Volkshochschule Ellerau
Kochen für Männer
www.kochen-mit-klaus.de

Rösti, Kabeljau, Lamm und Dattel, beim Eierlikör fallen alle aus dem Sattel!

17. April 2023

Rösti mit Räucherforelle

Kabeljau-Kartoffel-Eintopf mit Dill-Öl

Lamm-Dattel-Spieße auf Quinoa-Taboule

Weißer Eierlikör-Schokoladen-Schaum mit Mango und Mandel-Schoko-Krokant

Rösti mit Räucherforelle

(für 6-8 Portionen)

1000 g vorwiegend fest kochende Kartoffeln
2 Eier
50 g italienischer Hartkäse, Salz
2 EL Butterschmalz
150 g Ziegenfrischkäserolle
50 ml Milch, Pfeffer
2 geräucherte Forellenfilets
Dillästchen zum Garnieren

1. Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben hobeln. Eier in einer großen Schüssel verquirlen. Käse fein reiben. Kartoffeln und geriebenen Käse mit dem Ei mischen und mit Salz würzen.
2. Butterschmalz in einer großen ofenfesten Pfanne erhitzen. Kartoffelmasse darin verteilen und bei mittlerer bis starker Hitze 5-6 Minuten von der Unterseite knusprig braten. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad auf der 2. Schiene von oben 15 Minuten backen. Backofengrill zuschalten und weitere 10 Minuten knusprig backen.
3. Ziegenkäse zerbröckeln, mit der Milch glattrühren, salzen, pfeffern. Forelle grob zerzupfen. Rösti auf eine Platte gleiten lassen, mit Forelle belegen. Von der Käsemasse kleine Nocken abstechen, darauf verteilen, mit Dill und Pfeffer bestreuen.

Kabeljau-Kartoffel-Eintopf mit Dill-Öl

(für 4 Portionen)

Dill-Öl:
100 ml neutrales Öl
10 Stiele Dill
Eintopf:
300 g kleine festkochende Kartoffeln
250 g Spitzkohl, 10 g Butter
5 TL Fenchelsaat, 150 ml trockener Wermut
800 ml Fischfond, 200 ml Schlagsahne
Salz, Pfeffer
200 g Lauch, 100 g Zuckerschoten
400 g Kabeljaufilet, ohne Haut und Gräten
40 g frischer Meerrettich

1. Für das Dillöl Öl in einem kleinen Topf auf 90 -100 Grad erhitzen. Dillspitzen von den Stielen abzupfen, einige zum Garnieren beiseitelegen. Restliche Spitzen mit heißem Öl in einen Blitzhacker geben und fein mixen, bis ein grünes Öl entstanden ist. Dill-Öl durch ein feines Sieb in eine Schale gießen und bis zur Verwendung kaltstellen.
2. Für den Eintopf Kartoffeln waschen, trocken tupfen und halbieren. Spitzkohl waschen, putzen und in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. Butter in einem großen Topf erhitzen und darin Kartoffeln, Spitzkohl und 1 TL Fenchelsaat bei mittlerer Hitze ca. 4 Minuten dünsten. Mit Wermut ablöschen und fast vollständig einkochen lassen.
Fischfond und Sahne zugießen, mit Salz und Pfeffer würzen und offen 20 Minuten kochen lassen.
3. Inzwischen restliche Fenchelsaat in einer Pfanne ohne Fett anrösten, abkühlen lassen und beiseitestellen.
4. Lauch putzen, waschen, trocken schütteln und in 5 mm dicke Ringe schneiden. Diese nochmals waschen und gut abtropfen lassen. Zuckerschoten waschen, putzen und schräg halbieren. Lauch und Zuckerschoten in den Topf geben und weitere 5 Minuten kochen lassen.
5. Kabeljau trocken tupfen, in 2-3 cm große Stücke schneiden und mit Salz würzen. Kabeljau in den Topf geben, Hitze reduzieren und Fisch ca. 5 Minuten gar ziehen lassen. Eintopf mit Salz und Pfeffer abschmecken.
6. Meerrettich schälen. Eintopf in vorgewärmte tiefe Teller geben und mit je 1 EL Dill-Öl beträufeln. Mit restlichen Dillspitzen und etwas geräucherter Fenchelsaat bestreuen. Meerrettich fein darüber reiben und mit restlicher Fenchelsaat und restlichem Dill-Öl servieren.

