

Volkshochschule Ellerau
Kochen für Männer
5. November – 17. Dezember 2018
www.kochen-mit-klaus.de

**Im alten Jahr zum letzten Mal,
ein superfeines Abschiedsmahl!
17. Dezember 2018**

Kartoffel-Sellerie-Tartes mit Saiblingskaviar-Nocken

Kürbis-Ingwer-Süppchen mit Jakobsmuscheln

Zander-Nuggets auf Paprika-Kraut

Iberico-Nackensteaks mit Pak choi und Granatapfel

Zipfelmützen-Cupcakes

Kartoffel-Sellerie-Tartes mit Saiblingskaviar-Nocken

(für 4 Personen)

600 g mehlig kochende Kartoffeln
1 kleine Sellerieknolle
1 Bund Schnittlauch
250 g Saiblings- oder Forellenkaviar
150 g Creme fraiche
Salz, schwarzer Pfeffer
Saft von ½ Zitrone
100 ml Olivenöl
4 TL Butter
4 Dillstängel
und etwas Olivenöl zum Garnieren



1. Die Kartoffeln waschen, schälen und in kaltes Wasser legen. Den Sellerie waschen, bürsten, schälen und halbieren. Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Den Kaviar in eine Schüssel geben, Schnittlauchröllchen und Creme fraiche unterrühren und die Masse mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Die Kaviarcreme mit Folie abdecken und kaltstellen.
2. Die abgetropften Kartoffeln und den Sellerie auf einer Vierkantreibe grob raspeln, vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Masse etwa 5 Minuten ziehen lassen. Dann mit den Händen das Wasser gut ausdrücken.
3. 3 EL Olivenöl in einer kleinen Pfanne erhitzen, ein Viertel der Kartoffel-Sellerie-masse darin etwa 1 cm hoch verteilen. Mit einem breiten Messer den Teigrand abrunden. Die Tarte bei mittlerer Hitze goldbraun und knusprig rösten. Zum Wenden zuerst auf einen Teller und dann mit der anderen Seite in die heiße Pfanne gleiten lassen. 1 TL Butter am Pfannenrand entlang hineingeben und auch die Seite knusprig braten. Die Tarte herausheben, auf Küchenpapier entfetten und warm stellen. Auf diese Weise noch drei Tartes backen. Alternativ kann man statt 4 großer Tartes mehrere kleine Tartes in der Pfanne backen.
4. Die Kartoffeltartes auf Tellern anrichten. Mit einem Esslöffel von der Kaviarcreme Nocken abstechen. Auf jede Tarte eine Nocke setzen, mit 1 Dillstängel garnieren und mit Olivenöl umziehen.

Kürbis-Ingwer-Süppchen mit Jakobsmuscheln

(für 4 Portionen)

500 g Kürbisfruchtfleisch
1 Schalotte
1-2 EL frisch geriebener Ingwer
60 g Butter
100 ml Weißwein
700 ml Geflügelfond
1-2 EL Creme fraiche
Salz, Pfeffer, Kardamom
frisch geriebene Muskatnuss
1 EL Kürbiskernöl 40 g Kürbiskerne
4 Jakobsmuscheln
Butterschmalz zum Braten



1. Das Kürbisfruchtfleisch in 1 cm große Würfel schneiden. Die Schalotten schälen und klein würfeln. Kürbis und Schalottenwürfel mit dem Ingwer in der zerlassenen Butter farblos anschwitzen. Dann mit dem Weißwein und dem Geflügelfond aufgießen und den Kürbis in etwa 25 Minuten weich garen.
2. Die Kürbis-Schalotten-Ingwer-Mischung im Mixer oder mit dem Pürierstab pürieren und durch ein Sieb in einen Topf gießen. Creme fraiche einrühren und das Süppchen mit Salz, Pfeffer, Kardamom sowie Muskatnuss würzen und warmhalten.
3. Das Kürbiskernöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Kürbiskerne darin kurz anrösten. Die Kerne aus der Pfanne nehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.
4. Das Jakobsmuschelfleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Jakobsmuscheln darin von beiden Seiten je 1 Minute anbraten. Die Jakobsmuscheln halbieren und in vorgewärmte tiefe Teller oder Tassen geben und einige Kürbiskerne drumherum streuen. Die Suppe mit dem Pürierstab kurz aufschäumen und in die vorbereiteten Teller oder Tassen gießen. Mit ein paar Tropfen Kürbiskernöl beträufeln und sofort servieren.

Zander-Nuggets auf Paprikakraut

(für 4 Personen)

Paprika-Kraut:

400 g mildes Weinsauerkraut
2 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
200 g rote Spitzpaprika
½ TL schwarze Pfefferkörner
1 Lorbeerblatt
2 EL Butterschmalz
1 TL Paprika edelsüß
Salz
½ TL Zucker
50 ml Weißwein
150 ml Gemüsebrühe

Zander-Nuggets:

100 g Mehl, 2 Eier, 200 ml helles Bier, 4 Zanderfilets a' 140 g
2-3 EL gehackter Dill, 200 g saure Sahne, 200 g Butterschmalz
Salz, schwarzer Pfeffer, edelsüßes Paprika



