

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

**Von Poletto bis zur Lafer-Küche,
entlockt den Köchen keine Flüche!**
8. Dezember 2014

Avocados mit Wachteleiern

Gratinierte Jakobsmuscheln

Risotto von Mittelmeerbischen

Topinambur in Rotwein

Gebackene Mozartknödel mit Mokkalasahne und Heidelbeeren

Avocados mit Wachteleiern

(Zutaten für 4 Portionen)

130 ml Rotweinessig
1 TL Balsamico
1 TL Sherryessig
Salz
6 EL Olivenöl
4-5 Avocados
1-2 EL Estragonessig
1 TL reduzierter Noilly Prat
12 Wachteleier
4 in feine Streifen geschnittene Radieschen



1. Für die Marinade Rotweinessig, Balsamico, Sherryessig und 4 EL Wasser mit Salz verrühren, mit Olivenöl aufschlagen. Avocados schälen, halbieren, den Stein entfernen. Eine Avocado in 12 Spalten schneiden. Restliche Avocados würfeln, in die Marinade geben, leicht erwärmen. Mit Estragonessig, reduziertem Noilly Prat und Salz abschmecken.
2. Wachteleier öffnen, in $\frac{1}{2}$ l siedendes Essigwasser gleiten lassen. 2 $\frac{1}{2}$ Minuten pochieren, bis sie wachsw weich sind.
3. Auf jeden Teller 3 Avocadospalten geben. Avocadowürfel anlegen. Wachteleier und Radieschen auflegen.

Gratinierte Jakobsmuscheln

(für 4 Portionen)

Jakobsmuscheln:

8 Jakobsmuscheln in der Schale
8 dünne Scheiben durchwachsener Speck
4 EL Olivenöl
16 Salbeiblätter

Sauce hollandaise:

100 ml Weißwein
5 zerstoßene Pfefferkörner
1 Lorbeerblatt
125 g Butter
2 Eigelbe
Salz, Pfeffer



Weinempfehlung: Grauburgunder, fein, saftig mit würziger Geschmacksfülle

1. Jakobsmuscheln mit einer Palette vorsichtig öffnen und das weiße Muskelfleisch von der Schale lösen. Das Muskelfleisch putzen und in kaltem Wasser vorsichtig waschen. Auf Küchenpapier trocknen lassen, dann die Nüsschen in dünne Scheiben schneiden. 4 der gewölbten Unterschalen reinigen und trocknen. Jeweils 2 der in Scheiben geschnittenen Nüsschen rosettenförmig in die Schale legen.
2. Speck in einer Pfanne bei mittlerer Temperatur ohne Fett kross braten und in Stücke brechen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, darin die Salbeiblätter ausbacken und dann auf Küchenpapier entfetten. Speckstücke und Salbeiblätter auf den Muscheln verteilen.
3. Weißwein, Pfeffer und Lorbeer in einen Topf geben. Die Flüssigkeit auf die Hälfte reduzieren und durch ein feines Sieb passieren. Währenddessen die Butter in einem Topf erhitzen, bis sich die Molke flöckchenartig am Boden absetzt. Die Butter durch ein Sieb passieren. Eigelb in einer Schüssel mit der Weißweinreduktion mit einem Schneebesen verrühren und auf einem Wasserbad schaumig aufschlagen. Sobald die Eimasse anfängt zu binden, vom Herd nehmen und langsam die Butter mit dem Schneebesen einarbeiten. Die Hollandaise mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Jakobsmuscheln leicht mit Salz und Pfeffer würzen und auf einem Blech auf ein Salzbett setzen, damit sie beim Gratинieren möglichst gerade stehen. Die Muscheln mit der Hollandaise überziehen und unter dem Grill des Backofens ein paar Minuten gratinieren, bis sich die Hollandaise hellbraun färbt. Sofort servieren.

Risotto von Mittelmeerfischen

(Zutaten für 4 Personen)

- 1 fein gewürfelte Schalotte
- 2 abgezogene, gewürfelte Knoblauchzehen
- 8 EL intensives Öl
- 400 g Filets von Mittelmeerfischen,
z.B. Rotbarbe, Knurrhahn, Wolfsbarsch,
Drachenkopf
- Meersalz
- 200 g Canaroli-Reis
- 6 EL Weißwein
- ½ heißer Krustentierfond
- 1 Thymianzweig
- 200 g Venusmuscheln
- 8 gewürfelte getrocknete Tomaten in Öl
- geschnittene Blätter von 1 Estragonstängel
- 1 entkernter, sehr fein gehackter Peperoncino
- 80 g geputzte Calamaretti
- 4 Jakobsmuscheln



