

Volkshochschule Ellerau
Kochen für Männer
17. November – 22. Dezember 2014
www.kochen-mit-klaus.de

**Hirse, Zander, Rehragout und Birne,
ein Festtag nicht nur für die Dirne!
(I'm sorry, was reimt sich bloß auf Birne?)
24. November 2014**

Sate'-Spieße mit Cashewsauce mit süßscharfem Krautsalat

Hirsesuppe mit gebratener Geflügelleber

Zander mit Ducca-Gewürzmischung auf Granatapfel-Taboule

Rehragout

Gebackene Birnen mit weißer Schokoladen-Brandy-Sauce

Sate'-Spieße mit Cashewsauce mit süßscharfem Krautsalat

(für 4 Portionen)

2 Knoblauchzehen
600g ausgelöstes Hähnchenkeulenfleisch,
ohne Haut
140 ml Sojasauce
2 EL Fischesauce
5 EL brauner Zucker
Pfeffer
600 g Spitzkohl
Salz
2 rote Chilischoten
5 EL Weißweinessig
1 TL Sesamöl
1 Möhre
80 g Cashewkerne
2 EL Crunchy Erdnussbutter
300 ml Kokosmilch
1-2 EL Limettensaft
4 Stiele Koriandergrün



Weinempfehlung: Gewürztraminer Alsace 2011 von Hugel & Fils

1. Knoblauchzehen andrücken. Fleisch in 1,5 cm große Würfel schneiden. 100 ml Sojasauce, 100 ml warmes Wasser, Fischesauce und 2 EL Zucker verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Knoblauch zugeben, kräftig mit Pfeffer würzen. Fleisch darin 30 Minuten marinieren.
2. Spitzkohl putzen, waschen, vierteln und den Strunk herausschneiden. Kohl quer in dünne Streifen schneiden, in eine Schale geben. Mit 2 TL Salz bestreuen, mit den Händen kräftig durchkneten und 20 Minuten ziehen lassen.
3. 1 Chilischote fein hacken. Essig mit 2 EL Zucker, 10 ml Sojasauce und Sesamöl verrühren. Chili zugeben. Spitzkohl gut ausdrücken und mit dem Dressing mischen. Möhre schälen, grob raspeln und untermischen.
4. Cashewkerne auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad 8-10 Minuten auf der 2. Schiene von unten hellbraun rösten. Abkühlen lassen und im Mörser sehr fein mahlen. Restliche Chilischote fein hacken. Erdnussbutter, restlichen Zucker, Kokosmilch und Cashewmehl in einen Topf geben, aufkochen und mit Limettensaft und restlicher Sojasauce würzen.
5. Fleisch aus der Marinade nehmen und auf 12 Holzspieße stecken. Koriander mit den zarten Stielen fein schneiden. Cashewsauce erwärmen. Eine leicht geölte Grillpfanne erhitzen und die Spieße darin portionsweise 3-4 Minuten auf allen Seiten braten. Inzwischen Sauce nochmals erhitzen und den Koriander zugeben. Spieße mit der Sauce und dem Spitzkohlsalat servieren.

Hirsesuppe mit gebratener Geflügelleber

(für 4 Portionen)

60 g durchwachsener Speck
in dünnen Scheiben
30 g glatte Petersilie
20 g frisches Basilikum
20 g frischer Oregano
Salz
100 g Bundmöhren
200 g Knollensellerie
100 g weiße Zwiebeln
60 g Frühlingszwiebeln
125 g Hirse
5 EL Olivenöl
1 Lorbeerblatt
1 Knoblauchzehe, angedrückt
800 ml Geflügelfond
Pfeffer
8 Stücke Geflügelleber
10 g Butter
2 EL Aceto balsamico



Weinempfehlung: Tavel AOC Domaine des Carteresses, 2013

1. Für die Suppe Speckscheiben übereinanderlegen, 10 Minuten einfrieren und fein würfeln. Inzwischen Petersilien-, Basilikum- und Oreganoblättchen abzupfen, in kochendem Salzwasser kurz blanchieren, in ein Sieb gießen, abschrecken und gut ausdrücken. Kräuterblätter fein schneiden. Möhren und Sellerie putzen, schälen und fein würfeln. Zwiebeln fein würfeln. Frühlingszwiebeln putzen, waschen, das Weiße und Hellgrüne schräg bis zum Wurzelansatz in feine Scheiben schneiden. Hirse in einem feinen Sieb abspülen und gut abtropfen lassen.
2. 4 EL Öl in einem Topf erhitzen, Speck darin bei mittlerer Hitze 3-4 Minuten braten. Zwiebeln zugeben und weitere 3-4 Minuten braten. Möhren und Sellerie zugeben und 4 Minuten mitdünsten. Lorbeer, Hirse, Knoblauch und Fond zugeben und offen 8-10 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kräuter und Frühlingszwiebeln unterheben. Lorbeer entfernen.
3. Inzwischen Leberstücke putzen und mit Küchenpapier abtupfen. Je 2 Stücke längs auf einen Spieß stecken.
4. Butter und restliches Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, Leberspieße darin bei nicht zu starker Hitze 2-3 Minuten rundum braten, erst zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Essig beträufeln.
5. Suppe in tiefen Tellern mit je 1 Leberspieß sofort servieren.