Lamm-Dattel-Spieße auf Quinoa-Taboule

(für 4 Portionen)

Taboule:
160 g Quinoa, Salz
200 g Tomaten, 1 Bund glatte Petersilie
1 Msp. Ras el-Hanout
Saft von ½ Zitrone, Pfeffer
4 EL Olivenöl, 70 g Schafskäse
Lamm-Dattel-Spieße:
8-12 Lammfilets
8-12 getrocknete Datteln, groß und saftig
Salz, Pfeffer
2-3 EL Olivenöl
8 Holzspieße

1. Quinoa mit etwas Salz nach Packungsanweisung weichkochen und abkühlen lassen. Währenddessen Tomaten waschen und in kleine Würfel schneiden. Petersilie waschen, trockenschleudern, Blätter von den Stielen zupfen und hacken. Nach Belieben die Stiele ebenfalls verwenden, diese ganz fein hacken. Quinoa mit den Tomaten und der Petersilie mischen und mit Ras el-Hanout, Zitronensaft, Pfeffer und Olivenöl anmachen. Das Taboule soll säuerlich frisch und kräftig abgeschmeckt sein. Schafskäse in haselnussgroße Stücke brechen.
2. Lammfilets kalt abspülen, trocken tupfen und jeweils in drei gleich große Würfel schneiden. Datteln quer halbieren, Kerne entfernen. Jeweils drei Lammstücke und zwei halbe Datteln auf einen Spieß stecken. Die Spieße salzen und pfeffern. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Spieße von allen Seiten jeweils 1 Minute anbraten. Den Ofen auf 160 Grad vorheizen und die Spieße auf einer Platte warm stellen.
3. Taboule auf Teller verteilen, mit Schafskäse bestreuen, mit den Spießen belegen, nach Belieben Zitronenspalten zum Nachwürzen anlegen und sofort servieren.

Weißer Eierlikör-Schokoladen-Schaum mit Mango und Mandel-Schoko-Krokant

(Zutaten für 6-8 Portionen)

Krokant:
100 g gehobelte Mandeln
2-3 EL Puderzucker
100 g Lindt Exellence70 %
Schaum:
2 reife Mangos
75 ml Sahne
100 ml Eierlikör
200 g gehackte weiße Schokolade
2 Eiweiß

1. Mandeln mit Puderzucker in einer Pfanne unter ständigem Umrühren karamellisieren. Edelbitterschokolade hacken und in einer Schüssel über einem heißen Wasserbad schmelzen. Geschmolzene Schokolade mit den gerösteten Mandeln vermischen. Mix auf einem Boden Backpapier möglichst dünn ausstreichen und im Kühlschrank fest werden lassen.
2. Mangos schälen, Fruchtfleisch am Stein entlang herunterschneiden. Die eine Hälfte in dünne Scheiben schneiden, den Rest würfeln.
3. Sahne mit Eierlikör erhitzen. Topf vom Herd ziehen, weiße Schokolade zufügen und im heißen Sahne-Mix schmelzen. Alles glattrühren und vollständig erkalten lassen. Eiweiß zu steifem Schnee schlagen und behutsam unter den kalten Schoko-Eierlikör-
Mix heben.
4. Mandelkrokant in kleine Stücke brechen und abwechselnd mit dem Schaum und den Mangowürfeln in Gläser verteilen. Zuoberst die Mangoscheiben rosettenartig anrichten