



## | Lafer!Lichter!Lecker! – Menü am 23. Juni 2012 |

**Vorspeise:** *Gebratener Ostseefisch auf Tomaten-Kohlrabi-Carpaccio mit Passionsfruchtdressing von Johann Lafer*

**Zutaten für vier Portionen:**

2	frische Ostseefische nach Tagesfang (z. B. Seezunge), küchenfertig
1	Zitrone, unbehandelt
4 Zweige	Rosmarin
4 Zweige	Thymian
1/2	Knoblauchknollen
5 EL	Olivenöl
2	Kohlrabi
3	Ochsenherz-Tomaten
3	Passionsfrüchte
2 EL	Honig
3 EL	Balsamico, weiß
5 EL	Rapsöl
0,5 Bund	Schnittlauch
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Zucker

**Zubereitung:**

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Fische innen und außen gründlich waschen und trocken tupfen. Die Zitrone in Scheiben schneiden. Anschließend die Fische mit den Zitronenscheiben und den Kräuterzweigen füllen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Knoblauch waagrecht halbieren. In einer Pfanne drei Esslöffel Olivenöl erhitzen und die Fische darin von beiden Seiten anbraten. Herausnehmen und auf ein Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen etwa 20 Minuten fertig garen.

Die Kohlrabiknollen schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Tomaten waschen, den Strunk entfernen und die Tomaten in dünne Scheiben schneiden. Anschließend den Kohlrabi in einer Pfanne in dem übrigen Olivenöl anbraten und abwechselnd mit den Tomatenscheiben auf Tellern anrichten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Passionsfrüchte halbieren, das Mark herauskratzen und durch ein Sieb streichen. Das Passionsfruchtmark mit dem Honig in einem Topf einmal aufkochen. In einen hohen Mixbecher geben, den Balsamico zugeben und mit einem Pürierstab aufmixen. Das Rapsöl langsam zugeben und untermixen, bis eine sämige Soße entstanden ist. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Abschließend den Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden.

Das Dressing großzügig auf dem Gemüse verteilen. Die Fische filetieren und die Filets darauf anrichten. Mit den Schnittlauchröllchen bestreuen und servieren.



**1. Hauptgang:**      ***Lammlachse im Auberginenmantel mit Kerbel-Zitronenrisotto und Granatapfel-Soße von Johann Lafer***

**Zutaten für vier Portionen:**

2	Auberginen
5 EL	Olivenöl
4	Knoblauchzehen
2 Zweige	Rosmarin
4 Zweige	Thymian
3	Lammlachse
1 EL	Dijonsenf, grob
200 ml	Rotwein
200 ml	Portwein, rot
400 ml	Lammfond
1	Granatapfel
100 g	Butter, kalt
1	Zitrone, unbehandelt
50 g	Pinienkerne
800 ml	Gemüsefond
2	Schalotten
80 g	Parmesan
250 g	Risottoreis
100 ml	Weißwein
1 Bund	Kerbel
	Salz
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Chili, aus der Mühle

**Zubereitung:**

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Auberginen waschen, trocknen und die Ansätze abschneiden. Die Auberginen in sehr dünne Scheiben schneiden und leicht salzen. Fünf Minuten ziehen lassen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit drei Esslöffeln heißem Olivenöl in einer Grillpfanne von beiden Seiten braun anbraten. Drei Knoblauchzehen schälen und halbieren. Die Kräuterzweige sowie den Knoblauch hinzufügen und mitbraten.

Die Lammlachse mit Salz und Pfeffer würzen und nach den Auberginen ebenfalls in der Grillpfanne von allen Seiten anbraten.

Die Lammlachse anschließend mit dem Senf bestreichen, mit den gegrillten Auberginenscheiben umwickeln und im vorgeheizten Backofen 15 Minuten garziehen lassen.

Den Bratensatz in der Pfanne mit dem Rotwein, dem Portwein sowie dem Lammfond ablöschen und fünf Minuten einkochen lassen. Anschließend durch ein Sieb gießen, in einen kleinen Topf geben und nochmals aufkochen. Den Granatapfel einschneiden, aufbrechen und die Kerne herauslösen. Die Granatapfelkerne in die Soße geben, mit Salz, Pfeffer sowie etwas Chili abschmecken und mit 50 Gramm kalter Butter binden.

Die Schale der Zitrone mit einem Sparschäler dünn abschälen und in dünne Streifen schneiden. Den Saft anschließend auspressen. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Den Gemüsefond aufkochen. Die Schalotten und eine Knoblauchzehe schälen und fein würfeln. 30 Gramm Parmesan mit einem Sparschäler hobeln und den restlichen Parmesan fein reiben.

Zwei Esslöffel Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Die Schalotten, den Knoblauch und die Zitronenschale darin andünsten.



Den Reis zufügen und unter Rühren glasig dünsten. Den Weißwein dazugießen und bei milder Hitze unter Rühren einkochen lassen. Ein Viertel des heißen Fonds dazugießen und den Reis unter häufigem Rühren so lange garen, bis die Körner die Flüssigkeit fast vollständig aufgesogen haben. Diesen Vorgang noch dreimal wiederholen, bis der Fond aufgebraucht ist (das dauert je nach Reissorte 18 bis 25 Minuten; das Reiskorn sollte außen weich und innen einen leicht bissfesten Kern haben). Den Risotto mit Salz und Pfeffer würzen.

Anschließend den Topf vom Herd nehmen und die übrige gewürfelte kalte Butter untermischen.

