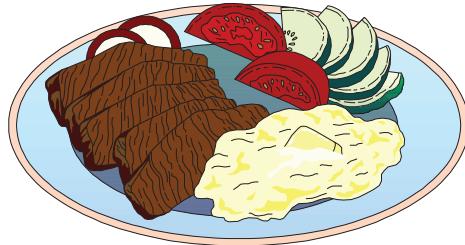


Vorspeisen



	Seite
Bresaola mit Rucola	28
Froschschenkel	35
Gebratener Spargel mit Krebsschwänzen	29
Gegrillter Ziegenkäse	30
Gemüseterrine	31
Kaisergranat (Siehe „Fisch und Krustentiere“)	89
Lachstatar (siehe „Fisch und Krustentiere“)	94
Melonen-Parmaschinken-Sülzchen auf Rucola	32
Spinat-Roulade	34
Tomaten mit Mozzarella (siehe „Gemüse und Vegetarisches“)	256
Vitello Tonnato (siehe „Fleischgerichte“)	156

Bresaola mit Rucola

Zutaten:

Für 2 Personen:

100 g Bresaola della Valtellina

75 g Rucola

Parmesankäse

Bestes Olivenöl

Balsamico Essig

Schwarzer Pfeffer

Salz

Zubereitung:

Auf den flachen Tellern einen dünnen Olivenölfilm auftragen. Die Bresaola-Scheiben wie ein Carpaccio auf den Tellern auslegen. Leicht pfeffern und mit etwas Öl beträufeln.

Rucola von groben Stielen befreien, waschen, trocken schleudern und grob hacken.

In der Mitte der Teller flach auf die Bresaola häufen. Eine Spur Essig mit dem Zerstäuber aufsprühen. Leicht salzen, pfeffern und nochmals Öl darüberträufeln.

Frischen Parmesan fein darüber hobeln.

Tipp:

In der Spargelzeit kann man das Ganze noch mit lauwarmen Spargelabschnitten, die mit Olivenöl benetzt wurden, dekorieren.



Gebratener Spargel mit Krebsschwänzen

Zutaten:

Für 4 Personen

500 g weißer Spargel

100 g Rucola

200 g Krebsschwänze (Kaisergranat)

20 g Butter

40 ml Weißwein

2 EL Olivenöl

Pfeffer

Salz

Walnuss Öl

Zitronensaft

Zubereitung:

Die Spargelstangen schälen und in der Länge dritteln. Diese Abschnitte, bei dünneren Stangen längs halbieren, dicke Abschnitte längs vierteln.

In einer Pfanne in sehr heißem Olivenöl unter ständigem Rühren anbraten, bis die Kanten der Abschnitte braun werden.

Salzen und pfeffern.

Mit dem Wein angießen und dabei weiter rühren. Der Wein verdampft sehr rasch, die braune Verfärbung

sieht danach gleichmäßiger und appetitlicher aus. Die Butter dazugeben und nach dem Schmelzen die Krebsschwänze.

Auf kleiner Flamme ca. drei Minuten erwärmen.

Die Rucola darunterheben, die Pfanne vom Feuer nehmen und mit Walnuss Öl und Zitronensaft abschmecken.

Gegrillter Ziegenkäse

Zutaten:

Für 4 Personen

4 Scheiben Ziegenkäse von der Rolle, ca. 2 cm dick

Eine Baby-Ananas

8 TL Honig

Zubereitung:

Die Ziegenkäse-Scheiben auf feuerfeste Tellerchen legen. Das Fruchtfleisch der Baby-Ananas in kleine Stückchen schneiden und um den Ziegenkäse verteilen. Jede Käse-

scheibe mit 2 TL Honig überziehen. Die Teller in geringem Abstand unter den vorgeheizten Grill stellen bis sich auf dem Käse die ersten braunen Flecken zeigen.

Auf einem Unterteller heiß als Vor- oder Nachspeise mit Baguette servieren.



