

**Behutsam starten wir in die mediterrane Küche,
zunächst ganz einfach, ohne große Flüche!
24. September 2012**

Leber-Sandwich mit Quatre Epices

Pasta mit geröstetem Blumenkohl und Tomaten-Pesto

Pfifferling-Zucchini-Gemüse mit gebratener Forelle

Chorizo-Möhren-Eintopf

Schokokuchen bella Italia

Leber-Sandwich mit Quatre-Epices

(für 4 Portionen als Vorspeise)

1 Eigelb
Salz, Pfeffer
½ TL mittelscharfer Senf
12 EL Sonnenblumenöl
3 EL Walnussöl
60 g gemischte Salate (z.B. Rauke, Radicchio)
1 EL Walnusskerne
6 reife Feigen a' 40 g
1 Tl Zucker
100 ml roter Portwein
Zitronensaft
4 Scheiben Sandwich-Brot
20 g Butter
30 g eiskalte Butter in Würfeln
1 ½ Tl Quatre Epices
4 Stück Geflügelleber a' 50 g
1 EL Rotweinessig

1. Für die Mayonnaise Eigelb, Salz, Pfeffer und Senf mit einem Schneebesen in einer kleinen Schüssel verrühren. Nach und nach 7 EL Sonnenblumenöl und das Walnussöl einrühren und zu einer homogenen Mayonnaise verrühren. Kalt stellen. Salate putzen, waschen gut abtropfen lassen, in kleine Stücke zupfen. Kalt stellen. Walnusskerne grob hacken.

2. Für das Feigen-Confit 4 Feigen halbieren, das Fruchtfleisch mit einem Löffel auskratzen. Zucker in einem Topf hellbraun karamellisieren, Feigen zugeben, mit 50 ml Portwein ablöschen und offen zu Mus einkochen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

3. Die Sandwich-Brotscheiben entrinden, zwischen Klarsichtfolie legen und mit einem Rollholz flach pressen. Die Scheiben hellbraun tosten und diagonal halbieren. 20 g Butter in einem Topf zerlassen, mit 1 TL Quatre Epices würzen. Die Brotscheiben mit der Gewürzbutter bestreichen.

4. Die restlichen Feigen vierteln. Den restlichen Portwein aufkochen, dann mit einem Schneebesen die restliche eiskalte Butter zum Binden einrühren. Die Feigen bei milder Hitze darin schwenken, nicht mehr kochen lassen.

5. 3 EL Öl in einer Pfanne nicht zu stark erhitzen. Die Leber darin 4-5 Minuten bei milder Hitze braten. In der letzten Minute mit Salz und den restlichen Quatre Epices würzen, Leber warm halten. Rotweinessig mit dem restlichen Öl, Salz und Pfeffer verrühren.

6. Sandwich-Scheiben jeweils auf einer Seite mit wenig Mayonnaise bestreichen. Die restliche Mayonnaise mit dem Confit und den Feigenvierteln auf Tellern anrichten. Salat mit der Rotwein-Essig-Vinaigrette mischen. Leber in dünne Scheiben schneiden und mit etwas Salat zwischen 2 Sandwich-Scheiben verteilen. Mit etwas gebundenem Portwein (von den glasierten Feigen) beträufeln und sofort servieren.

Pasta mit geröstetem Blumenkohl und Tomaten-Pesto

(für 4-6 Portionen)

Tomaten-Pesto:

25 g getrocknete Tomaten, ohne Öl
20 g Pinienkerne
25 g italienischer Hartkäse
10 Stiele Petersilie
½-1 Knoblauchzehe
½- 1 TL Chiliflocken
5 EL kalt gepresstes Olivenöl

Nudeln und Blumenkohl:

40 g Rosinen
1 kg Blumenkohl
3 EL kalt gepresstes Olivenöl
Salz, Pfeffer
300 g kurze Nudeln, z.B. Penne rigate
25 g Kapern, abgetropft
2-3 EL schwarze Oliven, ohne Stein, abgetropft
1 Zitrone

1. Für den Tomaten-Pesto die getrockneten Tomaten mit kochend heißem Wasser übergießen und 20 Minuten einweichen lassen. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Den Käse fein reiben. Petersilienblättchen abzupfen, grob hacken und die Hälfte abgedeckt beiseite stellen. Die restliche Petersilie, Käse, Knoblauch, Chiliflocken, Pinienkerne und ausgedrückte Tomaten in einem Mixer fein zerkleinern. Das Öl mit einem Löffel unterrühren. Den Pesto beiseite stellen.

2. Für die Nudeln und den Blumenkohl die Rosinen mit kochend heißem Wasser übergießen und einweichen lassen. Den Backofen mit einem Backblech auf 200 Grad vorheizen. Blumenkohl putzen, vom Strunk schneiden und abspülen. Blumenkohl in etwa 2 cm große Röschen schneiden. Blumenkohl mit Olivenöl mischen, salzen und pfeffern. Vorsichtig auf dem heißen Blech verteilen und 20-25 Minuten auf der mittleren Schiene rösten, dabei nach 15 Minuten wenden.