Den geriebenen Parmesan unterrühren, damit der Risotto eine cremige Konsistenz bekommt. Den Kerbel abbrausen, trocken schütteln, abzupfen und fein hacken. Zusammen mit den Pinienkernen unter das Risotto mischen.

Die Lammlachse in Tranchen schneiden und leicht salzen und pfeffern. Das Risotto auf Tellern anrichten, das Fleisch darauf legen, mit der Soße beträufeln und servieren.



## **2. Hauptgang:      *Whiskey-Grillhähnchen mit Spaghettisalat von Horst Lichter***

### **Zutaten für vier Portionen:**

50 ml	Sojasoße
2 EL	Tomatenmark
2 EL	Worcestersoße
2 EL	Ahornsirup
1	Knoblauchzehe
4 EL	Whiskey
4	Hähnchenkeulen
250 g	Spaghetti
250 g	Kirschtomaten
150 g	Mais (aus der Dose)
3 Stangen	Frühlingszwiebeln
1 Bund	Petersilie, glatt
4 EL	Weißweinessig
1 TL	Senf
6 EL	Olivenöl
	Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
	Salz
	Zucker

### **Zubereitung:**

Für die Marinade Sojasoße, Tomatenmark, Worcestersoße, Ahornsirup, etwas Pfeffer und Whiskey verrühren. Die Knoblauchzehe schälen, klein würfeln und ebenfalls dazugeben. Die Hähnchenkeulen auf der Hautseite dreimal tief einschneiden (so kann die Marinade besser einziehen und die Keulen garen schneller.) Die Keulen sowie die Marinade in einen Gefrierbeutel geben, alles gut vermengen und im Kühlschrank etwa zwei Stunden ziehen lassen.

Anschließend herausnehmen, die Marinade abtropfen lassen und aufbewahren.

Die Hähnchenkeulen auf einem Grill bei direkter Hitze zwei bis drei Minuten grillen. Bei indirekter Hitze weitere 20 bis 30 Minuten fertig grillen. Dabei gelegentlich wenden. Während der letzten zehn Minuten die Keulen immer wieder mit der Marinade bestreichen.

Die Spaghetti in reichlich gesalzenem Wasser bissfest gar kochen, abgießen und in eine Schüssel geben.

Die Kirschtomaten waschen und halbieren. Den Mais gut abtropfen lassen. Anschließend die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden. Die Petersilie abrausen, trocken schleudern und die Blätter klein hacken.

Aus Weißweinessig, Senf und Olivenöl eine Marinade herstellen, mit Salz, Pfeffer sowie etwas Zucker kräftig abschmecken und samt dem Gemüse zu den Spaghetti geben. Alles gut mischen, durchziehen lassen und kurz vor dem Servieren nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Spaghettisalat zusammen mit den Hähnchenkeulen auf Tellern anrichten und servieren.



**Dessert:** *Pfirsichtörtchen mit Vanillesoße von Horst Lichter*

**Zutaten für vier Portionen:**

100 g	Butter, weich
150 g	Zucker
1 EL	Vanillezucker
1 Prise	Salz
1	Zitrone, unbehandelt
4	Eier (Klasse M)
160 g	Mehl
1 gestr. TL	Backpulver
1 EL	Milch
4	Pfirsiche
2 EL	Zucker, braun
1	Vanilleschote
150 ml	Milch
150 ml	Sahne
1 TL	Speisestärke
2 cl	Pfirsichlikör
	Puderzucker zum Bestäuben

**Zubereitung:**

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze (160°C Umluft) vorheizen.

Die Butter mit den Schneebesen des Handrührgerätes schaumig schlagen. Nach und nach 100 Gramm Zucker und den Vanillezucker sowie eine Prise Salz unterrühren. Die Schale einer halben Zitrone fein abreiben und ebenfalls hinzufügen.

Anschließend ein Ei trennen. Das Eigelb sowie ein weiteres ganzes Ei zu der Masse geben und ein bis zwei Minuten unterschlagen.

Das Mehl mit dem Backpulver mischen und fein sieben. Die Mehlmischung und einen Esslöffel Milch auf niedriger Stufe unterrühren. Den Teig in vier gefettete Tarteförmchen (circa 10 cm) verteilen und glatt streichen.

Die Pfirsiche waschen, halbieren, entsteinen und in Spalten schneiden. Die Spalten kreisrund in den Teig drücken und mit dem braunen Zucker bestreuen. Anschließend im vorgeheizten Backofen etwa 20 Minuten backen.

Die Vanilleschote längs halbieren und das Mark herauskratzen. 150 Milliliter Milch zusammen mit der Sahne, dem Vanillemark, 50 Gramm Zucker sowie der ausgekratzten Schote aufkochen.

Zwei Eier trennen. Die Eigelbe mit der Speisestärke verrühren. Den Topf nun von der Kochstelle nehmen und die Vanilleschote entfernen.

Einen Teil der heißen Milchmischung unter die Eigelbmischung rühren. Diese Mischung unter ständigem Rühren zu der restlichen Milch gießen. Die Soße unter Rühren langsam erwärmen, bis sie dicklich wird. Dann sofort durch ein Sieb in eine kalte Schüssel gießen und abkühlen lassen. Den Likör abschließend unterrühren.

Die Pfirsichtörtchen aus den Förmchen heben, auf Tellern anrichten und mit etwas Puderzucker bestäuben. Die Vanillesoße um die Törtchen träufeln und servieren.