

Zur Begrüßung

- selbstgebrautes Ingwer-Bier
- Prosecco
- Aperol Spritz +/- Alkohol
- Fruchtsaft, Wasser

Suppe

- Orangen-Kartoffelsuppe mit hartem Brot und Käse-Chips

1. Gang

- Zucchini-Puffer, und zweierlei Käsefrikadellen
mit Garten-Apfel-Chutney, Feigen-Kumquat Konfitüre und Sahne-Meerrettich-Dip

2. Gang

- Entenbrust mit Portwein-Sauce

- Gebackenes Zanderfilet auf Fenchel mit Kaviar und Kürbiskern-Pesto

- Pikanter Safran-Reis mit Früchten und Nüssen

Dessert

- Mandel-Zitronen-Quark mit flambierter Karamellkruste

Getränke:

- Wein, rot und weiß, trocken und halbtrocken
- Bier +/- Alkohol, Mineralwasser, Saft
- Schnaps, Kaffee

Rezepte

Orangen-Kartoffelsuppe, vegan (c) HCYP 2018

Zutaten:

5 Saftorangen
Orangensaft aus 100% Orangen
5 mittelgroße Kartoffeln, vorwiegend festkochend (z.B. Linda)
1 Petersilienwurzel
1 ebensoviel Sellerieknolle
3 Zwiebeln
1 Bund Frühlingszwiebeln
1 EL Kokosfett
3 EL helle Sojasauce
2 EL vegetarisches Gemüsebrühepulver
2 TL Currypulver ("englisch", mild)
2 Paprikas, rot und grün
1/2 Bio-Zitrone, unbehandelt
2 EL sehr fein gehackter frischer Ingwer
1 Bund glatte Petersilie, fein gehackt
125 ml Kokosmilch
Salz, Pfeffer

1 Orangenpresse

1 grobe Reibe (ich habe bei meiner mit einem Schraubenzieher die Löcher aufgeweitet - Vorsicht: Gefahr blutiger Finger!)
1 feine Reibe für den Zitronenzester

Zubereitung:

- Orangen entsaften
- Kartoffeln schälen, grob reiben, bei schwacher Hitze im Orangensaft köcheln lassen
- ebenso mit Petersilienwurzel und Sellerie verfahren
- Kokosfett zugeben
- Zwiebeln fein hacken, zugeben
- Gewürze: Sojasauce, Gemüsebrühe und Curry zugeben
- Suppe nötigenfalls mit Orangensaft und Wasser verdünnen
- Kurz vor dem Fertigstellen: fein gewürfelte Paprika-Stücke und sehr fein gewürfelten Ingwer und Frühlingszwiebeln zugeben
- Saft der halben Zitrone sowie deren fein abgeraspelte Schale zugeben
- 80 ml Kokosmilch (nicht alles) untermischen mit Salz und Pfeffer abschmecken
- Zum Servieren auf jeden Teller eine reichliche Prise Petersilie und 1 EL Kokosmilch (unvermischt) in die Mitte
- Mit Brot-Croutons oder Käse-Chips garniert servieren
- Dazu "Hartes Brot" (c) HCYP

Käse-Chips

Zutaten:

- 100 g Parmesankäse
- 100 g mittelalter Gouda
- 2 EL Semmelbrösel
- 2 EL Olivenöl

- Backpapier

Zubereitung:

- Parmesan und Gouda fein raspeln
 - mit Semmelbröseln und Olivenöl vermischen
 - auf Backpapier nicht zu große Plätzchen auslegen
 - im vorgeheizten Backofen bei 150°C (Umluft) ca. 10 Minuten hellbraun backen
 - beobachten, dass es nicht zu dunkel wird!
 - warm oder kalt servieren
-

Zucchini-Puffer

Zutaten:

- 1 mittelgroße Zucchini
- genauso viel Volumen an Kartoffeln, vorwiegend festkochend
- 3 Schalotten
- 3 EL Weizenmehl
- 6 EL Semmelbrösel
- 2 Eier
- Muskatnuss (frisch gerieben), Koriander (gemahlen), Salz, Pfeffer
- Butter oder Rapsöl mit Butteraroma
- 1 grobe Raspel

