

Lafer!Lichter!Lecker! – Menü am 18. März 2017



Spinatsalat mit Speckdatteln, Birnen und Blauschimmelkäse von Horst Lichter

Zutaten für vier Portionen:

2	Birnen
1 EL	Zucker
2 EL	Weißwein
2 EL	Weißweinessig
1 EL	Rapsöl
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
3 EL	Walnusskerne
12 Scheiben	Frühstücksspeck
24	Datteln, getrocknet, ohne Kern
1 EL	Rapsöl
150 g	Spinatsalat
150 g	Blauschimmelkäse
1	Baguette

Zubereitung:

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Birnen waschen, schälen, halbieren und entkernen. Die Birnenhälften in Spalten schneiden. Zusammen mit dem Zucker in einer Pfanne anschwitzen. Den Weißwein, Weißweinessig und das Rapsöl zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und die Birnen ein bis zwei Minuten schmoren lassen. Beiseite stellen.

Die Walnusskerne auf einem Backblech verteilen und im Backofen drei bis fünf Minuten rösten.

Die Speckscheiben halbieren und jede Datteln mit einer halben Speckscheibe umwickeln. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Datteln darin von allen Seiten kross und goldbraun anbraten.

Den Spinatsalat putzen, waschen und trockenschleudern. Den Spinatsalat auf einer großen Platte verteilen, die Birnenspalten darauf verteilen und mit dem Sud beträufeln. Die Speckdatteln und die Walnusskerne darüber streuen.

Den Blauschimmelkäse in Stücke schneiden und auf dem Salat anrichten. Dazu Baguette servieren.



Gebratenes Saiblingsfilet auf Kürbisrisotto von Horst Lichter

Zutaten für vier Portionen:

1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1 l	Gemüsebrühe
1 kleiner	Hokkaidokürbis (ca. 250-300 g)
30 g	Butter
250 g	Risottoreis
50 ml	trockener Weißwein
4	Saiblingsfilets, à 180 g mit Haut
2 EL	Rapsöl
4 Stiele	Thymian
3	Knoblauchzehen, geschält und halbiert
30 g	Butter
30 g	Butter
50 g	frisch geriebener Parmesan
	Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und kleinwürfeln. Die Brühe in einem Topf einmal aufkochen, auf kleiner Flamme warm halten. Den Kürbis waschen, halbieren und die Kerne entfernen. Das Fruchtfleisch raspeln. 30 Gramm Butter in einem Topf schmelzen, die Zwiebeln und den Knoblauch darin anschwitzen.

Den Risottoreis zugeben und bei mittlerer Hitze eine Minute lang unter Rühren andünsten.

Den Weißwein angießen und einkochen lassen. Eine Schöpfkelle voll Brühe über den Reis gießen. Den Reis mit einem Holzlöffel aufrühren, so dass er sich vom Boden löst.

Den Reis leise köcheln lassen, so dass er die Brühe langsam aufsaugen kann.

Sobald der Reis fast die gesamte Brühe aufgesogen hat, erneut eine Kelle heiße Brühe angießen und einköcheln lassen. Dabei immer wieder Rühren.

Nach zehn Minuten den Kürbis zum Reis geben und die restlichen fünf bis sieben Minuten mitgaren.

Die Saiblingsfilets mit Salz und Pfeffer würzen. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Filets auf der Hautseite anbraten. Thymian und Knoblauch mit in die Pfanne geben. Nach drei bis vier Minuten die Filets wenden, 30 Gramm Butter zugeben und auf kleinste Stufe schalten. Die Saiblingsfilets immer wieder mit der Butter übergießen und etwa fünf Minuten garziehen lassen.

Nach etwa 15 bis 17 Minuten ist der Reis fertig.

Dann den Risotto vom Herd nehmen, die restliche Butter in Flöckchen einrühren. Den Parmesan einstreuen, kurz unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Zum Anrichten den Risotto in tiefen Tellern verteilen. Je ein Saiblingsfilet darauf legen und mit der Knoblauch-Thymian-Butter beträufeln.



Boeuf bouguignon mit Maronenknöpfe und mariniertem Staudensellerie von Johann

Lafer

Zutaten für vier Portionen:

1,5 kg	Rindfleisch (aus Schulter oder Unterschale)
500 ml	trockener Rotwein aus dem Burgund
75 ml	Weinbrand
je 3-4 Zweige	Thymian und Rosmarin
2	Lorbeerblätter
4	Wacholderbeeren, angedrückt
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 Bund	Suppengemüse
2	Zwiebeln
2	Knoblauchzehen
50 g	Butterschmalz
500 ml	Rinderfond
200 g	Maronen
200 g	Mehl
3	Eier
etwa 150 ml	Mineralwasser
	Salz, Muskatnuss
40 g	Butter
2 TL	Speisestärke, mit kaltem Wasser angerührt
4 Stangen	Staudensellerie
2 EL	Walnussöl
2 EL weißer	Balsamessig

Zubereitung:

Das Rindfleisch abbrausen, trocken tupfen und in circa fünf Zentimeter große Würfel schneiden.

