

Volkshochschule Ellerau
Mittelmeerküche
6. Oktober – 10. November 2014
www.kochen-mit-klaus.de

**Rote Linsen, Feta, Lardo und Tajine,
führen uns zum Liebesbrunnen nach Edirne!**
13. Oktober 2014

Crostini mit Paprika-Aufstrich und Feta

Penne mit Lammhack und roten Linsen

Scampi-Lardo-Toast mit Salat von Zitrusfrüchten

Hähnchen-Tajine

**Puit D' Amour mit Blaubeeren
(Liebesbrunnen)**

Crostini mit Paprika-Aufstrich und Feta

(für 12-16 Crostini)

3-5 rote Paprika
3 Knoblauchzehen
4 EL Olivenöl
1 EL Paprikapulver oder Chilipulver
1 Rosmarinweig
150 g Feta
12-16 dünne Scheiben Baguettebrot
3-5 EL Olivenöl zum Braten
schwarzer Pfeffer



Weintipp: Ein vollmundiger Rotwein

1. Paprika waschen, halbieren, Kerne entfernen und mit der Schnittfläche nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Das Blech in den auf 250 Grad vorgeheizten Backofen schieben. Paprika so lange backen, bis sich die Haut schwarz färbt und Blasen wirft. das Blech aus dem Ofen nehmen, Paprika mit einem angefeuchteten Tuch bedecken und abkühlen lassen. Haut abziehen und das Fruchtfleisch grob würfeln.
2. Knoblauch schälen, fein hacken und in einem kleinen Topf in 2 EL Olivenöl farblos anschwitzen. Paprika und Paprikapulver dazugeben und alles anschwitzen. Die Masse kurz mit einem Pürierstab mixen. (sie soll dadurch lediglich etwas gebunden, aber nicht zu einer homogenen Paste gemixt werden.)
3. Rosmarinnadeln fein hacken. Feta in kleine Stücke brechen. 2 EL Olivenöl mit dem Rosmarin mischen und damit den Käse kurz marinieren.
4. Brotscheiben in einer Pfanne im Olivenöl von beiden Seiten goldbraun und knusprig braten. Kurz zum Entfetten auf Küchenpapier setzen und mit Paprikamus und Feta belegen. Mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen.

Penne mit Lammhack und roten Linsen

(für 4-6 Portionen)

1 Knoblauchzehe
400 g Lammhack
3 TL Harissa-Paste
1 Ei
2 EL Semmelbrösel
Salz
150 g rote Linsen
500 g Brokkoli
3 EL Öl
300 g Penne rigate
20 g Koriandergrün
150 g cremiger Schafskäse



1. Knoblauch fein hacken. Lammhack, Knoblauch, Harissa, Ei, Semmelbrösel und Salz in einer Schüssel zu einer glatten Masse verkneten und abgedeckt beiseite stellen.
2. Linsen in kochendes Wasser geben und 6-8 Minuten leicht bissfest garen. Linsen abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Brokkoli putzen und in 3 cm große Röschen teilen. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Hackmasse in walnussgroßen Stücken direkt ins heiße Öl zupfen und rundum braun braten.
3. Inzwischen die Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen. Nach der Hälfte der Garzeit den Brokkoli zugeben und zusammen zu Ende garen. Korianderblättchen mit den feinen Stielen grob schneiden.
4. Linsen zu den Hackbällchen geben. Brokkoli-Nudeln abgießen, dabei 200 ml Nudelwasser auffangen. Brokkoli-Nudeln kurz abtropfen lassen und mit den Hackbällchen mischen. 100 ml Nudelwasser zugeben. Käse darüber zupfen und mit Koriander bestreut anrichten.

Scampi-Lardo-Toast mit Salat von frischen Zitrusfrüchten

(Zutaten für 4 Personen)

4 Scheiben Toastbrot
12 geschälte Scampischwänze
Salz
12 Scheiben hauchdünn geschnittenen
Lardo di Collonata
100 g Radicchio
12 Filets von Zitrusfrüchten
(Orange, Grapefruit, Mandarine)
4 Stängel glatte Petersilie



Weintipp: Ein Weißer aus dem Friaul (Rebsorte Ribolla Gialla) passt sehr gut zu den kräftigen Zitrusaromen.

