



badenova Kochstudio

Energie.Tag für Tag

Mittwoch, 23. Oktober 2019

Andreas Miessmer
Kochschule, Friesenheim

VORSPEISE

Herbstsalat · Schnecken im Chrysantus-Bierteig Chrysanthemen-Mayonnaise

Rezept für 4 Personen

Salat:

300 g Herbstlicher Pflücksalat
einige Zweige Speisechrysanthemen
40 g geröstete Walnuss-Hälften
6 EL kräftiger Balsam-Essig bspw. Holunderblütenbalsam
Salz, Pfeffer
¼ TL mittelscharfer Senf
12 EL kaltgepresstes Rapsöl

Schnecken:

70 g Mehl
½ TL Kurkumapulver
1 Prise Salz
70 ml Chrysantus (Bier)
1 Ei
125 g gekochte Schnecken a. d. Dose (24 Stk.)
2 EL Mehl
Öl zum Frittieren
Holzspieß

Mayonnaise:

6 EL Weißwein
10 Zweige Speisechrysanthemen
1 Eigelb
1 Msp. Senf
1 Prise Salz, Pfeffer
100 ml kaltgepresstes Sonnenblumenöl oder Rapsöl
1 Spritzer Zitronensaft

1. Für die Mayonnaise das feine Blattwerk abzupfen und kühlen. Die Stiele mit Weißwein zum Kochen bringen, etwas reduzieren und abkühlen lassen. Eigelb mit der Reduktion Senf, Salz und Pfeffer in ein hohes Gefäß geben und mit dem Pürierstab mixen. Die Chrysanthemenblätter zufügen und pürieren. Dann das Öl fadenweise zufügen und untermixen. Die Emulsion abschmecken und mit etwas Zitrone verfeinern.

2. Das Mehl mit dem Kurkuma mischen, Salz, Chrysantus und Ei zufügen, glatt rühren und 20 Min. ruhen lassen.

3. Zwischenzeitlich den Salat und Chrysanthemen putzen, waschen und trocken schleudern. Für das Dressing Essig mit Salz, Pfeffer und Senf verrühren, dann nach und nach das Öl unterschlagen und die Salatsoße abschmecken.

4. Die Schnecken trocken tupfen, in Mehl wenden und auf einen Holzspieß stecken. Durch den Teig ziehen und in schwimmendem, heißen Fett knusprig ausbacken.

5. Den Salat und die Chrysanthemen zu Buketts anrichten, die Nüsse einstreuen und das Dressing darüber träufeln. Die Mayonnaise zum Dippen der Schnecken dazu geben und servieren.

HAUPTSPEISE

Lammkarree in Chrysanthemenkruste · provenciales Gemüseragout Süßkartoffelstampf

Rezept für 4 Personen

Lamm:

600 g Lammkarree (Rücken mit Knochen)
75 g Bauernbrot ohne Rinde
30 g Speisechrysanthemenblätter (2 Bund)
30 g Butter
1 Eigelb
30 g geriebener Bergkäse
Salz, Pfeffer

Gemüse:

1 Aubergine
1 Zucchini
2 rote Spitzpaprika
1 Bund Frühlingszwiebeln
2 Knoblauchzehen
4 EL Olivenöl
1/8 l Weißburgunder
250 g Tomaten

Stampf:

800 g Süßkartoffeln
Salz, Pfeffer, Muskatnuss
200 g Sauerrahm oder Schmand
1 TL Meerrettich a. d. Glas

1. Die Süßkartoffeln schälen, würfeln, knapp mit Wasser bedeckt und 1 Prise Salz zum Kochen bringen. Das Gemüse etwa 15 Min. weich kochen und zur Seite ziehen.

2. Zwischenzeitlich die Gemüse waschen, putzen und in kleine Würfel, bzw. die Frühlingszwiebeln in Ringe teilen. Den feingeschnittenen Knoblauch im Olivenöl andünsten, das Gemüse zufügen und mit Salz und Pfeffer würzen. Angehen lassen, dann mit Weißwein ablöschen und etwas einkochen. Die Tomaten würfeln, zufügen und das Gemüse weitere 5 Min. garen und abschmecken.

3. Den Backofen auf 200° C Unter- und Oberhitze oder 180° C Heißluft vorheizen. Für die Kruste das Bauernbrot ohne Rinde in eine Küchenmaschine geben und fein mixen. Dann die Chrysanthemenblätter zufügen und das Brot erneut fein durchmixen. Anschließend die Butter schaumig rühren, Eigelb zufügen, Salz, Pfeffer und die Brotkrumen unterarbeiten. Zum Schluss den Käse unterheben. Kurz kalt stellen, dann mit den Händen auf das Lammkarree auftragen und andrücken. Auf dem Blech im Ofen 15-18 Min. garen bis zu einer Kerntemperatur von etwa 58° C. Dann den Ofen ausschalten, die Tür öffnen und das Fleisch ruhen lassen.

4. Zum Fertigstellen die Süßkartoffeln abschütten, stampfen und den Sauerrahm, sowie Meerrettich unterrühren. Mit den Gewürzen abschmecken und anrichten. Das Gemüse dazugeben, dann das Lammkarree in Koteletts schneiden und dazu servieren.

NACHSPEISE

Vanille-Birnen / Chrysanthemen-Schaum/ Chrysanthemen-Krokant

Rezept für 6 Personen:

Birnen:

400 ml Weißwein
50 g Zucker
1 Vanilleschote, aufgeschlitzt
1 Sternanis
1 Nelke
3 kleine, aromatische Birnen

Schaum:

2 Eigelb
50 ml tr. Weißwein
100 ml Chrylonge
1 TL Zucker

Pumpernickel:

50 g / 1 Scheibe Pumpernickelbrot, fein gehackt
20 g Pistazien, grob gehackt
10 g Butter
1 TL Blütenhonig

Zubereitung:

1. Weißwein, Zucker, Vanilleschote, Sternanis und Nelke zum Kochen bringen. Birnen schälen, halbieren, Kerngehäuse mit Hilfe eines Kugelausstechers heraus schneiden. Die Birnen im gewürzten Wein bei mittlerer Hitze in ca. 10-20 Min. gar kochen je nach Sorte und Reifegrad dann im Sud auskühlen lassen und am besten über Nacht marinieren.

2. Butter in einer Pfanne zum Schmelzen bringen, den fein gehackten Pumpernickel und Pistazien zufügen. Kurz darin rösten, dann den Honig beisteuern und das Brot darin karamellisieren lassen. Anschließend herausnehmen.

3. Ein Wasserbad mit Schüssel vorbereiten. In der Schüssel Eigelb mit Weißwein und Chrylonge, Zucker und Zitronenabrieb verrühren. Auf das Wasserbad setzen und solange schaumig schlagen bis die Konturen des Schnees deutlich erkennbar werden. Dann vom Wasserbad nehmen und kurz nachschlagen.

4. Die Birnen in Fächer schneiden, anrichten und den Schaum rundherum fließen lassen. Danach den Pumpernickel darüber verteilen und sofort servieren.

300ml Rapsöl,
20g Puderzucker

Frische Chrysanthemen grob zupfen und waschen, Milch, Eigelb, Zucker, Samen verrühren. Öl auf 170°C erhitzen und die gezupften Blätter durch die Ausbackmasse ziehen und ca. 1 Minute im Fett ausbacken. Mit Puderzucker abstäuben und als Garnitur auf das Eis legen.