

Volkshochschule Ellerau
Mittelmeerküche
27. Februar – 3. April 2017
www.kochen-mit-klaus.de

**Bärlauch, Scamorca und Taleggio,
echt italienisch, das macht uns froh!**
20. März 2017

Bärlauchsüppchen mit Räucherlachs

Gefüllte Spitzpaprika mit Scamorza

Garnelen-Nudel-Auflauf mit Taleggio

Kaninchenleber an Balsamico

Nougat-Thymian-Eis mit Birnen-Tarte

Bärlauchsüppchen mit Räucherlachs

(für 2 Portionen)

400 ml Gemüsebrühe
100 g Sahne
Salz, weißer Pfeffer
Cayennepfeffer
30 g junger Bärlauch
1 Knoblauchzehe
1 Scheibe Vollkornbrot
2 Scheiben Räucherlachs
2 TL saure Sahne



1. Die Brühe mit der Sahne in einem Topf bei milder Hitze in 8-10 Minuten etwas einköcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und 2 Prisen Cayennepfeffer abschmecken.
2. Den Bärlauch waschen und trocken tupfen. 2 Blätter zur Seite legen, den Rest sehr fein schneiden und in die Brühe geben. Nicht mehr köcheln lassen.
3. Die Knoblauchzehe schälen. Das Brot toasten und mit Knoblauch einreiben. Das Brot in kleine Würfel schneiden. Den Lachs und die beiden Bärlauchblätter in dünne Streifen schneiden.
4. Die Suppe portionsweise mit Brotcroutons, Lachsstreifen und frischem Bärlauch bestreuen. Einen Klecks saure Sahne in die Mitte geben und sofort servieren.

Gefüllte Spitzpaprika mit Scamorza

(für 4 Portionen)

4 rote Spitzpaprika
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
200 g kleine weiße Champignons
1 große Dose weiße Bohnen, 800 g
6 Stiele Majoran
2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer
100 g Scamorza



1. Paprika putzen, dabei den Stiel an den Schoten lassen, längs eine ca. 2 cm breite ovale Öffnung schneiden und die Paprika entkernen. Ovale Paprikaabschnitte in kleine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch fein würfeln. Champignons putzen und vierteln. Bohnen in ein Sieb geben, abspülen und abtropfen lassen. Majoranblättchen von 3 Stielen abzupfen und grob hacken.
2. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebeln, Knoblauch und Paprikawürfel darin 4 Minuten andünsten. Pilze zugeben und 3 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Scamorza grob reiben.
3. Auflaufform fetten und Paprika hineingeben. Mit Bohnengemüse füllen und mit Käse bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad auf der 2. Schiene von unten 25 Minuten garen. Blätter von den restlichen Majoranstielen zupfen, über die Paprika streuen und servieren. Dazu passen Baguette und ein grüner Salat.

Garnelen-Nudel-Auflauf mit Taleggio

(für 4-6 Portionen)

Garnelen-Tomaten-Sauce:

2 Zwiebeln, 4 Knoblauchzehen
1 Chilischote
4 Stiele Basilikum
300 g Tagliatelle
2 EL Olivenöl
12 Riesengarnelen, ohne Kopf und Schale
400 g kleine stückige Tomaten, Dose
Salz, Pfeffer

Bechamel:

40 g Butter, 3 TL Mehl
200 ml Milch, 200 ml Schlagsahne
Salz, Pfeffer
80 g Taleggio

Salat:

1 Zitrone, 200 g Radicchio
3 Frühlingszwiebeln, 40 g Pinienkerne
4 Stiele glatte Petersilie
1 TL Zucker, 4 EL Olivenöl, Meersalz, Pfeffer



