

**Lamm, Lachs, Dorade und Risotto, ein anspruchsvolles
Motto!
27. Februar 2012**

Lachs mit Artischocken-Vinaigrette

Warmer Bohnensalat mit Lamm

Dorade mit Kartoffelstampf

Risotto mit Morcheln und Kalbsfilet

Luisas Torta Tenerina

Lachs mit Artischocken-Vinaigrette

(für 4 Portionen)

1 Zwiebel
8 EL Olivenöl
1 Lorbeerblatt
50 ml Weißwein
Salz
500 g Artischocke
150 g gemischter Salat
Pfeffer
5 Anchovisfilets in Öl
½ Bund Schnittlauch
320 g kalt geräucherter Lachs

1. Zwiebel in feine Streifen schneiden. 2 EL Öl in einem kleinen Topf erhitzen und die Zwiebelstreifen darin andünsten. Lorbeer zugeben, mit Wein ablöschen und mit 400 ml Wasser auffüllen. Sud leicht salzen und aufkochen.
2. Den Artischockenstiel und die äußeren Blätter abbrechen. Die inneren zarten Blätter entfernen, bis das Heu sichtbar wird. Das Heu mit einem Löffel herauskratzen. Den Boden rundherum sorgfältig schälen, dann vierteln und in den Sud legen. Bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten garen.
3. Salat putzen, waschen, abtropfen lassen. 50 ml Artischockensud mit dem restlichen Öl, Salz und Pfeffer zur Vinaigrette verrühren.
4. Artischocke aus dem Sud nehmen und fein würfeln. Anchovis in kleine Stücke, Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Alles in die Vinaigrette geben.
5. Lachs längs dünn aufschneiden. Lachs und Salat auf Tellern verteilen und mit der Artischocken-Vinaigrette beträufeln.

Warmer Bohnensalat mit Lamm

(für 4 Portionen)

3 Lammhüftsteaks a' 200 g
Salz, Pfeffer
6 EL Olivenöl
1 Zweig Rosmarin
1 große Dose weiße Bohnen, 850 g
1-2 Knoblauchzehen
3 EL Rotweinessig
1 Radicchio
75g Roquefort

1. Fleisch trocken tupfen und rundherum mit Salz und Pfeffer würzen. 2 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Fleisch darin bei mittlerer bis starker Hitze auf beiden Seiten 10 Minuten anbraten. Inzwischen abgezupfte Rosmarinnadeln mittelfein hacken. Fleisch damit rundherum würzen und auf eine ofenfeste Platte legen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad auf dem Rost auf der mittleren Schiene 10 Minuten weitergaren.
2. Bohnen in einem Sieb abspülen und abtropfen lassen. Knoblauch fein hacken und bei milder bis mittlerer Hitze im Bratfett 1-2 Minuten dünsten. Bohnen untermischen und beiseite stellen.
3. Essig und 2 EL kaltes Wasser mischen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. 4 EL Öl mit einem Schneebesen unterschlagen. Sauce mit den Bohnen mischen, Radicchio der Länge nach halbieren, schräg in fingerbreite Streifen schneiden und dann unter die Bohnen mischen.
4. Das Fleisch fest in Alufolie wickeln und 10 Minuten ruhen lassen. Anschließend quer in Streifen schneiden und mit dem Bratensaft unter die Bohnen mischen. Mit dem zerbröselten Käse anrichten. Dazu passt Ciabatta.

Tipp: Statt Lammhüfte können Sie auch Lammrückenfilet nehmen. Das Fleisch wird dann nur 5 Minuten in der Pfanne angebraten und 8-10 Minuten im Ofen weitergegart.

Dorade mit Kartoffelstampf

(für 4 Portionen)

900 g Kartoffeln
Salz, Pfeffer
50 g getrocknete Tomaten
40 g Datteln, entsteint
1 Knoblauchzehe
2 EL helle Sesamsaat
5 Stiele glatte Petersilie
90 g Butter
abgeriebene Schale von einer Zitrone
½ TL gemahlener Anis
4 Doradenfilets, a' 130 – 140 g geschuppt, küchenfertig
2 TL Sumach
3 EL Olivenöl