Zubereitung:

- Zucchini waschen, abtrocknen, Enden abschneiden, mit Schale grob raspeln
 - Kartoffeln schälen, waschen, ebenfalls grob raspeln
 - Gemisch salzen, nach 10 min durch Sieb oder Tuch Flüssigkeit abpressen
 - Schalotten abziehen und fein würfeln
 - Eier, Mehl und die Hälfte der Semmelbrösel zugeben
 - mit Salz, Pfeffer, Koriander und Muskatnuss kräftig würzen
 - kleine Puffer formen und kurz in den restlichen Semmelbröseln wälzen
 - Puffer in der Pfanne mit Butter oder Öl lecker braun braten, warm oder kalt servieren
-

Käsefrikadellen

Zutaten:

- 3 mittelgroße Möhren
- genauso viel Volumen an Sellerie,
- 2 Schalotten
- 250 g frisch geriebener Käse, verschiedene kräftige Sorten
z.B. Esrom, Bergkäse, mittelalter Gouda
- 3 EL Weizenmehl
- 3 EL Semmelbrösel
- Salz, Pfeffer
- 1 Ei
- 3 EL Sesamkörner
- 3 EL Blaumohn
- Butter oder Rapsöl mit Butteraroma

Zubereitung:

- Möhren schälen, Sellerie putzen, beides grob raspeln
 - Schalotten abziehen und fein würfeln
 - alles mit wenig Butter für 10 min in der Pfanne schmoren, dann abkühlen lassen
 - Käse ebenfalls raspeln
 - Eier, Mehl und die Semmelbrösel zugeben
 - mit Salz, Pfeffer würzen
 - kleine Puffer formen und in Sesam oder Mohn wälzen
 - in der Pfanne mit Butter oder Öl lecker braun braten, warm oder kalt servieren
-

Entenbrust mit Portweinsauce

Zutaten:

- 3 küchenfertige Entenbrüste
- Salz und Pfeffer
- 1 EL Olivenöl
- Thymian und Rosmarin
- Pfefferkörner, 1 TL Wacholderbeeren, 1 Lorbeerblatt, 1 Knoblauchzehe
- 1/8 l Portwein
- 2 EL Aceto Balsamico
- Gemüsebrühe-Pulver
- Maisstärke zum Binden

Zubereitung:

Entenbrüste auf der Hautseite mit einem scharfen Messer gleichmäßig kreuzweise einschneiden, salzen, pfeffern. In einer Pfanne mit wenig Olivenöl auf beiden Seiten anbraten – auf der Hautseite länger, bis die Haut knusprig ist. Mit der Hautseite nach oben auf einem Rost im vorgeheizten Ofen bei 150 Grad ca. 20 Minuten fertig garen. Herausnehmen und ruhen lassen. Gewürze in die Pfanne geben, kurz durchschwenken. Mit Portwein und Balsamico ablöschen, mit der Brühe würzen. Zehn Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen, dann durch ein feines Sieb abgießen. Erkalten lassen, dann den größten Teile des fest gewordenen Fetts abnehmen, den Jus darunter aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit wenig angerührter Maisstärke leicht abbinden. Entenbrust in dünne Scheiben aufschneiden und mit dem Jus anrichten.

Zander-Filet auf Fenchel mit Kaviar und Kürbiskern-Pesto

Zutaten:

1 kg Fischfilet, z.B. Zander oder Alaska-Seehecht
2 Zwiebeln
2 Fenchelknollen
250 g Champignons
2 Knoblauchzehen
4 Scheiben Toastbrot (dunkles mit Körnern)
1 Glas Pesto Genovese
150 g körniger Frischkäse
200 ml Weißwein
Olivenöl
Kürbiskern-Pesto
Kaviar (von Forellen)
1 Zitrone, unbehandelt
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Zwiebeln schälen, halbieren würfeln. Die äußere Fenchelschicht abziehen, mit den Stängelansätzen klein schneiden, restlichen Fenchel dünn schneiden, Knoblauch in Scheiben schneiden. Alles mit Olivenöl in der Pfanne blanchieren, salzen und pfeffern. Champignons putzen, in Scheiben schneiden. Fischfilet in kleine Portionen schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. In die Backform zuerst das Fenchel-Zwiebel-Gemisch, darauf die Pilze dann den Fisch schichten.

