6 Chilischoten
30 g Koriandergrün
4 EL Sonnenblumenöl
600 g Schweinehackfleisch
2 EL Tomatenmark
1 EL Garnelenpaste
Zucker, Salz, Pfeffer
1 kleine Dose geschälte Tomaten
6 Kaffirlimettenblätter
600 ml Geflügelfond
60 g frisches Kokosfleisch
6 Stiele Thai-Basilikum
3-4 EL Limettensaft
4-6 EL Fischsauce
400 g breite Reismudeln



1. Schalotten und Knoblauch sehr fein würfeln. Zitronengras putzen, die äußeren Blätter entfernen. Zitronengras sehr fein hacken. Galgant in Scheiben schneiden. Chilis in Ringe schneiden. Koriander mit den zarten Stielen grob hacken.
2. Öl in einem Topf erhitzen. Schalotten, Knoblauch, Zitronengras, Chilis und Galgant darin andünsten. Hackfleisch dazugeben und anbraten. Tomatenmark und Garnelenpaste zugeben und kurz mitrösten. 4 EL Zucker Tomaten, Kaffirlimettenblätter, die Hälfte des Korianders zugeben und mit dem Geflügelfond auffüllen. Mit Salz würzen und 1 Stunde bei mittlerer Hitze offen garen.
3. Kokosfleisch schälen und fein reiben. Thai-Basilikumblätter abzupfen, grob hacken und mit dem restlichen Koriander mischen.
4. Die Sauce mit Limettensaft, Zucker, Fischsauce und Pfeffer abschmecken und warm halten. Die Reismudeln nach Packungsanweisung garen und im Sieb abtropfen lassen. Die Nudeln mit der Sauce anrichten und mit Kräutern und Kokosraspeln bestreut servieren.

Ananasschmarren

(für 4 Portionen)

Glasierte Ananas:

1,5 kg reife Flugananas
75 g Puderzucker
30 g Butter
3 EL brauner Rum

Schmarren:

50 g Kokosraspel
30 g kandierte Ananas
5 Eier
200 g Mehl
1 TL fein abgeriebene Limettenschale
2 EL Limettensaft
200 ml Kokosmilch
Salz
100 g Zucker
60 g Butter
2 EL Puderzucker
(evtl: Zitronensorbet)



1. Ananas längs achteln, harten Strunk entfernen, Ananasfleisch von der Schale und in Scheiben schneiden. Puderzucker in einem breiten Topf goldbraun karamellisieren lassen, dabei erst rühren, wenn der Zucker an einer Stelle zu schmelzen beginnt. Butter und Rum zugeben und kochen, bis der Karamell gelöst ist. Ananas zugeben und 5 Minuten leicht kochen lassen. Beiseite stellen.
2. Kokosraspel in einer Pfanne ohne Fett goldbraun anrösten, auf einem Teller abkühlen lassen. Kandierte Ananas fein hacken. Eier trennen, Eigelbe, Mehl, Limettenschale und -saft, 30 g Kokosraspel und Kokosmilch gut verrühren. Eiweiß und 1 Prise Salz steif schlagen, dann 50 g Zucker einrieseln lassen und 3 Minuten zu einem festen Eischnee weiterschlagen. Eischnee und kandierte Ananas unter die Eigelbmasse heben.
3. 20 g Butter in einer beschichteten ofenfesten Pfanne (24 cm) zerlassen, Teig hineingeben, 2 Minuten bei mittlerer Hitze anbacken und im vorgeheizten Backofen bei 190 Grad auf der 2. Schiene von unten 12-14 Minuten fertig backen.
4. Schmarren aus dem Backofen nehmen, mit 2 Holzspateln vorsichtig zerreißen. Mit je 20 g Butter auf 2 Pfannen verteilen, bei mittlerer Hitze 3 Minuten goldbraun braten, dabei je 25 g Zucker in die Pfannen geben, mehrmals wenden und dabei leicht karamellisieren. Ananas erhitzen, mit dem Schmarren anrichten. Mit Puderzucker bestäubt und mit restlichen Kokosraspeln bestreut servieren. Dazu das Sorbet in Kugeln servieren.