Zander mit Ducca auf Granatapfel-Taboule'

Ducca-Gewürz

1 EL Koriandersaat, 2 EL Sesamsaat, 1 EL Kreuzkümmelsaat, 1 EL Schwarzkümmel, 1 TL schwarze Pfefferkörner, 30 g Pistazienkerne, 1 EL Kokosraspel, Salz, 1 TL getrockneter Thymian, 1 TL getrocknete Minze

300 g Zanderfilet, ohne Haut

Granatapfel-Taboule'

150 ml Gemüsefond
100 g feiner Bulgur
1 Granatapfel
1 rote Chilischote
2 Minigurken, a' ca. 200 g
1 rote Zwiebel
100 g Petersilie
30 g Minze
20 g Koriandergrün
8 EL Zitronensaft
1 EL Honig
3 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer
2 EL Granatapfelsirup



Weinempfehlung: Chardonnay Reserve Trocken, Hainfelder Letten, Bernhard Koch

1. Für die Gewürzmischung Koriander, Sesam, Kreuz- und Schwarzkümmel, Pfeffer, Pistazien und Kokosraspel in einer Pfanne ohne Fett anrösten, abkühlen lassen und im Mörser mit ½ TL Salz, Thymian und Minze fein mahlen.
2. Fond in einem Topf aufkochen. Bulgur untermischen. Topf vom Herd nehmen und Bulgur zugedeckt 10 Minutenquellen lassen. Bulgur mit 2 Gabeln auflockern und abgedeckt beiseite stellen.
3. Granatapfel quer halbieren, Kerne herauslösen. Chili mit Kernen fein schneiden. Gurken und Zwiebeln fein würfeln. Kräuter waschen, trocken schütteln und fein hacken.
4. Zitronensaft, Honig und Olivenöl verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Die vorbereiteten Zutaten mit dem Dressing mischen. Abgedeckt kalt stellen.
5. Fischfilets entgräten und Quer in ca. 1 cm breite Scheiben schneiden. In der Pfanne in heißem Öl kurz braten und mit Ducca würzen.
6. Den Fisch auf Tellern anrichten, das Granatapfel-Taboule' mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Sirup beträufeln und als Beilage zum Fisch geben.

Rehragout

(für 4 Portionen)

20 g getrocknete Steinpilze
400 ml Wildfond
150 g Schalotten
4 Wacholderbeeren
2 Nelken
2 Msp. Pimentpulver
800 g Rehrückenfilet
Pfeffer
1 TL edelsüßes Paprika
2 TL Mehl
4 EL Öl
30 g Butter
250 ml Schlagsahne
Salz
1 TL Speisestärke
2 Stiele Majoran



Weinempfehlung: Cote's du Rhone AOC, Etienne Guigal, 2011

1. Steinpilze im Wildfond einweichen. Schalotten pellen und fein würfeln. Wacholder und Nelken im Mörser fein zerstoßen, mit dem Pimentpulver mischen.
2. Das Rehrückenfilet in 3 cm große Stücke schneiden und in einer Arbeitsschale legen. Mit Pfeffer und Paprikapulver würzen und mit Mehl bestäuben.
3. Steinpilze gut ausdrücken und den Fond dabei auffangen. Die Pilze in kleine Stücke schneiden. Eine Pfanne stark erhitzen. Fleisch und Schalotten in 2 Portionen in je 2 EL Öl anbraten. Aus der Pfanne nehmen, in ein Sieb zum Abtropfen geben und den ausgetretenen Fleischsaft auffangen.
4. Butter in einer Pfanne zerlassen. Pilze zugeben und darin anbraten. Mit dem Steinpilzfond und der Schlagsahne aufgießen. Die Sauce offen bei starker Hitze in 10 Minuten einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und den zerstoßenen Wacholderbeeren und Nelken abschmecken.
5. Fleischstücke mit dem Fleischsaft in die Sauce geben und aufkochen lassen. Sauce mit der in wenig Wasser aufgelösten Speisestärke binden. Majoranblätter von den Stielen zupfen. Fleisch in der Sauce 3-4 Minuten bei milder Hitze ziehen lassen, mit Salz und Majoran abschmecken.

Gebackene Birnen mit weißer Schokoladen-Brandy-Sauce

(für 2 Portionen)

20 g Butter
20 g Amarettini
1 Ei
200 ml Schlagsahne
40 g Zucker
1 EL Kakaopulver
30 g Mehl
1 reife Birne, 160 g
50 g weiße Kuvertüre
20 ml Brandy
Puderzucker zum Bestäuben



Weinempfehlung: Chateau Tuyttens Sauternes AOC , 2011

1. 2 feuerfeste Förmchen (a' ca. 12 cm) mit wenig Butter ausstreichen. Amarettini zerbröseln. Restliche Butter zerlassen. Ei und 80 ml Sahne verquirlen. Zucker, Kakaopulver und Mehl mit dem Schneebesen unterrühren. Flüssige Butter einrühren. Den Teig in die Förmchen gießen.
2. Birne schälen, halbieren, Kerngehäuse entfernen. Birnenhälften in je 4 Spalten schneiden und in den Teig setzen. Keksbrösel darüber verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad auf dem Rost auf der 2. Schiene von unten 13-15 Minuten backen.
3. Restliche Sahne in einem kleinen Topf aufkochen. 2-3 Minuten bei mittlerer Hitze einkochen. Kuvertüre hacken, bei milder Hitze in der Sahne schmelzen. Mit Brandy abschmecken und etwas abkühlen lassen.
4. Förmchen aus dem Ofen nehmen, etwas abkühlen lassen, mit Puderzucker bestäuben und mit der Sauce servieren.