

**Zwischen Kürbis und Apfel, Forelle, Zander, Perlhuhn, da
gibt es viel zu tun!
14. November 2011**

Kürbissalat mit Garnelen

Gebratenes Sashimi von der Forelle

Spitzkohl in Sauerkrautsaft und Gewürzzander

Perlhuhn-Romesco

Apfeltörtchen

Kürbissalat mit Garnelen

(für 4 Personen)

500 g Kürbis, z.B. Muskatkürbis
Salz, Pfeffer
Muskatnuss
2 Stiele Thymian
20 g Butter in kleinen Stücken
1 TL Zucker
100 ml Weißwein
4 EL Olivenöl
Mark von 1 Vanilleschote
2 TL Honig
½ rote Chilischote
1-2 EL Weißweinessig
150 g gemischte Blattsalate
1-2 EL Limettensaft
12 Garnelen, roh a' 25 g ohne Kopf
1 Knoblauchzehe
2 EL Öl
1 EL gehackte Petersilie

1. Kürbis schälen, entkernen und in 5 cm große Stücke schneiden. Auf Alufolie legen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Thymianstiele und Butter dazugeben. Alufolie über den Kürbisstücken zusammenfalten und verschließen. Im vorgeheizten Backofen bei 170 Grad Umluft 40-50 Minuten backen.
2. Inzwischen Chili halbieren, entkernen und fein schneiden. Den Zucker in einem Topf hellbraun karamellisieren lassen und mit weißwein ablöschen. Vanillemark, Honig und Chili zugeben und 2-3 Minuten bei mittlerer Hitze einkochen. Den Sud abkühlen lassen, mit Essig und Öl verrühren. Salate putzen, waschen und abtropfen lassen.
3. Kürbis aus dem Ofen nehmen, Alufolie entfernen, das Kürbisfleisch nach Wunsch in kleine Stücke schneiden, mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken. Kürbisstücke mit dem Salat auf Tellern anrichten und mit der Vinaigrette beträufeln.
4. Garnelen auf 4 Holzspieße stecken. Mit der angedrückten Knoblauchzehe in einer Pfanne im Öl 5-6 Minuten von beiden Seiten braten. Mit Salz, Pfeffer und der Petersilie würzen und mit dem Salat servieren.

Gebratenes Sashimi von der Forelle

(Zutaten für 4 Personen)

1 große fest- oder mehlig kochende Kartoffel

½ Bund Petersilie

6 EL Öl

Salz

4 Forellenfilets a' 80 g, mit Haut

Pfeffer

6 EL Mehl

120 g Butter

50 ml Ponzusauce

1. Die Kartoffel schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und die Blätter von den Stielen zupfen. Auf jeweils eine Kartoffelscheibe ein Petersilienblatt legen, mit einer zweiten Kartoffelscheibe bedecken und fest zusammendrücken. Die Kartoffelscheiben sollen leicht feucht sein, dann kleben sie von selbst. 4 EL Öl erhitzen und die Kartoffel-Petersilien-Chips darin knusprig backen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Salz würzen
2. Die Forellenfilets nur auf der Hautseite mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wenden. Das restliche Öl in einer Pfanne erhitzen und die Forellenfilets darin auf der Hautseite knusprig braten. Kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen und in dünne Scheiben schneiden.
3. Die Fischfilets auf Teller verteilen. Die Butter in einem Topf zerlassen und mit der Ponzusauce verrühren. Um die Forellenfilets herum angießen und die Kartoffel-Petersilien-Chips neben den Filets anrichten.

Spitzkohl in Sauerkrautsaft und Gewürzzander

(für 4 Portionen)

110 g Butter
je 1 TL Fenchel- und Koriandersaat
1 TL Zucker
1 TL schwarze Pfefferkörner
Salz
600 g Zanderfilet mit Haut
900 g Spitzkohl
6 Stiele Thymian
6 Wacholderbeeren
40 g Schalotten
2 Tl körniger Dijonsenf
8-10 El Sauerkrautsaft
2 El Öl

