Volkshochschule Ellerau
Kochen für Männer
27. Februar – 3. April 2023
www.kochen-mit-klaus.de

Südtirol, Frankreich, Schweiz,
am Ende geben Blondies uns den Reiz!

6. März 2023

Graukas-Suppe mit Brezen-Krusteln

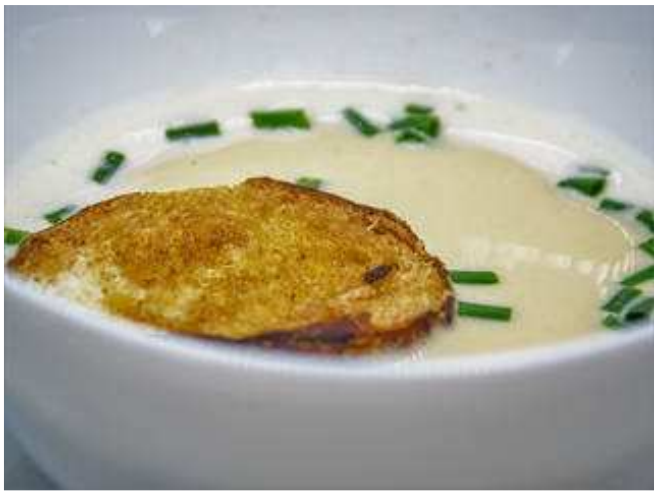
Schlemmerfilet a‘ la Maison

Kalbsgeschnetzeltes mit Pastinaken und Apfel

Zitronen-Blondies

Graukas-Suppe mit Brezen-Krusteln

(für 4 Portionen)



1 Laugenbrezel, 70 g
40 g Butter, 70 g Schalotten
1 kleine Knoblauchzehe
100 ml Weißwein
600 ml Rinderfond
100-120 g Graukas
ersatzweise 200 g Harzer Käse
200 ml Sahne, Salz, Pfeffer
Gemahlener Kümmel
Muskat
1 kleines Bund Schnittlauch
4-8 TL Kürbiskernöl

1. Brezel in feine Scheiben schneiden. 30 g Butter in einer Pfanne erhitzen. Brezelscheiben darin bei mittlerer bis starker Hitze goldbraun rösten, auf einem Teller abkühlen lassen.
2. Für die Suppe die Schalotten halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden. Knoblauch andrücken und fein hacken. Restliche Butter in einem Topf erhitzen und Schalotten und Knoblauch darin glasig dünsten. Mit Wein ablöschen und fast vollständig einkochen lassen. Mit Fond auffüllen, Graukas dazubröseln und offen bei mittlerer Hitze 15 Minuten kochen lassen. Dann die Sahne zugeben, kurz aufkochen lassen und mit dem Schneidstab schaumig mixen. Mit Salz, Pfeffer, Kümmel und etwas Muskat abschmecken.
3. In vorgewärmte tiefe Teller füllen und mit fein geschnittenem Schnittlauch und Brezen-Krusteln bestreuen. Mit jeweils 1-2 TL Kürbiskernöl beträufeln und sofort servieren.

Schlemmerfilet a‘ la Maison

(für 2 Portionen)

1 Schalotte, 2 EL heißes Olivenöl
70 g Ciabatta-Brot
40 g weiche Butter, Salz
1 Eigelb
20 g gehackte grüne Oliven, entstein
2 EL Basilikum, fein geschnitten
2 Skrei-Filets, ohne Haut a‘ 160 g küchenfertig

1. Die Schalotte fein würfeln und in 1 EL heißem Öl bei mittlerer Hitze glasig dünsten und abkühlen lassen. Das Ciabatta-Brot entrinden, in grobe Würfel schneiden und im Blitzhacker zerkleinern. Die Butter, 1 EL Olivenöl und etwas Salz mit den Quirlen des Handrührers 5 Minuten schaumig rühren.
2. Zuerst die Schalotten, dann das Eigelb, die gehackten Oliven und das Basilikum und zuletzt die Brotbrösel in die Buttermasse geben und unterrühren.
3. Die Fischfilets trocken tupfen, leicht salzen und auf ein gefettetes Backblech setzen. Die Butter-Brösel-Masse auf den Filets verteilen und etwas andrücken. Im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad auf der mittleren Schiene 12-15 Minuten überbacken.

