

Volkshochschule Ellerau
Mittelmeerküche
28. September – 2. November 2020
www.kochen-mit-klaus.de

**Taleggio, Merluzzo, Anatra und Sorbet,
klingt nach italienischer Küchenfee!!
26. Oktober 2020**

Flammkuchen mit Taleggio und Parma-Schinken

Merluzzo mit Ofenpommes

Filetto di anatra mit Selleriepüree

Oliven-Orangen-Sorbet

Flammkuchen mit Taleggio und Parma-Schinken

(für 4 Portionen)

Teig:

250 g Mehl
3 EL Pflanzenöl
Salz

Belag:

2 rote Zwiebeln
Thymianzweige
150 g Creme Fraiche
Salz, Pfeffer
200 g Taleggio
8-12 dünne Scheiben Parma-Schinken
1 Handvoll Rucola

1. Mehl, 125 ml lauwarmes Wasser, 2 EL Öl und 1 TL Salz in einer Schüssel kurz verrühren, bis sich die Zutaten verbunden haben. Dann auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und etwa 5 Minuten mit den Händen zu einem glatten, elastischen Teig verkneten. Mit einer kleinen umgedrehten Schüssel abdecken.
2. Rote Zwiebeln schälen und in dünne Ringe hobeln. Thymianblättchen von den Zweigen zupfen.
3. Backofen auf 240 Grad vorheizen. Das Backblech mit 1 EL Öl bestreichen und mit etwas Mehl bestäuben. Überschüssiges Mehl vom Backblech klopfen. Teig sehr dünn ausrollen.
4. Teigfladen auf das vorbereitete Blech legen. Mit Creme fraiche bestreichen, mit Salz und Pfeffer würzen. Thymian und Zwiebelringe darauf verteilen. Den Flammkuchen auf der 2. Schiene von unten 8-10 Minuten backen, bis die Ränder zu bräunen beginnen.
5. Rucola waschen, die groben Stiele entfernen und den Salat trocken schütteln oder schleudern. Taleggio entrinden und in dünne Scheiben schneiden. Käse auf dem Flammkuchen verteilen und kurz weiterbacken, bis der Käse schmilzt. Herausnehmen.
6. Flammkuchen pfeffern, mit Parmaschinken belegen und den Rucola darauf verteilen. In kleine Stücke teilen und sofort warm servieren.

Merluzo (Dorsch) mit Ofen-Pommes

(für 4 Portionen)

1000 g vorwiegend fest kochende Kartoffeln
7 EL Olivenöl
Fleur de sel
Pfeffer
10 g Kapern
100 g Gewürzgurken
8 Stiele glatte Petersilie
6 Stiele Dill
150 g Creme fraiche
Salz
8 Dorschfilets, a' 100 g
2 EL Zitronensaft

1. Kartoffeln unter fließend kaltem Wasser bürsten, längs vierteln. Mit 4 EL Öl, 2 TL Fleur de sel und Pfeffer mischen. Auf einem mit Backpapier belegtem Backblech im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad auf der 2. Schiene von unten 25-30 Minuten backen.
2. Kapern und Gurken abtropfen lassen und fein hacken. Petersilienblätter abzupfen und fein schneiden. Von 5 Stielen Dill die Spitzen abzupfen und fein schneiden. Kapern, Petersilie, Dill und Gurken mit Creme fraiche verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Restliches Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Dorschfilets darin auf einer Seite 4 Minuten braun braten. Fisch wenden, Temperatur reduzieren und den Fisch 1-2 Minuten gar ziehen lassen. Mit Zitronensaft, Fleur de sel und etwas Pfeffer würzen. Fisch mit Ofen-Pommes und Gurken-Creme-fraiche auf Tellern anrichten und mit dem restlichen Dill garnieren.

Filetto di anatra (Entenbrust) mit Selleriepüree

(für 4 Portionen)

Püree:

800 g Knollensellerie

200 g Kartoffeln

Salz

200 ml Schlagsahne

Muskat, Zitronensaft

Ente und Vinaigrette:

250 g Granatapfel

1 EL Aceto balsamico

5 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer, Zucker

1 kleiner Radicchio

½ TL Lebkuchengewürz

2 Entenbrüste a'200 g

1 EL Öl

Zitronensaft

1. Sellerie und Kartoffeln schälen und in gleichgroße Stücke schneiden. In kochendem Salzwasser in 15-20 Minuten weich kochen. Abgießen, gut ausdämpfen lassen. Mit der Sahne auffüllen und in 10 – 15 Minuten fast vollständig einkochen lassen. Mit Salz, Muskat und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. In einer Küchenmaschine sehr fein pürieren und warm halten.
2. Granatapfelkerne auslösen, in ein Sieb geben, den Saft dabei auffangen. Granatapfelsaft mit Essig, 4 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker verrühren. Granatapfelkerne zufügen, den Radicchio putzen, die äußeren Blätter entfernen. Inneres in 4 dicke Scheiben schneiden, waschen und gut trocknen.
3. Die Haut der Entenbrüste über Kreuz einschneiden, mit Salz, Pfeffer und Lebkuchengewürz würzen. In einer heißen Pfanne in 1 EL Öl auf der Fleischseite anbraten. Wenden, auf der Hautseite anbraten. Im vorgeheizten Backofen bei 170 Grad auf der mittleren Schiene in 10 Minuten fertig garen. In Folie gewickelt 5 Minuten ruhen lassen.
4. Restliches Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Radicchio darin schwenken. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen.
5. Salat und Püree auf Tellern anrichten. Fleisch in Scheiben schneiden und mit der Granatapfel-Vinaigrette beträufeln.

Oliven-Orangen-Sorbet

(für 4 Portionen)

150 g Zucker

125 g entsteinte grüne Oliven, in Salzlake eingelegt
abgeriebene Schale und Saft einer Orange und einer Zitrone

500 ml frischer Orangensaft

1 Rosmarinzweig

1 EL Olivenöl

2 ausgehöhlte Orangenhälften ohne Fruchtfleisch

4 kleine Rosmarinzweige

4 EL Olivenöl

1. 100 g Zucker und 75 ml Wasser aufkochen, abkühlen lassen. Oliven auf ein Sieb geben, kalt abspülen, gut abtropfen lassen, dann hacken und unterrühren.
2. Saft und Schale der Orange und der Zitrone mit frisch gepresstem Orangensaft, dem restlichen Zucker (50 g) und 1 Rosmarinzweig aufkochen, auf 300 ml Flüssigkeit einkochen. Abkühlen lassen, Rosmarin entfernen, dann die Oliven mitsamt Sirup und 1 EL Olivenöl untermischen. In der Eismaschine gefrieren. Sorbetmasse in die ausgehöhlten Orangenhälften streichen und mindestens 1 Stunde gefrieren.
3. Die Orangenhälften in Spalten schneiden, auf 4 Dessertschalen verteilen, mit Rosmarin verzieren und mit je 1 EL Olivenöl begießen.