Das Fleisch in eine große Schüssel geben, mit Rotwein und Weinbrand begießen, Kräuter und Wacholder hinzufügen und zugedeckt etwa sechs Stunden im Kühlschrank marinieren.

Suppengemüse putzen und würfeln. Zwiebeln und Knoblauch schälen und vierteln. Das Fleisch aus der Marinade nehmen und abtropfen lassen.

Einen Bräter erhitzen, Butterschmalz zugeben und das Fleisch darin kräftig anrösten.

Gemüse zugeben, ebenfalls anrösten, bis sich ein dunkler Bratensatz

am Topfboden bildet. Die Marinade und den Rinderfond dazu gießen, Kräuter, Zwiebeln und Knoblauch zugeben und einmal aufkochen lassen.

Den Backofen auf 160 Grad vorheizen. Das Fleisch abgedeckt im Backofen etwa eineinhalb bis zwei Stunden garen. Dabei gelegentlich umrühren.

Maronen in einer Küchenmaschine fein hacken. Maronen und Mehl in einer Schüssel mischen. Eier mit Mineralwasser verquirlen und zum Maronenmehl geben. Mit Salz und Muskat würzen und kräftig schlagen. Sobald der Teig Blasen wirft, ist er fertig. Reichlich leicht gesalzenes Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Den Marontei durch ein Knöpflesieb ins kochende Wasser streichen. Eine Minute kochen lassen, mit einer Schaumkelle herausheben und abtropfen lassen.

Die fertigen Maronenknöpfe in einer Pfanne in der heißen Butter schwenken.

Das Fleisch aus der Soße nehmen, diese durch ein feines Sieb streichen und um etwa ein Drittel



einkochen lassen. Die Sauce mit der angerührten Stärke binden und nochmals

kräftig abschmecken. Das weich geschmorte Fleisch zurück in die Soße geben.

Den Staudensellerie waschen, die Fäden ziehen und die Stangen längs mit dem Sparschäler in dünne Streifen schneiden. Die Staudenselleriestreifen mit Salz, Pfeffer, Walnussöl und Balsamico würzig abschmecken.

Zum Anrichten das Fleisch mit der Sauce auf Tellern verteilen, die Knöpfe daneben legen. Den marinierten Sellerie auf dem Fleisch anrichten.



Schoko-Crème brûlée-Törtchen mit Bananensorbet von Johann Lafer

Zutaten für vier Portionen:

100 g	Butter, in Würfel
50 g	Puderzucker
150 g	Mehl
1 Prise	Salz
	Mehl zum Ausrollen und für die Formen
	Butter zum Fetten der Formen
180 ml	Milch
1/2	Vanilleschote, Vanillemark
120 g	Zartbitterschokolade
2	Eigelbe
1	Ei
8	Tarteförmchen, ca. 10 cm Durchmesser
600 g	vollreife Bananen
2 EL	Puderzucker
2	Zitronen
2 cl	Kirschlikör
2-3 EL	brauner Zucker
	Minze zur Garnitur

Zubereitung:

Für den Mürbeteig die Butter mit Puderzucker, Mehl, Salz und einem Esselöffel Wasser in der Küchenmaschine zu einem glatten Teig verkneten. In Klarsichtfolie wickeln und 30 Minuten kalt stellen.

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Tarteförmchen mit Butter fetten und mit Mehl ausstäuben. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche ausrollen, acht Kreise mit einem Durchmesser von zwölf Zentimeter ausstechen und in die Förmchen legen. Leicht andrücken, den Boden mehrmals mit einer Gabel einstechen. Im vorgeheizten Backofen zehn Minuten vorbacken.

Die Milch mit dem Vanillemark erwärmen und vom Herd nehmen. Schokolade in Stücke brechen und in die Milch einrühren. Eigelb und Ei verquirlen und unter die Schokosahne rühren.

Die vorgebackenen Böden mit der Schokosahne befüllen. Den Ofen auf 100 Grad zurückschalten und weitere 20 bis 25 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und ganz erkalten lassen.

Für das Sorbet die Zitronen halbieren, den Saft auspressen. Die Bananen schälen und zusammen mit dem Zitronensaft, Puderzucker und Kirschlikör pürieren. In der Eismaschine cremig gefrieren.

Die Törtchen mit dem braunen Zucker bestreuen und mit einem Bunsenbrenner flambieren. Mit je einer Nocke Bananensorbet und etwas frischer Minze servieren.