Kalbsgeschnetzeltes mit Pastinake und Apfel

(für 4 Portionen)

Kartoffeltaler:
600 g vorw. fest kochende Kartoffeln
Salz, 2 EL Mehl
2 Eigelb, Pfeffer, Muskat
4 EL neutrales Öl
Kalbsgeschnetzeltes:
500 g Kalbsrücken, ohne Knochen
ersatzweise Kalbsschnitzel
100 g Pastinaken, 8 Schalotten a‘ 30 g
2 EL neutrales Öl, Salz
10 g Butter, ½ TL edelsüßes Paprikapulver
1 TL Mehl
200 ml Weißwein, 250 ml Kalbsfond
150 ml Sahne, 1 Apfel, 200 g
Pfeffer, 6 Stiele Estragon

1. Für die Kartoffeltaler die Kartoffeln schälen und in grobe Würfel schneiden. Kartoffeln in kochendem Salzwasser 20 Minuten garen, abgießen und gut ausdämpfen lassen. Durch eine Kartoffelpresse drücken, locker mit Mehl, Eigelb, Salz, Pfeffer und Muskat mischen und beiseitestellen.
2. Für das Kalbsgeschnetzeltes Kalbsrücken trocken tupfen und in Streifen (3 cm lang, 5 mm breit) schneiden. Pastinaken putzen, schälen, in dünne Scheiben schneiden. Schalotten längs vierteln.
3. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Fleisch mit Salz würzen und darin bei starker Hitze von allen Seiten 2 Minuten hellbraun braten. Fleisch aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Butter in der Pfanne zerlassen. Pastinaken und Schalotten darin bei mittlerer Hitze unter Rühren 2-3 Minuten dünsten.
4. Gemüse in der Pfanne mit Paprikapulver und Mehl bestäuben und kurz mitdünsten, mit Weißwein ablöschen und auf die Hälfte einkochen lassen. Kalbsfond und Sahne zugießen, aufkochen und bei milder Hitze ohne Deckel 15 – 20 Minuten einkochen lassen.
5. Inzwischen für die Kartoffeltaler Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Kartoffelmasse mit angefeuchteten Händen zu 8 kleinen Talern formen und bei mittlerer Hitze von jeder Seite 4 Minuten braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und im Backofen warmhalten.
6. Für das Geschnetzeltes Apfel waschen, trocken tupfen, vierteln, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Apfel und Fleisch in die Sauce geben, Geschnetzeltes vom Herd nehmen, 2-3 Minuten zugedeckt ziehen lassen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.
7. Estragonblätter von den Stielen abzupfen, einige beiseitelegen. Restliche Estragonblätter fein schneiden und zum Geschnetzelten geben. Kalbsgeschnetzeltes und Kartoffeltaler auf vorgewärmten Tellern anrichten mit beiseitegelegten Estragonblättern bestreuen und servieren.

Zitronen-Blondies

(für 20 Stücke)

300 g weiße Kuvertüre
150 g Butter
1 Zitrone, 2 Eier
150 g Zucker, Salz
200 g Mehl
½ TL Backpulver, ½ TL Natron
50 g geröstete gesalzene Macadamianüsse
60 g Mandelmus
400 g Granatapfel
Backrahmen, ca. 20x25 cm

1. Kuvertüre grob hacken. 200 g Kuvertüre und Butter über dem heißen Wasserbad schmelzen. Zitrone heiß waschen, trocken tupfen. Von der Zitrone die Schale fein abreiben und Saft auspressen.
2. Eier, Zucker, 1 Prise Salz und der Hälfte der Zitronenschale mit den Quirlen des Handrührers in 8 Minuten cremig-weiß rühren. Mehl, Backpulver und Natron mischen. Erst die Butter-Kuvertüre- Masse in die Eier-Zucker-Creme rühren, dann den Zitronensaft und die Mehlmischung unterheben.
3. Backrahmen mit Backpapier auslegen. Teig einfüllen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad auf der 2. Schiene von unten ca. 25 Minuten backen. In der Form auf einem Gitter abkühlen lassen.
4. Macadamianüsse grob hacken. Restliche Kuvertüre über dem heißen Wasserbad schmelzen. Mandelmus einrühren. Granatapfel halbieren, Kerne mit dem Kochlöffel aus der Schale schlagen. Abgekühlten Kuchen aus der Form lösen und auf eine Platte geben, dabei das Backpapier entfernen. Guss über den Kuchen geben, mit Macadamia bestreuen und fest werden lassen. Kuchen mit Granatapfelkernen und restlicher Zitronenschale bestreut servieren.