

**VHS-Lahr, Seminar:**

# **Kochen – von Mann zu Mann**

13. und 20. April 2016

Ein Drei-Gänge-Menü an einem Abend vorgestellt:

Mit diesen Rezepten machen Sie Ihren Gästen so richtig Appetit. Wir bereiten Gerichte aus der klassischen Küche zu und servieren das nicht ganz Alltägliche mit Ideen zum Variieren.

Egal für welche Abwandlung Sie sich auch entscheiden, mit diesen Rezepten können Sie Ihre Gäste im Handumdrehen begeistern!

Tim Santo  
Schloßstraße 29  
77971 Kippenheim

mobil: 0175 188 46 71  
e-mail: [tim@santo24.de](mailto:tim@santo24.de)  
web: [www.santo24.de](http://www.santo24.de)

## ***Vorspeise:***

### **Lauwarmes Seeteufel-Carpaccio an einer Kartoffelrosette mit glasiertem Chicoree und Sauce Mousseline**

#### **Zutaten für 4 Personen:**

- 500 g Seeteufelfilet
- 1 Limette
- Natives Olivenöl
- Salz; Pfeffer

#### **Zubereitung:**

Das Seeteufelfilet säubern, trocken reiben und mit dem Olivenöl beträufeln. Die Filets in dünne Scheiben schneiden und auf einer Platte auslegen. Nochmals mit Meersalz und Pfeffer aus der Mühle würzen und etwas Olivenöl darüberträufeln. Den ausgelegten Seeteufel im Backofen bei 150 °C etwa 5 Minuten leicht glasig garen.

### **Kartoffelrosetten**

#### **Zutaten für 4 Personen:**

- 4 große mehligkochende Kartoffeln
- Salz, Pfeffer
- Öl zum Ausbacken

#### **Zubereitung:**

Kartoffeln schälen und in hauchdünne Scheiben schneiden. Eine Kartoffelrosette auf einem Teller auslegen und im Ganzen in der Pfanne beidseitig kross braten.

## **Sauce Mousseline**

### **Zutaten für 4 Personen:**

- 4 Eigelb
- 1 Päckchen Butter (geklärt)
- 4 halbe Eierschalen trockener Weißwein
- 100ml geschlagene Sahne
- Abschmecken mit Herbadox, Zitronensaft, Salz und weißem Pfeffer

Diese luftige Sauce kann hervorragend zum Gratinieren verwendet werden.

Die Grundsauce ist Sauce Hollandaise, hierzu lässt man die geschlagene Sahne weg.

### **Zubereitung:**

Butter klären, Eigelbe und Weißwein über dem Wasserbad aufschlagen. Die blutwarme Butter tröpfchenweise unter Rühren zugeben. Sobald man eine stabile Sauce hat, die Sahne unterheben, anrichten und gratinieren.

Weitere Ableitungen sind u.a.:

- Sauce Choron (Reduktion, Tomatenmark)
- Sauce Maitaise (Schale und Saft von Blutorange)

## **Glasierter Chicoree**

### **Zutaten für 4 Personen:**

- 4 Chicoree
- 1 TL Zucker
- 2 EL Butter
- 2 EL Brühe
- Salz, Pfeffer

### **Zubereitung:**

Zucker karamellisieren und mit Brühe ablöschen. Die geputzten Chicoreeblätter darin kurz anschwitzen. Butter hinzugeben und aufschäumen lassen – würzen und anrichten!

**Guten Appetit!**

## *Vorspeise:*

### **Lammkrone mit Pommes Dauphines und Rübchen**

#### **Zutaten für 4 Personen:**

- 2 Lamm-Kotelettstücke mit Knochen
- Je 2 frische Rosmarin- und Thymianzweige, etwas Salbei und Oregano
- Olivenöl / Butter
- Salz, Pfeffer

#### **Zubereitung:**

Lammkrone/Lammkarrée

Eine Lammkrone ist das zu einem Ring zusammengebundene Kotelettstück. Die sauber freigelegten und geputzten Rippenknochen zeigen dabei wie die Zacken einer Krone nach oben.

Zwei zusammengebundene Kotelettstücke bilden sinngemäß eine doppelte Krone, während ein zusammengebundenes Kotelettstück als einfache Krone bezeichnet wird.

Verarbeitung:

Die Lammrücken wie folgt vorbereiten: Das Fleisch von Haut und Fett befreien, die Lendenwirbel abtrennen/abhacken, die Rippenknochen säubern (Lammrücken lässt sich jetzt formen). Die beiden Enden der Rippenreihe zusammenführen. Alles mit Küchengarn fixieren. Durch die aufrechtstehenden Knochen entsteht die Form der Krone.

Die Lammkronen in einen Bräter legen und mit Pfeffer und Salz würzen. Mit Rosmarin, Thymian, Salbei, Oregano belegen, mit etwas Olivenöl beträufeln und bei 200 Grad Umluft je nach Größe circa 20 bis 30 Minuten im Ofen braten.

Kerntemperatur: 55°

### **Pommes dauphines** (einfaches Rezept)

#### **Zutaten für 4 Personen:**

- 250g mehlig kochende Kartoffeln
- Salz
- 40g Butter
- 60g Mehl, gesiebt
- 1 Ei
- Pflanzenöl zum Frittieren

### **Zubereitung:**

**Schritt 1.** Kartoffeln in Salzwasser garen, noch warm pellen. Danach die Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken.

**Schritt 2.** Butter in einem Topf mit 50 ml Wasser einmal aufkochen. Mehl auf einmal zugeben und rasch unterrühren. So lange erhitzen, bis sich eine helle Schicht am Boden bildet. Masse leicht abkühlen lassen, danach das Ei unterrühren.

Kartoffeln zum Schluss kräftig unterrühren. Nocken ausstechen und ausbacken

## **Rübensgemüse**

### **Zum Beispiel Navetten:**

Rüben tournieren und blanchieren – kurz vor dem Anrichten in der Pfanne / Sauteuse mit Butter und einer Prise Zucker glasieren. Mit Salz und weißem Pfeffer würzen.

## ***Nachtisch:***

## **Crème brûlée an Himbeersauce und Erdbeeren**

### **Zutaten für 4 Personen:**

- 200g Sahne
- 100 ml Milch
- 1 Becher Creme Fraiche
- 1 Vanilleschote, 1 Prise Salz
- 4 Eigelb
- 50g Zucker
- Brauner Zucker für die Karamellkruste

### **Zubereitung:**

Den Backofen auf 110 °C vorheizen. Sahne und Milch in einen Topf gießen. Vanilleschote längs aufschlitzen, das Mark herausschaben. Schote und Mark zur Sahne geben. Einmal aufkochen lassen, Schote entfernen und vom Herd nehmen. Eigelbe und Zucker in einer Schüssel verquirlen. Die Eigelbmasse langsam in die heiße Sahne rühren. Dabei nicht zu lange rühren, sonst entstehen zu viele Luftbläschen.

Den Eierrahm eine flache Auflaufform füllen und diese in ein tiefes Backblech stellen. Lauwarmes Wasser zugießen, sodass die Form bis zur halben Höhe im Wasser steht. Im Backofen 30–40 Minuten backen, bis die Creme fest ist. Die Creme an einen Himbeersoßenspiegel in Dessertringen anrichten und die Erdbeeren dazugeben.

**Guten Appetit!**