1. Schalotte und 1 gewürfelte Knoblauchzehe in 2 EL Olivenöl anschwitzen. 100 g Fischfilet in grobe Würfel schneiden, dazugeben. Mit Meersalz würzen. Reis hinzufügen, unter Rühren glasig anschwitzen. Mit 2 EL Weißwein ablöschen. Nach und nach heißen Krustentierfond angießen, dabei kräftig umrühren und Risotto fertig garen.
2. Venusmuscheln in einem heißen Topf in 1 EL Olivenöl mit 1 gewürfelten Knoblauchzehe und Thymianzweig anbraten. Mit 4 EL Weißwein ablöschen. Deckel auflegen. Etwa 5 Minuten garen, bis alle Muscheln geöffnet sind. Beiseite stellen.
3. Risotto vom Herd nehmen. Mit getrockneten, gewürfelten Tomaten, fein geschnittenem Estragon, gehackten rohen Peperoncini, Meersalz und 1 EL Olivenöl abschmecken.
4. Fischfilets in Streifen schneiden, salzen. Filetstreifen, Jakobsmuscheln, Calamaretti und Venusmuscheln nacheinander im restlichen Olivenöl anbraten.
5. Risotto auf vorgewärmte Teller verteilen. Fischfilets und Meeresfrüchte darauf setzen und sofort servieren.

Topinambur in Rotwein

(Zutaten für 4 Personen)

700 g junger Topinambur
2-3 EL Zitronensaft
250 g Karotten
150 g geschälte rote Zwiebeln
400 g zartes Rindfleisch aus der Oberschale
20 g Butter
2 geschälte Knoblauchzehen
3 Thymianzweige
½ TL Fenchelsamen
200-250 ml trockener Rotwein
grobes Salz
gestoßener Pfeffer
100 ml Sahne



Weinempfehlung: Spätburgunder Spätlese trocken

1. Topinambur sorgfältig mit einer scharfen Wurzelbürste reinigen und gründlich waschen. Je nach Größe halbieren oder in grobe Stücke schneiden. In Zitronensaft schwenken, damit sie nicht anlaufen. Karotten schälen, grob zerteilen, Zwiebeln vierteln.
2. Das Rindfleisch grob würfeln. In heißer Butter rundherum kurz anbraten, herausheben und beiseite stellen. Im Bratensatz Topinambur, Karotten, Zwiebeln, Knoblauch, Thymian und Fenchelsamen kräftig schwenken und etwa 15 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten, bis die entstandene Flüssigkeit verdampft ist.
3. Gemüse Mischung und Fleischwürfel in lockerer Folge nebeneinander in eine feuerfeste Form geben. Mit Rotwein begießen, mit Salz und Pfeffer bestreuen.
4. Bei 200 Grad im vorgeheizten Ofen 40-50 Minuten mit Backpapier abgedeckt garen.
5. Zum Servieren mit frischer Sahne begießen.

Gebackene Mozartknödel mit Mokkasauce und Heidelbeeren

(Zutaten für 8 Knödel)

Mokkasauce:

150 ml Milch
150 ml Sahne
50 g Zucker
2 TL Instant-Espressopulver
2 Eigelb

Mozartknödel:

150 g Nussnougat
abgeriebene Schale von ½ Bio-Orange
1 EL Rum
2 EL weiche Butter
1 Eigelb
50 ml Pistaziensirup
50 g fein gemahlene Pistazienkerne
125 g Weizenmehl
1 TL Backpulver
1 verquirltes Ei
100 g feiner Schokobiskuit
500 ml Erdnussöl (zum Frittieren)
125 g frische Heidelbeeren oder Obst der Saison
Puderzucker
2 EL fein gehackte Pistazien



1. Für die Mokkasauce Milch mit Sahne, Zucker und Espressopulver aufkochen. Eigelbe über einem Wasserbad aufschlagen. Espressomilch in dünnem Strahl unter ständigem Rühren mit einem Schneebesen zu den Eigelben geben. Bei niedriger Hitzeiterrühren, bis die Sauce eine dickliche Konsistenz hat. Durch ein feines Sieb streichen und im Kühlschrank vollständig auskühlen lassen. Vor dem Servieren nochmals aufschlagen.
2. Nussnougat über einem heißen Wasserbad schmelzen. Mit Orangenschale und Rum mischen. 1 Stunde kalt stellen. Anschließend zu etwa walnussgroßen Kugeln formen.
3. Butter cremig rühren, erst das Eigelb, dann den Pistaziensirup untermischen. Gemahlene Pistazien mit Mehl und Backpulver mischen, zur Butter hinzufügen und zu einem glatten Teig verkneten. 30 Minuten kalt stellen. Anschließend den Teig etwa 1 cm dick ausrollen und in 6x6 cm große Quadrate schneiden. Je 1 Nougatkugel auf ein Quadrat setzen, Teig überschlagen und mit den Händen zu gleichmäßigen Kugeln formen. Knödel durch das verquirlte Ei ziehen, in Schokobiskuitbröseln panieren. In 160 Grad heißem Erdnussöl die Knödel nacheinander etwa 1 Minute knusprig ausbacken. Auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad noch 6-8 Minuten nachbacken lassen.
4. Mozartknödel in der Tellermitte auf der nach Belieben kalten oder warmen Mokkasauce anrichten. Mit Heidelbeeren, Puderzucker und gehackten Pistazienkernen garnieren. Sofort servieren.