

Volkshochschule Ellerau
Frühlingsfest 2016
14.März 2016
www.kochen-mit-Klaus.de

**Frühlingsfest in Ellerau,
sechs Gänge, gar nicht lau!**

Gebratene Sashimi von Jakobsmuscheln mit Ponzu-Sauce

Hähnchenspieße mit Schwarzkümmel auf pikantem Papayasalat

Morchelragout

Skrei-Rhabarber-Ceviche

Ochsenbäckchen in Rotwein geschmort

Williams Birne mit Walnussstreuseln und Vanilleeis

Gebratene Sashimi von Jakobsmuscheln mit Ponzusauce

(Zutaten für 4 Portionen)

Sashimi:

6 Jakobsmuscheln
Salz und Pfeffer aus der Mühle
6 EL Olivenöl
1 Tomate
1 Bund Frühlingszwiebeln
8 EL Ponzu-Sauce

Ponzu-Sauce:

(für 250 ml)
50 ml Sake (Reiswein)
100 ml Sojasauce
100 ml frisch gepresster Zitronensaft
2 EL Puderzucker



1. Für die Ponzu-Sauce den Sake einmal kräftig aufkochen lassen und mit Sojasauce und Zitronensaft verrühren. den Puderzucker unterrühren.
2. Das Muschelfleisch mit Salz und Pfeffer würzen. 2 EL Öl erhitzen und die Jakobsmuscheln darin kurz scharf anbraten. Das Muschelfleisch in dünne, feine Scheiben schneiden und auf Teller geben. Nochmals mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Die Tomate kreuzweise einritzen, 10 Sekunden in kochend heißes Wasser legen, herausnehmen und kalt abschrecken. Die Tomate häuten, halbieren und entkernen, dabei den Stielansatz herausschneiden. Das feste Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Beides über die Muscheln geben. Zum Servieren mit je 2 EL Ponzusauce und restlichem Olivenöl beträufeln.

Hähnchenspieße mit Schwarzkümmel auf pikantem Papayasalat

(für 6 Portionen)

2 unreife Papayas a' 400 g
3-5 EL frisch gepresster Limettensaft
1 Chilischote
1 Bund Frühlingszwiebeln
Salz
1 TL brauner Zucker
300 g Hähnchenbrustfilet
4 EL Maismehl
1 gehäufte TL Schwarzkümmel
2 Eiweiße
½ Bund Koriandergrün
200 ml Öl



1. Papayas schälen, halbieren und entkernen. Fruchtfleisch in feine Stifte hobeln und in einer Schüssel mit dem Limettensaft mischen. Chilischote aufschlitzen, entkernen und in feine Ringe schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen, das Weiße und Hellgrüne in dünne, schräge Scheiben schneiden. Chili und Frühlingszwiebeln zur Papaya geben, mit Salz und braunem Zucker würzen. Beiseitestellen.
2. Hähnchenbrustfilets in 2 cm große Würfel schneiden. Maismehl, Salz und Schwarzkümmel mischen und auf einen Teller geben. Eiweiße leicht aufschlagen und auf einen Teller geben. Hähnchenwürfel zuerst in Eiweiß, dann in Maismehl wenden. Vom Koriandergrün die Blätter abzupfen, grob hacken und unter den Salat heben.
3. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Hähnchenwürfel darin rundherum in ca. 4 Minuten goldbraun backen. Kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen, auf 12 Spieße stecken und mit Papayasalat servieren.

Morchelragout

(für 6 Portionen)

500 ml Geflügelfond
30 g getrocknete Morcheln
100 g Schalotten
60 g Butter
100 ml Wermut
500 ml Sahne
400 g frische braune Champignons
3 EL Öl
Salz
Pfeffer
1-2 EL Creme fraiche



1. Fond erwärmen, die Morcheln 20 Minuten darin einweichen. Fond durch ein feines Sieb gießen und auffangen. Morcheln nochmals unter fließendem Wasser waschen, gut ausdrücken. Morcheln fein schneiden, kleinere Morcheln ganz lassen.
2. Die Schalotten fein schneiden. In einem Topf in 20 g Butter glasig dünsten. Mit Wermut ablöschen und einkochen lassen. Mit dem aufgefangenen Morchelwasser und Sahne auffüllen. 20 Minuten cremig einkochen lassen.
3. Inzwischen die Champignons putzen und halbieren. Restliche Butter und Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Champignons und Morcheln darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Morchelsauce mit einem Schneidstab fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Morcheln und Champignons zugeben. 10 Minuten bei milder Hitze köcheln lassen. Creme fraiche einrühren.

