

| Lafer!Lichter!Lecker! – Menü am 23. April 2016 |



Vorspeise: Flammkuchen mit Frühlingslauch, Parmaschinken und Pinienkernen von Horst Lichter

Zutaten für vier Portionen:

300 g	Mehl
100 g	Hartweizengrieß
1 TL	Salz
½ Päckchen	Trockenhefe
220 ml	lauwarmes Wasser
1 EL	Olivenöl
100 g	getrocknete Tomaten
200 g	Schmand
2 TL	italienische Kräuter, getrocknet
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 Bund	Frühlingslauch
	Mehl zum Ausrollen
3 EL	Pinienkerne
100 g	Rucola
100 g	Parmaschinken, in dünnen Scheiben

Zubereitung:

Für den Flammkuchenteig Mehl, Hartweizengrieß, Salz und Trockenhefe in einer Schüssel mischen. Wasser und Olivenöl zugeben und alles zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten. Abgedeckt 30 Minuten ruhen lassen.

Die getrockneten Tomaten fein hacken. Schmand, Kräuter, getrocknete Tomaten in einer Schüssel verrühren und kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Frühlingslauch waschen, putzen und in feine Ringe schneiden.

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Flammkuchenteig auf der bemehlten Arbeitsfläche kurz durchkneten und in 4 Stücke teilen. Jedes Teigstück auf der Arbeitsfläche dünn ausrollen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Mit dem Schmand bestreichen und mit den Frühlingszwiebeln bestreuen.

Im vorgeheizten Backofen auf dem untersten Einschub 10-12 Minuten backen.

Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten. Den Rucola waschen und trockenschleudern.

(Die Flammkuchen entweder nacheinander backen oder bei Umluft jeweils zwei Blech zusammen backen.)

Nach dem Backen mit dem Parmaschinken belegen und mit den Pinienkernen und dem Rucola bestreuen.



1. Hauptgang: Kabeljau mit Radieschen-Remoulade und Bratkartoffeln von Horst Lichter

Zutaten für vier Portionen:

4	Kabeljaufilets, à 200 g ohne Haut
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
½	Zitrone
	Worcestershiresauce
2 EL	Olivenöl
700 g	gekochte Kartoffeln, geschält vom Vortag
4-5 EL	Rapsöl
1	Zwiebel
100 g	durchwachsener Speck, gewürfelt
1 Bund	Radieschen
3	Cornichons
4 Stiele	Dill
100 g	Mayonnaise
100 g	Sauerrahm
	Cayennepfeffer
½	Zitrone
	Dill zum Garnieren

Zubereitung:

Den Backofen auf 120 Grad vorheizen. Die Kabeljaufilets mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Worcestershiresauce würzen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Filets darin von beiden Seiten 2 Minuten anbraten. Auf ein Backblech legen und im Backofen 10 Minuten ziehen lassen.

Die Kartoffeln in Scheiben schneiden. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln darin goldbraun und knusprig braten. Die Zwiebel schälen und würfeln. Den Speck und die Zwiebeln zugeben und weiter braten lassen, bis der Speck knusprig und goldbraun ist. Die Bratkartoffeln mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Remoulade die Radieschen waschen und putzen. Radieschen und Cornichons klein würfeln oder hacken. Den Dill abbrausen, Stiele entfernen und hacken. Alles zusammen mit der Mayonnaise und dem Sauerrahm verrühren. Die Radieschen-Remoulade mit Salz, Cayenne und Zitronensaft würzig abschmecken.

Zum Anrichten die Bratkartoffeln mit dem Kabeljau auf Tellern verteilen. Die Remoulade darüber träufeln und mit einigen Dillspitzen garnieren.