1. Toastbrot entrinden, in je 3 Rechtecke schneiden. Jedes Rechteck mit einem Scampischwanz belegen, leicht salzen. Mit je 1 Scheibe Speck ganz umwickeln. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad 10-15 Minuten backen.
2. Salat salzen und mit Fruchtfilets auf Teller verteilen. Jeweils der Scampi-Lardo-Toasts darauflegen. Mit Petersilie garnieren. Evtl. mit altem Balsamicoessig beträufeln.

Hähnchen-Tajine

(für 4-6 Portionen)

1 kg Hähnchenbrustfilets
750 g Hokaido-Kürbis
2 rote Zwiebeln
2-3 EL Sonnenblumenöl
Salz, Pfeffer
¼ TL gemahlener Kreuzkümmel
¼ TL gemahlener Koriandersamen
¼ TL Ras el Hanout
600 ml Gemüsebrühe
1 Granatapfel
1 Dose Kichererbsen, 240 g Abtropfgewicht



Weintipp: Ein Vermentinu aus Korsika mit frischen Nuancen von Apfel und Weißdorn

1. Hähnchenbrust in Stücke schneiden. Kürbis waschen und entkernen. Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Öl im Schmortopf erhitzen, Hähnchenfleisch darin rundum kräftig anbraten. Salzen und pfeffern.
2. Kürbis und Zwiebeln dazugeben und kurz mitbraten. Gewürze hinzufügen, Brühe angießen und aufkochen lassen. Granatapfel halbieren, eine Hälfte auspressen, aus der anderen Hälfte die Kerne herauslösen. Kichererbsen abgießen. Mit dem Granatapfelsaft zur Tajine geben und zugedeckt 15-20 Minuten schmoren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss Granatapfelkerne unterheben und sofort servieren.

Puit D' Amour mit Blaubeeren (Liebesbrunnen)

(Zutaten für 16 Stück)

4 rechteckige Blätterteigplatten (10x20 cm)
1 Ei
1 Vanilleschote
50 g Zucker
250 ml Milch
3 Eigelb
10 g gesiebtes Mehl
10 g gesiebte Speisestärke
250 g Blaubeeren
Zitronenmelisse- oder Minzeblättchen als Garnitur



Weintipp: Ein Saumur demi sec, ein fruchtiger Schaumwein von der Loire

1. Für den Liebesbrunnen Blätterteigplatten auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche ausbreiten und pro Platte 8 Kreise mit einem Durchmesser von 4 cm ausstechen. Jeweils 4 der Kreise mit dem kleineren Ring ausstechen, sodass dünne Blätterteigringe entstehen. Ei mit 1 EL Wasser verquirlen. Die 16 Kreise dünn mit Ei bepinseln und behutsam jeweils 1 Teigring darauf setzen. Diesen leicht andrücken und die Oberfläche dünn mit Ei bepinseln. Die Pastetchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen und auf mittlerer Schiene im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad in 14 Minuten goldbraun backen dann die Hitze auf 100 Grad herschalten. Nach weiteren 10 Minuten die Pastetchen herausnehmen, auf ein Gitter setzen und auskühlen lassen.
2. Für die Vanillecreme die Vanilleschote längs halbieren, Mark auskratzen und beides mit 20 g Zucker zur Milch geben und zum Kochen bringen.
3. 3 Eigelb mit 30 g Zucker, Mehl und Stärke mit den Schneebesen des Handmixers zuerst auf niedrigster Stufe, dann – sobald das Mehl und die Stärke untergehoben sind- auf höchster Stufe weißschaumig schlagen.
4. Vanilleschote aus der Milch nehmen. Handmixer auf niedrigster Stufe herschalten und die kochend heiße Milch langsam zur Eimasse gießen. Die Masse in den Topf geben und unter ständigem Rühren zum Kochen bringen. Darauf achten, dass die Creme nicht am Topfboden anbrennt. Die Creme sofort in eine Schüssel umfüllen und glatt streichen, die Oberfläche mit Klarsichtfolie bedecken, damit sich keine Haut bildet. Creme abkühlen lassen und kalt stellen.
5. Die Creme in die Pastetchen füllen. Blaubeeren darauf verteilen und nach Belieben mit Puderzucker bestäuben. Mit Zitronenmelisseblättchen garnieren