



| Lafer!Lichter!Lecker! – Menü am 09. November 2013 |

Vorspeise: *Grüne Brunnenkresse-Essenz mit gebackenen Räucherfischzigarren von Johann Lafer*

Zutaten für vier Portionen:

Für die Essenz:

100 g	frische Brunnenkresse
50 ml	Wasser
2	Keulen vom Maishähnchen
3	Eiweiß, Größe L
1/2 L	heller Geflügelfond
200 g	Knollensellerie
200 g	heller Lauch
2	Lorbeerblätter
4	Wacholderbeeren
1	kleine getrocknete Chilischote
	grobes Meersalz
4 cl	Sherry, dry

Für die Zigarren:

1	Schalotte
50 g	Räucherlachs
50 g	geräuchertes Forellenfilet
1/2	Zitrone (Saft)
1 TL	Crème fraîche
1 EL	Schnittlauchröllchen
4 Blätter	Frühlingsrollenteig
1	Eigelb, Größe S
	Pflanzenfett, zum Ausbacken

Zum Anrichten:

4 Zweige	Brunnenkresse
----------	---------------

Zubereitung:

Die Brunnenkresse von den Stielen zupfen und zusammen mit Wasser einige Minuten pürieren. Danach durch ein feines Sieb streichen und sofort kalt stellen. Haut und Knochen der Keule entfernen. Das Fleisch von Fett und Sehnen befreien, klein würfeln und mit dem Eiweiß vermengen. Anschließend für einige Minuten im Gefrierfach anfrieren.

In der Zwischenzeit Lauch, Sellerie putzen und würfeln. Nun Fleisch, und Gemüse mit Hilfe eines Fleischwolfs durch drehen. Das Fleisch, Gemüse, Gewürze mit kaltem Geflügelfond verrühren und langsam zum Kochen bringen. Danach für circa 15 Minuten bei mittlerer Temperatur ziehen lassen.

Im Anschluss den Sud vorsichtig durch ein feines Küchenhandtuch laufen lassen und erneut zum Kochen bringen. Kurz vor dem Servieren die Brunnenkresse in die Essenz rühren und mit Salz und Sherry abschmecken.



Die Schalotten schälen und fein würfeln. Räucherlachs und Forellenfilet ebenso fein würfeln und zusammen mit Zitronensaft, Crème fraîche, Schnittlauch, Schalottenwürfel verrühren und Chili abschmecken. Die Teigblätter rautenförmig nebeneinander legen und die Ränder mit Eigelb einpinseln. Die Masse auf die Teigblätter mittig platzieren, Seitenränder einschlagen und von unten nach oben zu einer Zigarre aufrollen. Danach im erhitzten Pflanzenfett drei bis vier Minuten knusprig ausbacken und auf Küchenkrepp legen

Die Brunnenkresse-Essenz in die vier vorgewärmten Teller verteilen, die Räucherfisch-Zigarren an die Ränder anlehnen und mit feinen Brunnenkresse-Blättchen vollenden.



1. Hauptgang: Zweierlei von der Ente mit Rahmwirsing und Speckkartoffeln von Johann Lafer

Zutaten für vier Portionen:

Für die Entenfrikadellen:

½	altbackenes Brötchen
50 ml	lauwarme Milch
1	Schalotte
1	Knoblauchzehe
10 g	Butter
250 g	Entenbrust mit Haut (vom Metzger frisch durchgedreht)
1	Ei, Größe S
1 TL	süßer Senf
2 EL	weiße Sesamsaat
30 g	Butterschmalz
20 g	frischer Ingwer
1	kleine rote Chilischote
	feines Salz
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Entenbrust:

2	Entenbrüste a ca. 250- 300 g
2 Zweige	Thymian
2	junge Knoblauchzehen
1 EL	Pflanzenöl, zum Braten
1 EL	Sojasauce
1 TL	Akazienhonig
	feines Salz
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Speck- Kartoffeln:

200 g	durchwachsener Speck, in Scheiben geschnitten
400 g	Drillinge, am Vortag gekocht
1 Bund	Rosmarin
1 EL	Butterschmalz
	feines Salz
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für den Rahmwirsing:

½	Wirsingkopf, max. 600 g
25 g	Butter
100 ml	Geflügelfond
150 ml	Sahne
½ Bund	Blattpetersilie
	feines Salz
	schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
	Muskatnuss, aus der Mühle



Zum Anrichten:

4 Zweige Blattpetersilie

Zubereitung:

Für die Frikadellen das Brötchen entrinden und klein würfeln. Die lauwarme Milch darüber gießen und die Brötchenwürfel zehn Minuten ziehen lassen. Schalotte und Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Butter in einer Pfanne erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin andünsten. Anschließend etwas abkühlen lassen. Das Hackfleisch mit der Zwiebelmischung, dem Ei, Senf und dem eingeweichten Brötchen in eine Schüssel geben, gut vermengen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.

Aus der Hackmasse acht gleichgroße Frikadellen formen, mit dem Sesam bestreuen und im zerlassenen Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze von beiden Seiten anbraten. Grob gehackten Ingwer und halbierte Chilischote zugeben. Dann die Hitze reduzieren und die Frikadellen in fünf bis acht Minuten zu Ende garen.