1. 70 g Butter in $\frac{1}{2}$ cm große Würfel schneiden und einfrieren. Fenchel, Koriander, Zucker, Pfeffer und 1 Tl Salz im Mörser fein zerstoßen. Zander in 4 gleichgroße Stücke schneiden und die Haut mehrfach streifig einritzen. Hautseite mit der Gewürzmischung einreiben. Zander mit der Hautseite nach unten auf einen Teller legen und abgedeckt 30 Minuten kalt stellen.
2. Spitzkohl putzen und in einzelne Blätter teilen. Die Mittelrippe aus den Blättern schneiden, Blätter quer halbieren und der Länge nach in 1 cm breite Streifen schneiden. Thymianblätter abzupfen, Wacholderbeeren andrücken. Schalotten fein würfeln.
3. 25 g Butter in einem breiten Topf erhitzen, Schalotten darin glasig dünsten. Kohl, Thymian und Wacholder unterrühren und kurz mitdünsten. 8 EL Wasser zugeben, salzen und zugedeckt 8-10 Minuten dünsten, bis der Kohl leicht glasig ist.
4. Spitzkohl aus dem Fond heben, mit der Schaumkelle leicht ausdrücken. Kohl bei 100 Grad im Backofen warm halten. Fond aufkochen. Auf der ausgeschalteten Kochstelle gefrorene Butter nach und nach mit dem Schneebesen in den Fond rühren, um ihn zu binden. Sauce nicht mehr kochen lassen. Senf und Sauerkrautsaft unterrühren, Spitzkohl untermischen, warm stellen.
5. Gewürze vom Fisch abstreifen. Öl und restliche Butter in einer Pfanne erhitzen. Fisch bei mittlerer Hitze auf der Fleischseite 2-3 Minuten braten, dann auf der Hautseite braten. Zusammen anrichten.

Perlhuhn-Romesco

(für 2 Portionen)

20 g Mandelkerne (ohne Haut)
3 Scheiben Baguette
7 EL Olivenöl
2 Perlhuhnbrüste a' 140 g
Salz, Pfeffer
3 Schalotten
1 Knoblauchzehe
350 g Tomaten
1 EL milder Rotweinessig
1 Msp. Piment de Espelette
200 ml gewürzter Tomatensaft
1 Lorbeerblatt
1 Frühlingszwiebel

1. Mandeln grob hacken. Brot würfeln. Beides in einer Pfanne mit 3 EL Olivenöl mischen. Bei mittlerer Hitze goldbraun rösten und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Perlhuhnbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heißen Pfanne in 1 EL Öl auf der Hautseite knusprig braten.. Wenden. Auf der Fleischseite anbraten. Dann auf der Hautseite im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad auf der mittleren Schiene 15 Minuten garen.
2. Schalotten und Knoblauch würfeln. Tomaten vierteln, entkernen, grob schneiden. Alles in 3 EL Öl andünsten. Mit Essig ablöschen, mit Salz und Piment de Espelette würzen. Mit Tomatensaft auffüllen, Lorbeer zugeben und 3-5 Minuten einkochen lassen. Frühlingszwiebel putzen, in schräge Stücke schneiden.
3. Perlhuhnbrüste aus dem Ofen nehmen. 2 Minuten ruhen lassen, dann in Scheiben schneiden. Sauce und Fleisch auf Tellern anrichten. Mit Mandeln, Croutons und Frühlingszwiebeln bestreuen.

Apfeltörtchen

(für 4 Portionen)

4 Platten TK-Blätterteig a' 80 g
2 Eigelb
250 ml Schlagsahne
70 g Marzipan
2 säuerliche Äpfel
1 EL Zitronensaft
Puderzucker
1 TL Lebkuchengewürz

1. Blätterteig auftauen lassen. 1 Eigelb mit 1 EL Sahne verquirlen. Marzipan fein raspeln. Die Äpfel schälen, entkernen, vierteln. Apfelviertel in je 4 Spalten schneiden, mit Zitronensaft mischen. Blätterteig mit einem Nudelholz 3 mm dünn ausrollen. Mit einem runden Ausstecher (11 cm) 4 Teigkreise ausstechen. Kreise mit einer Gabel mehrmals einstechen, jeweils etwas Marzipan in die Mitte geben, mit den Apfelspalten belegen. Teigränder dünn mit dem zweiten Eigelb bestreichen. Törtchen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit Puderzucker bestäuben.

1. Törtchen im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad ca. 20 Minuten auf der untersten Schiene goldbraun backen. Aus dem Ofen nehmen und leicht abkühlen lassen. Die restliche Sahne mit dem Lebkuchengewürz nicht zu steif schlagen. Apfeltörtchen mit Lebkuchensahne servieren.