2. Hauptgang: Riesengarnelen auf Spargel-Rhabarber-Ragout und Spaghetti aglio olio von Johann Lafer

Zutaten für vier Portionen:

1 Bund	weißer Spargel
je 3 Stiele	Thymian und Rosmarin
2	halbierte, ungeschälte Knoblauchzehen
400 g	Rhabarber
2	Schalotten
30 g	Butter
1 TL	Zucker
100 ml	Gemüsefond
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
250 g	frische Spaghetti
4	Knoblauchzehen
1	Chilischote
4-5 EL	Olivenöl
12	Riesengarnelen, ohne Kopf, in der Schale
2	Knoblauchzehen
je 4 Stiele	Thymian und Rosmarin
2 EL	Olivenöl
½	Zitrone
50 g	Rucola

Zubereitung:

Den Spargel waschen, schälen und die Enden abschneiden. Einen Dämpftopf 3 cm hoch mit Wasser befüllen, Kräuter und Knoblauch in das Wasser geben und aufkochen. Die Spargelstangen in den Dämpfeinsatz legen, diesen in den Topf setzen und die Spargelstangen etwa 12-15 Minuten bei geschlossenem Deckel dämpfen.

Den Rhabarber waschen, schälen und in 2-3 cm lange Stücke schneiden. Die Schalotten schälen und würfeln. Die Butter in einer Pfanne erhitzen, Rhabarber und Schalotten darin anbraten. Zucker darüber streuen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Gemüsefond angießen und das Gemüse etwa 3-5 Minuten bissfest garen.

Die Spaghetti in reichlich leicht gesalzenem Wasser al dente kochen. Die Knoblauchzehen schälen, Chili halbieren und entkernen, beides fein hacken. Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen, Knoblauch und Chili darin anschwitzen. Die heißen Spaghetti zugeben und unterschwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Riesengarnelen waschen und trockentupfen. Olivenöl mit den halbierten Knoblauchzehen und den Kräutern in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen darin 1-2 Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit etwas Zitronensaft beträufeln.

Die Spaghetti in Pastatellern anrichten, die Riesengarnelen, den Rhabarber und Spargel darauf geben. Mit Olivenöl beträufeln und den Rucola darüber streuen.



Dessert: *Getränkter Zitronenkuchen mit Erdbeeren und weißer Schokocreme von Johann Lafer*

Zutaten für einen Kuchen ca. 16x12:

300 ml	Sahne
300 g	weiße Schokolade
2	Zitronen
250 g	Butter
250 g	Zucker
4	Eier
250 g	Mehl
2 TL	Backpulver
100 g	Puderzucker
100 ml	frisch gepresster Zitronensaft
500 g	Erdbeeren
	Minze zur Garnitur

Zubereitung:

150 ml Sahne in einem Topf erhitzen, jedoch nicht kochen lassen. Vom Herd nehmen und die weiße Schokolade unterrühren, bis sie vollständig geschmolzen ist. Die Masse abgedeckt gut durchkühlen lassen, am besten über Nacht.

Zwei Zitronen heiß abspülen, trocknen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Butter und 150 g Zucker in einem Topf unter Rühren schmelzen. Den Zitronensaft und die Schale unterrühren, bis eine homogene Masse entstanden ist. Beiseite stellen.

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Eier mit 100 g Zucker in der Küchenmaschine dickschaumig aufschlagen. Anschließend Mehl und Backpulver unterheben. Den heißen Zitronensud langsam zugeben und unterschlagen. Eine Backform (ca. 25x32 cm) mit Backpapier auslegen und die Masse einfüllen. Im vorgeheizten Backofen 35-40 Minuten backen.

Die Schokoladensahne mit den Schneebesen des Handrührers oder in der Küchenmaschine steif schlagen. Die restliche Sahne in einem hohen Becher ebenfalls steif schlagen. Die geschlagene Sahne unter die Schokoladencreme heben. Die Erdbeeren abbrausen, putzen und an der Blüte gerade abschneiden.

Den Kuchen aus dem Ofen nehmen. Den Zitronensaft mit dem Puderzucker und dem Zitronenlikör mischen und den Kuchen damit tränken. Abkühlen lassen. Den Kuchen halbieren. Eine Hälfte etwa 2 cm dick mit der Creme bestreichen. Erdbeeren dicht an dicht darauf setzen. Die Hälfte der übrigen Creme auf den Erdbeeren verteilen und die Zwischenräume damit füllen. Die zweite Kuchenhälfte darauf setzen. Die Seitenränder des Kuchens mit der restlichen Creme glatt streichen. Nach Möglichkeit den Kuchen 1-2 Stunden kalt stellen.

Den Kuchen in 8 Stücke schneiden, mit Minze garnieren und servieren.