Skrei-Rhabarber-Ceviche

(für 4 Portionen)

400 g Skrei (Sushi-Qualität)
1 kleine rote Pfefferschote
1 kleine rote Zwiebel
100 ml frisch gepressten Limettensaft
250 ml naturtrüber Rhabarbersaft
1 Stange Staudensellerie
200 g Gurke
3 Stiele glatte Petersilie
1 feste Avocado
6 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer



1. Fisch in ca. 5 mm dünne Scheiben schneiden. Pfefferschote längs halbieren, entkernen und in feine Würfel schneiden. Zwiebel in sehr feine Würfel schneiden. Limetten- und Rhabarbersaft mischen. Zwiebeln, Pfefferschoten und Fisch zugeben und 20 Minuten abgedeckt im Kühlschrank ziehen lassen.
2. Inzwischen Sellerie putzen, entfädeln und fein würfeln. Gurke schälen, längs halbieren, entkernen und in ca. 5 mm dünne Scheiben schneiden. Petersilienblätter von den Stielen zupfen und in feine Streifen schneiden. Avocado halbieren, den Kern entfernen. Avocado schälen, das Fruchtfleisch längs halbieren und längs in dünne Scheiben schneiden. Avocado, Gurke, Sellerie und Fisch auf tellern anrichten und mit dem Sud auffüllen. Mit Olivenöl beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Petersilie bestreut servieren.

Ochsenbäckchen in Rotwein geschmort

(für 4 Portionen)

4 Ochsenbacken, pariert
2000 g geschälte ganze Zwiebeln
1 Knollensellerie
2000 ml Rotwein
Salz, Meersalz, Pfeffer
Mehl zum Bestäuben
Fett zum Anbraten



1. Die Zwiebeln in einem Bräter anbraten und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad langsam zusammenfallen lassen, bis sie eine goldgelbe Farbe angenommen haben.
2. In der Zwischenzeit die Ochsenbacken salzen und pfeffern, mit Mehl bestäuben und in einer Pfanne anbraten. Sobald die Zwiebeln goldgelb sind, die Ochsenbacken und den in Würfeln geschnittenen Knollensellerie auf den Zwiebeln verteilen und mit etwas Meersalz bestäuben. Nach und nach den Rotwein ohne umzurühren angießen und bei geschlossenem Topf ca. 4-5 Stunden schmoren.
3. Das gegarte Fleisch im Ofen warm halten. Während dessen die Sauce passieren und auf heißen Tellern verteilen. Das Fleisch auf die Sauce setzen und sofort servieren.

Williams Birne mit Walnussstreuseln und Vanilleeis

(für 4 Portionen)

75 g kalte Butter
1 Handvoll Walnusskerne
150 g Mehl
70 g brauner Zucker 1 Prise Salz
1 Eigelb
3 Birnen
Vanilleeis:
2 Eigelbe
1 Ei
125 g Zucker
5 g Vanillezucker
400 ml Vollmilch
150 ml Sahne
5 g Maismehl



1. Für das Vanilleeis Eigelb, Ei, Zucker, Vanille-Zucker und das Maismehl in eine Schüssel geben. Die Mischung in der Küchenmaschine schlagen, bis das Eigelb fast weiß ist. Die Milch erwärmen und nach und nach in die Eimischung geben. Gründlich vermengen. Die Mischung in einen Topf geben und unter ständigem Rühren 1-2 Minuten erhitzen, aber nicht kochen lassen. Die Mischung auf Kühlschranktemperatur abkühlen lassen und dann die Sahne unterziehen. Die Masse in die Eismaschine füllen und zu einer Eismasse verarbeiten.
2. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Eine Auflaufform mit etwas Butter einfetten.
3. Die Walnusskerne grob hacken, dann mit Mehl, Zucker und Salz in einer Schüssel vermischen. Kalte Butter und Eigelb zugeben und alles rasch zu Streuseln verarbeiten.
4. Die Birnen waschen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien und in grobe Stücke schneiden. In die Auflaufform geben und mit den Streuseln bedecken. Alles in 20-25 Minuten goldbraun und knusprig backen. Heiß mit dem Vanilleeis servieren.