1. Für den Kartoffelstampf die Kartoffeln schälen und in kochendem Salzwasser in 20 - 25 Minuten garen. Tomaten und Datteln in ½ cm große Stücke schneiden. Knoblauch in feine Würfel schneiden. Sesam in einer Pfanne ohne Fett hellbraun rösten. Petersilienblätter abzupfen und grob hacken.
2. 50 g Butter bei mittlerer Hitze schmelzen. Tomaten, Datteln, Knoblauch und Zitronenschale darin 2-3 Minuten dünsten. Kartoffeln abgießen und gut ausdämpfen lassen. Die Hälfte der Tomaten-Dattel-Butter über die Kartoffeln geben und alles mit einem Kartoffelstampfer grob zerdrücken. Warm stellen.
3. restliche Butter mit dem Anis bei mittlerer Hitze schmelzen. Doradenfilets salzen, pfeffern und mit Sumach bestreuen. Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, die Doradenfilets darin mit der Hautseite nach oben 2-3 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Dann die Filets vorsichtig wenden und auf der Hautseite in 2-3 Minuten fertig braten.
4. Doradenfilets und Kartoffelstampf auf vorgewärmten Tellern anrichten. Restliche Tomaten-Dattel-Butter über den Kartoffelstampf, Anisbutter über die Doradenfilets träufeln. Alles mit Petersilie und Sesam bestreuen und sofort servieren.

Risotto mit Morcheln und Kalbsfilet

(für 4 Portionen)

25 g getrocknete Morcheln
2 kleine Schalotten
1 Knoblauchzehe
150 g Möhren
3 Frühlingszwiebeln
½ Bund glatte Petersilie
80 ml Schlagsahne
1 l Kalbsfond
30 g Butter
300 g Risottoreis
50 ml Weißwein
Salz, Pfeffer
40 g geriebener Parmesan
1000 g Kalbsfilet

1. Die Morcheln 20 Minuten in 200 ml heißem Wasser einweichen. Den Pilzsud durch ein feines Sieb gießen und auffangen. Schalotten fein würfeln. Knoblauch fein hacken. Möhren schälen und sehr fein würfeln. Frühlingszwiebeln putzen und das Weiße und Hellgrüne in kleine Würfel schneiden. Petersilienblätter abzupfen und mittelfein hacken. Sahne steif schlagen. Fond erhitzen.
2. 20 g Butter erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin andünsten. Den Reis zugeben und kurz dünsten. Mit Weißwein und Pilzsud ablöschen und einkochen lassen, bis die Flüssigkeit fast verdampft ist. Mit 1/3 des heißen Fonds auffüllen und den Risotto ca. 20 Minuten offen unter Rühren leise kochen lassen. Dabei nach und nach den restlichen Fond zugießen. Nach 10 Minuten Garzeit die Möhren zugeben.
3. Inzwischen die restliche Butter in einer kleinen Pfanne erhitzen, die Morcheln kurz darin andünsten und 5 Minuten vor Ende der Garzeit mit den Frühlingszwiebeln und der Petersilie unter den Reis heben. Herzhaft mit Salz und Pfeffer würzen. Zuletzt die Sahne unterrühren. Den Risotto auf Tellern anrichten und mit dem Parmesan bestreut servieren. Dazu passt gebratenes Kalbsfilet.

Luisas Torta Tenerina

200 g dunkle Schokolade, mind. 70% Kakao
Milch
150 g Zucker
100 g weiche Butter
3 Eier
2 EL Mehl
1 Vanilleschote
Butter für die Form
Puderzucker

1. Schokolade in Stücke brechen. In einem Topf mit etwas Milch schmelzen, dabei immer wieder rühren. Topf von der Herdplatte nehmen und Zucker einrühren. Mit einem Holzlöffel solange rühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Butter in Stückchen unterrühren.
2. Eier trennen. Die Eigelbe nacheinander in die Masse geben und gut verrühren. 2 EL Mehl einzeln zugeben und gut verrühren. Das Mark von 1 Vanilleschote zugeben und verrühren.
3. Eiweiß steif schlagen und portionsweise unter die Masse mischen. Eine Kuchenform mit Butter ausfetten (24 cm) und die Masse einfüllen.
4. Kuchen auf der 2. Schiene von unten bei 200 Grad 10 Minuten backen. Ofen auf 180 Grad herunter schalten und in 25 Minuten zu Ende backen.
5. Für die Deko Teelöffel, Messer und Gabel auf den Kuchen legen, den Kuchen mit Puderzucker bestreuen und das Besteck entfernen.