1. Für die Garnelen-Tomaten-Sauce Zwiebeln, Knoblauch und Chili fein hacken. Basilikumblätter abzupfen und grob schneiden. Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung knapp bissfest garen, abgießen und beiseite stellen. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln, Knoblauch und Chili darin bei mittlerer bis starker Hitze 3 Minuten anbraten, Temperatur erhöhen, Garnelen zugeben und bei starker Hitze 1 Minute mitbraten. Tomaten und Basilikum zugeben, aufkochen, vom Herd nehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Für die Bechamel Butter bei milder Hitze in einem Topf zerlassen. Mehl hineinsieben und unterrühren. Unter ständigem Rühren mit Milch und Sahne auffüllen. Bei milder Hitze 20-25 Minuten leicht kochen lassen, dabei öfter umrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Taleggio in kleine Würfel schneiden und am Ende der Garzeit unter die Sauce heben.
3. Garnelen-Tomaten-Sauce in eine Auflaufform (ca. 25x20 cm) geben. Abgetropfte Nudeln darauf verteilen und Bechamel darüber gießen (falls sie zu dick ist, etwas erwärmen). Im vorgeheizten Backofen auf der 2. Schiene von unten bei 200 Grad ca. 20 Minuten backen.
4. Inzwischen für den Salat die Zitrone heiß waschen und trocken tupfen. 1 TL Zitronenschale fein abreiben und 2-3 EL Saft auspressen. Radicchio in lange Streifen schneiden, waschen und trocken schleudern. Frühlingszwiebeln putzen und das Weiße und Hellgrüne in lange Streifen schneiden. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun anrösten. Petersilienblättchen abzupfen. Radicchio, Frühlingszwiebeln, Zitronenschale und -saft mit Zucker, Petersilie und Olivenöl mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken, Salat zum Auflauf servieren.

Kaninchenleber mit Balsamicoessig

(für 4 Portionen)

300 g Kaninchenleber
1 Schalotte
½ Knoblauchzehe
30 g Frühstücksspeck
1 Majoranzweiglein
1 TL Butter
Salz, Pfeffer
2 EL Balsamico
50 ml Geflügelfond
2 TL Butter



1. Die Kaninchenleber mit einem Küchentuch trocken tupfen und die Leberflügel trennen. Schalotte, Knoblauch und Speck möglichst klein würfeln und vom Majoran die Blättchen zupfen.
2. Die Leber kurz bevor sie gebraten wird mit Pfeffer und Salz würzen und in einer Bratpfanne in der aufschäumenden Butter bei mittlerer Hitze goldbraun braten, dabei immer wieder mit der Bratbutter übergießen, gleichzeitig die feingewürfelte Schalotte und Knoblauch sowie die Speckwürfelchen mit braten. Leber am Herdrand zugedeckt rosa durchziehen lassen.
3. Bratsatz mit Balsamico auflösen und völlig reduzieren lassen, dann den Fond zufügen und auf die Menge von 1 EL einkochen.
4. Gleichzeitig die Butter in einer kleinen Pfanne goldbraun aufschäumen lassen, zur Sauce geben, die Majoranblättchen einstreuen, die Leber in die Mitte von heißen Tellern verteilen und mit der kleinen Sauce übergießen.

Nougat-Thymian-Eis mit Birnen-Tarte

(für 4 Portionen)

Nougat-Thymian-Eis:

125 ml Milch, 125 g Sahne
20 g Zucker
3 Eigelbe, 60 g heller Nougat, in Stücken
2 EL fein gehackter Thymian

Blätterteig-Tarte:

2 kleine Birnen, 50 g Zucker
Saft von 1 Zitrone
¼ TL Zimt
4 runde ausgestochene
Blätterteigplatten mit 12 cm Durchmesser



1. Für das Eis die Milch mit der Sahne und dem Zucker aufkochen. Verrühren Sie die Eigelbe in einem Metallrührkessel und gießen Sie die heiße Sahnemilch unter ständigem Rühren zu. Anschließend die Masse über einem heißen Wasserbad zur Rose abziehen. Den Nougat in der warmen Masse auflösen. Anschließend alles mit dem Pürierstab kurz durchmischen, damit der Nougat schmilzt und sich komplett verteilt, durch ein feines Sieb streichen und den Thymian unterrühren. Die Masse abkühlen lassen und in der Eismaschine cremig frieren.
2. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Die Birnen für die Tarte schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Schneiden Sie die Viertel in feine Scheiben schneiden und marinieren Sie diese mit Zucker, Zitronensaft und Zimt. Die Birnen beiseite stellen und durchziehen lassen.
3. Die Förmchen gut mit weicher Butter ausstreichen, gleichmäßig mit Zucker ausstreuen und kreisförmig mit Birnenscheiben auslegen, dabei einen ½ cm breiten Rand frei lassen. Legen Sie die Blätterteigplatten darüber und drücken Sie diese leicht an.
4. Backen Sie die Tartes im vorgeheizten Backofen 16-20 Minuten. Herausnehmen, die Tartes noch heiß stürzen, 1 Nocke Nougat-Thymian-Eis darauf platzieren, mit Thymian garnieren und mit Puderzucker bestreut servieren.