3. Inzwischen die Nudeln in reichlich kochendem Wasser nach Packungsanweisung garen. Kurz vor Ende der Nudelgarzeit den Pesto mit 150 ml Nudelwasser in einer großen Schüssel verrühren. Kapern, abgetropfte Rosinen und Oliven untermischen. Nudeln abgießen und unterrühren. Blumenkohl und restliche Petersilie unterheben.

4. Die Zitrone heiß waschen, trocken reiben, 2 TL Schale fein abreiben und zu den Nudeln geben. 2 EL Zitronensaft auspressen und untermischen.

Pfifferling-Zucchini-Gemüse mit gebratener Forelle

(für 4 Portionen)

400 g Pfifferlinge
2 Schalotten
2 Stangen Staudensellerie
1 kleine gelbe Zucchini
150 g Kirschtomaten
Salz
4 Forellenfilets mit Haut
½ Bund Schnittlauch
1 Stiel Minze
2 Stiele Basilikum
100 g Speck
5 EL Olivenöl
Pfeffer
2 EL Butter
100 ml Kalbsfond
Zucker
1 EL alter Aceto balsamico

1. Pfifferlinge putzen und klein schneiden. Schalotten fein würfeln. Sellerie entfädeln und fein würfeln. Zucchini längs in 1 cm dünne Scheiben schneiden, dann fein würfeln. Tomaten ca. 30 Sekunden in kochendem Salzwasser blanchieren, abschrecken und abtropfen lassen. Tomaten häuten und halbieren. Die Forellenfilets, wenn nötig, entgräten, dann abspülen, trocken tupfen und quer halbieren. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Die Minzeblätter abzupfen und in feine Streifen schneiden. Dillspitzen abzupfen und grob hacken. Basilikumblätter abzupfen und in Streifen schneiden. Den Speck fein würfeln.
2. 2 EL Öl in einer großen Pfanne sehr stark erhitzen. Zucchini darin 1 Minute scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Pfanne auswischen, Speck darin knusprig auslassen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. 1 EL Öl zum Speckfett geben, Forellenfilets mit Salz und Pfeffer würzen und im Speckfett bei milder Hitze 6-8 Minuten auf der Hautseite braten. Kurz vor Ende der Garzeit 1 EL Butter dazugeben und den Fisch damit beschöpfen.
3. Das restliche Öl in einer zweiten Pfanne sehr stark erhitzen. Die Pfifferlinge darin 3 Minuten anbraten. Schalotten und Staudensellerie zugeben und 2 Minuten mitbraten. Tomaten, Zucchiniwürfel und Speck zugeben mit Fond auffüllen und 1-2 Minuten einkochen lassen. Die restliche Butter einrühren und mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und Aceto balsamico würzen. Kräuter zugeben und zusammen mit den Forellenfilets anrichten

Chorizo-Möhren-Eintopf

(für 4 Portionen)

400 g Kartoffeln
500 g Möhren
300 g weiße Zwiebeln
1 rote Paprika
1 grüne Paprika
250 g pikante Chorizo
4 Datteln, ohne Kern
1 Lorbeerblatt
800 ml Gemüsefond
Salz, Pfeffer
3 Stiele glatte Petersilie
½ TL fein abgeriebene Zitronenschale

1. Kartoffeln und Möhren schälen und in 2-3 cm große Stücke schneiden. Zwiebeln in 1 cm breite Spalten schneiden. Paprikaschoten vierteln, entkernen und in grobe Stücke schneiden. Chorizo in 2 cm lange Stücke schneiden. Datteln fein schneiden.
2. Olivenöl in einem Topf erhitzen, Chorizo und Zwiebeln kurz anbraten. Kartoffeln, Möhren, Datteln und Lorbeerblatt dazugeben und mit Gemüsefond auffüllen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze 15 Minuten garen. Nach 10 Minuten Paprika dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilienblätter abzupfen und grob schneiden. Eintopf in tiefen Tellern anrichten, mit Petersilie und Zitronenschale bestreuen. Sofort servieren.

Schokokuchen bella Italia

(Für 8 Stücke)

250 g weiche Butter

250 g feinsten Zucker

3 Eier

150 g geriebene Mandeln

50 g Mehl

80 g Kakao

10 g Kakao zum Bestäuben

1. Butter mit Zucker in einer Küchenmaschine mit dem Schneebesen in 15 Minuten sehr cremig-dicklich aufschlagen. Eier einzeln zugeben und unterrühren. Mandeln, Mehl und Kakao mischen. Sorgfältig unter die Butter-Eier-Mischung heben. Die Masse auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech (20x28 cm) ca. 2 cm dick verteilen und glatt streichen.
2. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad auf der untersten Schiene 30-35 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und in der Form abkühlen lassen. In 8 Stücke schneiden, mit Kakao bestäuben und mit leicht geschlagener Sahne servieren.