Auf dem Fisch ein Gemisch aus gebröseltem Toastbrot, Pesto und Frischkäse verteilen, den Wein angießen und ca. 25 min im vorgeheizten Ofen garen.

Mit Kürbiskern-Pesto, Kaviar und Zitronenstückchen garniert servieren.

Kürbiskern-Pesto

100 g Kürbiskerne
1 Knoblauchzehe
4 EL Kürbiskern- oder Olivenöl
1/2 halbe Zitrone, Saft
Salz, Pfeffer

Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett zusammen mit einer grob gehackten Knoblauchzehe 5-8 Minuten rösten, dabei häufig umrühren. Die heißen Kürbiskerne abkühlen lassen und mit Kürbiskern- und Olivenöl pürieren, mit Salz und Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Pikanter Safran-Reis mit Früchten und Nüssen

Zutaten:

- 1 1/2 Tassen Basmati-Reis
- einige Fäden Safran (notfalls Curcuma für die Farbe)
- 200 g Feta aus Schafs- und Ziegenkäse
- 200 g TK-Erbesen
- 3 mittelgroße Karotten
- entsprechende Menge Sellerie
- 100 g (Erdnüsse oder wg. Marion) Walnüsse
- 2 Schalotten
- 1 Bund Frühlingzwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- entsprechende Menge frischer Ingwer
- 1/4 Ananas, frisch
- 50 g getrocknete Aprikosen
- 50 g Rosinen
- 1 rote Paprika
- 3 Mandarinen
- 1 Bio-Zitrone
- 1 Bund glatte Petersilie
- 2 EL Kokosöl (evtl. Erdnussöl oder auch Sonnenblumenöl)
- Salz, Pfeffer, helle Sojasauce, mildes ("englisches") Curry

Zubereitung:

- Basmati-Reis mit 2 Tassen Wasser und Salz aufkochen und 15 min bei schwacher Hitze ziehen lassen
 - nach dem Garen die Safran-Fäden und die TK-Erbesen einrühren, warm stellen
 - in der Zwischenzeit alle anderen Zutaten würfeln (1/2 cm), Knoblauch, Ingwer, Nüsse feiner
 - in folgender Reihenfolge in einer großen Pfanne mit Öl anschwitzen (nicht zu lange!):
Karotten, Sellerie, (Erd- oder Wal-)Nüsse, Schalotten, Frühlingzwiebeln, Knoblauch, Ingwer, Ananas, Aprikosen, Rosinen, Paprika, Mandarinen
 - erst kurz vor Schluss: Feta und gehackte Petersilie zugeben (davon etwas zurückhalten), 2 EL Sojasauce, 1 TL Curry und Saft einer halben Zitrone untermischen, sowie von der Bio-Zitronenhälfte die Schale abraspeln und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
 - Schließlich in der Pfanne mit dem gelbgrünen Reis vermischen und mit der restlichen Petersilie überstreut servieren.
-

Mandel-Zitronen-Quark mit flambierter Karamellkruste

Zutaten:

500 g Joghurt

500 g Quark, je zur Hälfte 10 und 20%

200 g Mandelblätter

1/4 frische Ananas, fein gestiftelt

1 Tütchen Vanillezucker

3 EL flüssiger Honig

1 Zitrone, unbehandelt

Brauner Zucker

1 Reibe für den Zitronenzester

Zubereitung:

Zitronenschale abreiben, dann Zitrone auspressen, alle Zutaten bis auf den Zucker mischen, kaltstellen.

Vor dem Servieren auf flache Schälchen verteilen, mit dem Zucker bestreuen und diesen am Tisch flambieren, bis er leicht braun karamellisiert.
