

VHS-Schwanau, Seminar:

Kochen – von Mann zu Mann

7. Oktober 2016 Bärbel v. Ottenheim-Schule

Eine traditionell-klassische Vorspeise
Ein Hauptgang von ganzem Herzen
Ein Dessert, das es in sich hat

Tim Santo
Schloßstraße 29
77971 Kippenheim

mobil: 0175 188 46 71
e-mail: tim@santo24.de
web: www.santo24.de

Vorspeise:

Austern (fines de claire) klassisch serviert

Zum Verzehr von Austern werden ein Spezialbesteck und die Fingerschale serviert. Das Spezialbesteck besteht aus der Austerngabel und eventuell dem Austernbrecher, einem stumpfen Messer mit breitem Griff. Die Austerngabel wird immer in der rechten Hand gehalten. Setzen Sie die Spitze des Austernbrechers zwischen den Schalen am Scharnier an und dringen Sie damit vorsichtig in die Auster ein, bis diese aufbricht. Die Hand, die die Auster hält, sollte durch einen Handschuh, zumindest aber mit einer Serviette geschützt werden, um Verletzungen zu vermeiden. In den meisten Restaurants werden die Austern bereits geöffnet serviert; so bleibt Ihnen die mühsame Arbeit mit dem Austernbrecher erspart. In diesem Fall ist bei korrekter Öffnung das Weichtier mit der unteren Schale verbunden. Das Fleisch lösen Sie mithilfe der Austerngabel, die drei Zinken und eine seitliche Schneidekante hat. Austern „schlüpfen“ man an der flachen Seite aus.

Quelle: knigge2day.de

Angerichtet auf Eis, serviert mit Zitrone und Pumpernickel.

Hauptspeise:

Kalbsherzsteaks auf buntem Tomatensalat

Zutaten für 4 Personen:

- 1 Kalbsherz
- Je 2 EL Schwarze / Rote / Grüne Pfefferkörner
- 4 EL Honig
- 2 EL Meerrettich aus dem Glas

- 1 TL Brauner Zucker
- 600g Tomaten bunt gemischt
- Salz, Pfeffer
- Zitronensaft
- Olivenöl
- 2 Zwiebeln rot/weiß
- 1 Bund Basilikum

Zubereitung: Das Kalbsherz von 3 bis max. 8 Monate alten Tieren, bis ca. 1,3 Kg schwer, zum Kurzbraten sehr geeignet und weit zarter und saftiger als geschmort zubereitet. Kernige, aber nach dem Braten mürbe Fasern.

Pfeffersorten im Mörser grob zerstoßen. Mit Meerrettich und Honig verrühren. Kalbsherz von Fett, Sehnen und Arterien befreien, gründlich abspülen, trocken tupfen und längs in etwa 3-4 gleichgroße Steaks schneiden. Mit der Pfeffer-Marinade bestreichen und abgedeckt 12 Stunden im Kühlschrank marinieren.

Die Herzsteaks in Öl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze pro Seite ca. 7 Minuten anbraten. Steaks salzen und auf dem buntem, lauwarmen Tomatensalat anrichten.

Gefüllte Wan Tan

Zutaten einfaches Rezept:

- 200g Mehl
- 2 Eier
- Wasser nach Gefühl

Zubereitung: Teig dünn ausrollen und Quadrate mit einer Kantenlänge von 6-7cm zurechtschneiden.

Nach Belieben füllen und kleine Teigbeutel/Säckchen formen und mit Lauchstreifen verschließen.

Klassisch in Brühe garen oder frittieren.

Dessert:

Haselnuss-Soufflé

Zutaten für 4 Personen:

- 75g weiche Butter
- 3 Eigelb
- 45g Zucker sehr *schaumig schlagen*

- 3 Eiweiß
- 45g Puderzucker *mit einer Prise Salz zu Schnee schlagen*

- 3cl Cognac
- 3cl Creme de Cacao
- 75g gemahlene Haselnüsse
- 75g Brösel

Zubereitung: Nach der Vorbereitung der Eiermassen alle Zutaten sehr sachte unterheben. Soufflé-Förmchen mit weicher Butter ausstreichen und mit Zucker austreuen, überschüssigen Zucker ausklopfen.

Soufflé-Masse in die Förmchen füllen und vor dem Backen kalt stellen.

Im heißen Ofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der 2. Schiene von unten 25 Minuten garen.

Auf Himbeersößenspiegel anrichten, mit Sahne garnieren, Soufflés evtl. mit braunem Zucker karamellisieren. Gehackte Pistazien anstreuen.

Gutes Gelingen und bon appétit!