1. Sauerkraut auf ein Sieb geben, leicht ausdrücken. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Paprika halbieren, entkernen, waschen und in Streifen schneiden. Gewürze und Lorbeer in ein Einwegfiltertütchen füllen, zubinden.
2. Butterschmalz in einem Topf erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Paprikastreifen etwa 5 Minuten andünsten. Paprikapulver dazugeben, kurz andünsten. Sauerkraut untermischen. Salzen und mit Zucker bestreuen. Mit Wein ablöschen, einkochen lassen. Brühe angießen, das Gewürzsäckchen hinzufügen und das Kraut zugedeckt etwa 30 Minuten schmoren.
3. Mehl, Eier und Bier glattrühren. 30 Minuten ruhen lassen.
4. Zanderfilets waschen, trocken tupfen und quer in ca. 4 cm breite Streifen schneiden. Dill und saure Sahne verrühren.
5. Backofen auf 80 Grad vorheizen. Butterschmalz in einem Topf erhitzen. Zander salzen, pfeffern und mit Paprika bestreuen. Durch den Teig ziehen, abtropfen lassen und im heißen Fett 1-2 Minuten unter wenden ausbacken. Mit einer Schaumkelle herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Im Backofen warmhalten, bis alle Nuggets fertig sind.
6. Gewürzsäckchen aus dem Sauerkraut nehmen, Kraut abschmecken. Zander-Nuggets salzen, auf dem Paprikakraut anrichten. Saure Sahne dazu servieren.

Iberico-Nackensteaks mit Pak choi und Granatapfel

(für 2 Portionen)

220 g Mini-Pak-choi, 3-4 EL Maiskeimöl
1 TL Sesamöl, Salz, 400 g Mango
½ rote Chilischote, 10 g frischer Ingwer
3 EL Limettensaft, 1 TL brauner Zucker
2 EL Fischsauce, 1 EL Sojasauce
100g rote Zwiebel, ½ Granatapfel, 40 g Walnusskerne
40 g Blauschimmelkäse (Gorgonzola oder Roquefort)
1 Gewürznelke, 1 Muskatblüte, ½ TL grobes Meersalz
2 Iberico-Schweinenackensteaks, a' 190 g
1-2 Stiele Minze
½ TL Pulbiber, 2 Stiele Koriandergrün



1. Pak-choi putzen, Stiele von den Blättern trennen. Stiele und Blätter waschen, gut abtropfen lassen und klein schneiden. Pak-choi-Stiele in 1 EL Maiskeimöl und dem Sesamöl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze 3 Minuten braten, mit Salz würzen. Pak-choi-Blätter zugeben, 1 Minute mit garen. Pfanne beiseitestellen.
2. Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein schneiden und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Chilischote putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Ingwer schälen, fein reiben und in einer Schüssel mit Limettensaft, Zucker, Fischsauce, Sojasauce und Chili zu einer Marinade verrühren. Mango untermischen.
3. Zwiebel in 16 Spalten schneiden, in einer Pfanne in 1 EL Maiskeimöl bei mittlerer bis starker Hitze 2-3 Minuten braten. Zwiebeln salzen und mit dem Mango Salat mischen. Granatapfelkerne aus der Schale lösen. Walnüsse mittelfein hacken. Blauschimmelkäse in feine Stücke zupfen.
4. Nelke, Muskatblüte und grobes Meersalz im Mörser fein zerstoßen. Nackensteaks auf beiden Seiten mit der Gewürzmischung einreiben.
5. Restliches Maiskeimöl in einer Pfanne erhitzen. Fleisch darin auf beiden Seiten scharf anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen, auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Ofen bei 220 Grad auf der 2. Schiene von unten 5-6 Minuten garen. Fleisch aus dem Backofen nehmen, mit Alufolie abdecken und 5 Minuten ruhen lassen.
6. Minzblätter von den Stielen abzupfen und grob schneiden. Pak-choi mit Mango Salat, Granatapfelkernen, Blauschimmelkäse und $\frac{3}{4}$ der Walnüsse mischen, auf Tellern anrichten. Fleisch in Scheiben schneiden und draufgeben. Mit Pulbiber, restlichen Walnüssen, Minze und abgezupften Korianderblättchen bestreuen und servieren.

Zipfelmützen-Cupcakes

(Zutaten für 10 Stück)

100 g Lindt Excellence 70%
250 g Butter, weich
125 g Zucker
2 zimmerwarme Eier
125 g Mehl
2 EL Kakaopulver
2 TL Backpulver
350 ml Cassis Saft
100 g feine Kokosraspel
10 Mini-Lindor Kugeln
50 g Puderzucker
10 g Speisestärke



1. Ofen auf 180 Grad vorheizen. 50 g Schokolade fein raspeln. 125 g Butter und den Zucker mit einem Handrührgerät ca. 5 Minuten schaumig schlagen, Eier nach und nach unterrühren. Mehl mit Kakao und Backpulver mischen, darüber sieben und unterrühren. Nun die geraspelte Schokolade und 75 ml Cassis Saft untermischen. Papierförmchen zu 2/3 mit dem Teig füllen, Muffins im heißen Ofen 25-30 Minuten backen. Danach erkalten lassen.
2. Inzwischen restliche Schokolade klein hacken und in einer Schüssel über dem heißen Wasserbad schmelzen. Die Oberseite der abgekühlten Muffins dünn mit Schokolade bestreichen und in die Kokosraspel drücken. Mini-Lindor-Kugeln in der übrigen Schokolade wenden, dann in den restlichen Kokosraspeln wälzen.
3. Den restlichen Cassis Saft (275 ml) mit Puderzucker etwa um die Hälfte auf 150 ml einkochen. 2-3 EL davon mit der Speisestärke glattrühren. Restlichen eingekochten Saft nach und nach unterrühren. Mischung in den Topf zurück schütten und solange auf dem heißen Herd rühren, bis eine dickflüssige Konsistenz erreicht ist. Dann abkühlen lassen.
4. Restliche Butter (125 g) ca. 5 Minuten mit dem Handrührgerät schaumig schlagen. Dann löffelweise die Cassis Creme zufügen und gründlich unterrühren. Creme in einen Spritzbeutel füllen und spitz zulaufend auf die Muffins spritzen. Auf jeden Cupcake abschließend eine Mini-Lindor-Kugel drücken.