Die Entenbrüste an der Fettseite rautenförmig einschneiden, mit Salz würzen und mit der Hautseite in der eingeölte Pfanne langsam bei niedriger Hitze auslassen, bis die Haut knusprig ist. Das überschüssige Fett mit Küchenkrepp abtupfen. Dieser Vorgang dauert circa zehn Minuten. Danach wenden, die Hitze erhöhen, mit Pfeffer würzen, die Aromaten zugeben und im Backofen bei 80 Grad Ober-/Unterhitze sieben bis acht Minuten fertig garen. Zum Schluss Sojasauce mit Honig verrühren, die Hautseite der Entenbrüste einstreichen und unter dem Backofengrill bei circa 200 Grad goldbraun backen.

Die Kartoffeln in Speck einzeln einwickeln und mit Rosmarin aufspießen. Danach mit Butterschmalz in einer Pfanne von allen Seiten fünf bis sechs Minuten anbraten und mit Salz, Pfeffer abschmecken.

Den Wirsing von den äußeren Blättern befreien, den Strunk mit einem V-Schnitt entfernen und in Streifen schneiden. Danach abrausen und trocken schleudern.

Die Butter in einer Pfanne erhitzen und den Wirsing darin andünsten, bis er leicht Farbe nimmt. Mit Geflügelfond ablöschen und Sahne aufgießen. Die Blattpetersilie waschen, trocken schleudern, von den Stielen zupfen und in feine Streifen schneiden. Das leicht sämig eingekochte Gemüse mit Salz, Pfeffer, frischer Muskatnuss würzen und mit Blattpetersilie verfeinern.

Das Gemüse mittig auf die Teller legen und die Kartoffeln drum herum setzen. Die Frikadellen auf das Gemüse verteilen, die Entenbrüste in Tranchen schneiden und mit Blattpetersilie vollenden.



2. Hauptgang: Kalbsröllchen mit Dijonsensauce und Kartoffel-Erbсен-Stampf von Horst Lichter

Zutaten für vier Portionen:

Für die Kalbsröllchen:

4	dünne Kalbschnitzel (aus der Oberschale)
4 TL	Dijonsenf, grob
100 g	Camembert
2 EL	Olivenöl
3	Stiele Thymian
	Salz, Pfeffer aus der Mühle

Für die Dijonsensauce:

100 ml	Weißwein
100 ml	Kalbsfond
200 ml	Sahne
1 TL	Dijonsenf, grob

Für den Kartoffel-Erbсен-Stampf:

500 g	mehlig kochende Kartoffeln
250 g	Erbsen (tiefgekühlt)
50 g	Butter
	Muskatnuss
	Kerbel, zum Garnieren

Zubereitung:

Kalbschnitzel mit Salz und Pfeffer würzen, mit dem Senf bestreichen und mit etwas Camembert belegen. Thymianblättchen darauf streuen. Zu Röllchen aufrollen und mit Zahnstochern fixieren.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Röllchen rundum darin anbraten. Im Ofen bei 120 Grad 15 Minuten garen.

Den Bratenansatz mit Weißwein ablöschen und eine bis zwei Minuten verkochen lassen. Kalbsfond und Sahne zugeben und zuletzt Dijonsenf unterrühren. Sauce sämig einkochen lassen und zuletzt mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kartoffeln waschen, schälen und knapp mit Wasser bedeckt weich garen. Kurz vor Ende der Garzeit die Erbsen zwei Minuten mitgaren. Erbsen und Kartoffeln abgießen und in den Topf zurück geben. Butter zufügen, mit Salz und Muskatnuss würzen und mit einem Kartoffelstampfer zerstampfen. Anschließend nochmals abschmecken, falls nötig.

Die Kalbsröllchen aus dem Ofen nehmen, Zahnstocher entfernen und halbieren. Kalbsröllchen mit dem Kartoffel-Erbсен-Stampf auf Tellern anrichten und mit der Sauce beträufeln. Mit Kerbel garnieren.



Dessert: *Heidelbeerpfannkuchen mit Stracciatella-Sahne von Horst Lichter*

Zutaten für vier Portionen:

Für die Heidelbeerpfannkuchen:

250 g	Mehl
1 EL	Zucker
1 Prise	Salz
½ TL	Backpulver
2	Eier
350 ml	Milch
50 g	Butter
300 g	Tiefkühl-Heidelbeeren

Für die Stracciatella-Sahne:

200 g	Sahne
1 EL	Vanillezucker
100 g	Zartbitterschokolade
	Eierlikör, zum Trinken

Zubereitung:

Mehl mit Zucker, Salz und Backpulver in einer Schüssel mischen. Eier und Milch zugeben und alles zu einem glatten Teig verrühren.

Etwas Butter in einer Pfanne schmelzen und den Teig darin portionsweise zu kleinen Pfannkuchen ausbacken. Dabei jeweils einige Heidelbeeren auf die noch flüssige Teigoberseite streuen. Die goldbraun gebackenen Pfannkuchen anschließend einmal wenden und von der zweiten Seite ebenfalls goldbraun backen. Nach Belieben im Ofen bei 60 Grad warm stellen.

In der Zwischenzeit die Sahne steif schlagen, dabei den Vanillezucker einrieseln lassen. Schokolade mit einem großen Messer fein hacken und unter die Sahne heben.

Heidelbeerpfannkuchen mit der Stracciatella-Sahne servieren. Dazu passt sehr gut ein Gläschen Eierlikör!