

Anti Pasti

Zutaten:

1 Zucchini
1 Aubergine
1 rote Paprika
10-12 Cherry Tomaten
8-12 dünn aufgeschnittene Scheiben vom italienischen Landschinken
Olivenöl
Rapsöl
Aceto Balsamico (dunkel)
Knoblauch, frisch
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Je 1 Zweig, Thymian, Rosmarin und Salbei

Zubereitung:

Das Gemüse waschen und putzen. Zucchini und Auberginen in ca. 5mm dicke Scheiben schneiden. Paprika halbieren und in ca. 1cm breite Streifen schneiden. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen, das Gemüse separat anbraten und zum Schluss mit Kräutern, zerdrücktem Knoblauch, Balsamico Essig und etwas Olivenöl verfeinern. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

(Am besten 1 Tag lang marinieren lassen.)

Fertigstellung: Vor dem servieren das Gemüse aus der Marinade herausnehmen und kurz abtropfen. Dekorativ mit ein paar Scheiben z.B. vom Kräuterbaguette auf einem Teller anrichten.

Brot Grundrezept

Zutaten:

Brotgrundrezept:

175 ml Wasser

350 g Mehl

20 g Hefe

10 g Olivenöl

10 g Zucker

10 g Salz

Zubereitung:

Das Mehl in eine Schüssel geben und eine Mulde formen. Die Hefe in die Mulde bröckeln und mit dem warmen Wasser und etwas Mehl zu einem Vorteig verrühren. Diesen ca. 15 Minuten gehen lassen. Dann Öl, Zucker, Salz und alle anderen Gewürze hinzufügen und alle Zutaten zu einem elastischen Teig verarbeiten. Den Teig an einem warmen Platz weitere 20 Minuten gehen lassen.

Den Teig kurz durchkneten und zu einem Brotlaib formen. Mit einem Geschirrtuch abgedeckt noch einmal 15 Minuten gehen lassen.

Den Backofen auf 180°C Umluft vorheizen und das Brot ca. 20 - 25 Minuten backen (bis es schön goldbraun ist).

Anschließend wird das Brot in Scheiben geschnitten und nach Wunsch in einer Pfanne mit etwas Olivenöl angeröstet.

Gebratener Seeteufel

Mango, Zitrusfrucht, roter Chicorée und Basilikum

Zutaten:

400-600g Seeteufel Filet
Salz, Pfeffer aus der Mühle
2-3 Prisen Currypulver
Butterschmalz
1-2 Mangos (ca. 260g ohne Kern)
2-3 Köpfe roten Chicorée
Saft von 2 Orangen
Etwas Puderzucker
Butter
Basilikumzweig
Rosmarin, Thymian, Estragon

Zubereitung:

Den Backofen auf 90°C vorheizen. Das Filet kalt abspülen, trocken tupfen und von Sehnen befreien. In gleichmäßige Mignons portionieren. In Butterschmalz scharf anbraten. Auf dem Ofenrost im vorgeheizten Ofen geben und ein Backblech als Tropfschutz darunter schieben. Bis zur gewünschten Garstufe garen.

Die Mangos schälen und in ca. ½ cm dicke Scheiben schneiden. Den Chicorée- Salat putzen und der Länge nach in acht gleich große Stücke schneiden, den Strunk schräg abschneiden, sodass die Blätter gerade noch zusammenhalten.

Kurz vor dem Servieren etwas Butter in einer Pfanne zergehen lassen, Chicorée einlegen mit etwas Puderzucker bestreuen, leicht salzen und 1 Min. bei mittlerer Hitze braten. Anschließend Mangospalten hinzugeben, kurz mit braten und mit Orangensaft ablöschen. Pfanne vom Herd ziehen.

Basilikum waschen, trocken tupfen und die Blätter in feine Streifen schneiden. Etwas Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen und Basilikum hinzugeben.

Den fertigen Seeteufel aus dem Ofen nehmen und mit der Basilikum-Butter übergießen. Dekorativ auf einem vorgewärmten Teller anrichten.

Im Ganzen gebratener Rinderrücken / Barolo-Pfeffer-Glace / Steinpilze und Oregano-Drillinge

Zutaten:

400-600 g Rinderrücken
Steinpilze
400-500g Drillinge
Bund frischen Oregano
Petersilie, Rosmarin
Meersalz, Zucker
Pfeffer aus der Mühle
Rapsöl
Etwas Gemüsebrühe
Butter
Barolo

Zubereitung:

Rinderrücken: Das Fleisch von groben Sehnen befreien, evtl. in eine gleichmäßige Form bringen. In Rapsöl scharf anbraten und mit gezupften Rosmarin belegen. Im auf 140C° vorgeheizten Ofen bis zur gewünschten Stufe garen. Ca. 10 min. ruhen lassen.

Barolo-Pfeffer-Glace: Den durch das Anbraten entstandenen Saft aufbewahren, mit Brühe und Barolo auffüllen. Pfeffer hinzugeben und um die Hälfte reduzieren lassen. Evtl. nachschmecken.

Fenchel-Feigen-Gemüse: Fenchel und Feigen waschen und putzen. Den Fenchel vierteln und in dünne Streifen schneiden. Die Feigen achteln. Beide Zutaten in Rapsöl anbraten und mit etwas Brühe auffüllen. Mit Butter, Salz und Zucker abschmecken.

Oregano-Kartoffeln: Die Kartoffeln abwaschen, trocken tupfen. Im gut gesalzenen Wasser ca. 20min. kochen und ausdampfen lassen. Anschließend die Kartoffeln in etwas Butter und Olivenöl goldgelb anbraten und mit gezupften Oregano verfeinern. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fertigstellung: Das geschwenkte Gemüse in der Tellermitte anrichten, das Fleisch in gleichmäßige Steaks portionieren, mit Meersalz und Pfeffer abschmecken. Steaks auf das Gemüse setzen und die Kartoffeln außen an legen. Zum Schluss mit der Glace übergießen.

Ricottakuchen / mit Honig und Mandeln überbackene Nektarinen / Frische Beeren

Zutaten:

Mürbteig:

200g Mehl
½ TL. Backpulver
2 TL. Vanillezucker
100g kalte Butter
1 Eigelb
80g Puderzucker

Füllung:

50g Butter
150g Zucker
375g Ricotta
Saft ½ Zitrone
3 Eier

Überbackene Nektarinen:

4-6 frische Nektarinen
Honig
Mandelblätter
Deko: Frische Beeren (Himbeeren, Brombeeren, Johannisbeeren..)

Zubereitung:

Teig:

Die Zutaten miteinander vermengen und zu einem Teig verarbeiten. Den fertigen Teig vorsichtig ausrollen und in eine Form legen.

Füllung:

Dafür die Butter, Zucker und die Eier aufschlagen, Ricotta hinzufügen und mit dem Saft ½ Zitrone verfeinern. Die Masse auf den Mürbteig geben und den Kuchen bei 140C° Umluft ca. 20-30 min. backen.

Überbackene Nektarinen:

Nektarinen waschen, halbieren und den Kern entfernen. Mit der Schnittfläche nach oben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Mit Honig bepinseln und die Mandelblätter darüber streuen. Zusammen mit dem Kuchen backen, gelegentlich nach der Konsistenz schauen.

Fertigstellung: Den Kuchen in gleichmäßige Stücke portionieren und auf den Teller legen. Die gebackenen Nektarinen daneben setzen. Die gewaschenen Beeren dekorativ dazulegen.