Gemüseterrine

Zutaten:

300 g Möhren
2 mittelgroße Sellerieknollen
3 mittelgroße Kohlrabi
1 große Stange Lauch
150 g mageres Kalbfleisch
(zweimal durch die feine Scheibe des Fleischwolfs gedreht)
300 g Crème double
1 Ei
1 TL Butter
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Möhren, Sellerie und Kohlrabi schälen. Äußere schadhafte Blätter und den Wurzelansatz vom Lauch entfernen.

Sellerie und Kohlrabi in 2 cm dicke Stifte schneiden, Möhren auf Terrinengröße (28x8 cm) zurechtschneiden. Die Lauchstange längs einschneiden und für 1 Minute in kochendes Salzwasser legen. In kaltem Wasser abschrecken und auskühlen lassen. Übriges Gemüse im Siebeinsatz eines Dampfdruck-

topfes 2 Minuten dämpfen. Das Kalbshackfleisch in einer Schüssel in ein kaltes Wasserbad (möglichst mit Eiswürfeln) stellen. Nach und nach Crème double und das Ei unterrühren, so dass eine geschmeidige Masse entsteht. Mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen und die Masse durch ein feines Sieb streichen.

Abgetropften Lauch auseinander fächern und trocken tupfen. Die Terrinenform ausbuttern und mit Lauchblättern auskleiden.

Abwechselnd Kalbfleischfüllung und Selleriestifte einschichten, Möhren darauflegen

Dann abwechselnd wieder Füllung und Kohlrabistifte in die Form schichten.

Mit Kalbfleischfüllung abschließen; alles mit den überhängenden Lauchblättern abdecken

In einem Wasserbad im vorgeheizten Backofen bei ca. 85 Grad 45 Minuten garziehen lassen.

Die Terrine herausnehmen, stürzen und in Scheiben schneiden.

Melonen-Parmaschinken-Sülzchen auf Rucola

Zutaten:

Für 4 Personen:

3 EL Honig
300 ml klaren Apfelsaft
4 Zweige Thymian
Chili und Nelken aus der Gewürzmühle
2 Charentais Melonen (jede ca. 400 g)
8 Blatt Gelantine oder entspr. Knorr Sulze Gelée
10 Scheiben Parmaschinken
200 g Rucola
5 EL Geflügelbrühe
5 EL Balsamicoessig, weiß
 $\frac{1}{2}$ gehackte Knoblauchzehe
0,1 l Olivenöl
2 EL gehacktes Basilikum
Parmesan
Kerbel
Salz
Pfeffer

Zubereitung:

Den Honig mit dem Apfelsaft und Thymian einmal aufkochen. Mit Chili, einem Hauch Nelken und Salz würzen, die Thymianzweige danach entfernen.

Die Melone entkernen, die Schale entfernen und das Fleisch in kleine Würfel schneiden. Zu dem Fond geben. Die eingeweichte Gelantine oder das Pulver darin auflösen und im Kühlschrank kalt stellen.

Eine Sülzchenform mit Klarsichtfolie ausschlagen und mit dem dünn geschnittenen Parmaschinken auslegen. Der Schinken muss dabei zunächst außen an der Wandung der Form herunterhängen.

Wenn die Melonenmasse zu stocken beginnt, in die ausgelegte Form füllen. Den überhängenden Schinken darüber klappen und im Kühlschrank

min. 3 Stunden fest werden lassen. Mit einem Ausstecher kleine Kugeln aus der zweiten Melone herausschälen. Aus Geflügelbrühe, Essig, Knoblauch, Olivenöl, Basilikum, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette herstellen. Rucola mit den Melonenkugeln mischen und mit der Vinaigrette marinieren. Zusammen mit dem in Scheibchen geschnit-

tenen Sülzchen auf Tellern anrichten. Den Parmesan mit einem Hobel fein darüber verteilen und mit frischem Kerbel ausgarnieren.



© www.lamiacucina.wordpress.com

Spinat-Roulade

Zutaten:

Für 4 Personen
100 g Butter
70 g Mehl
400 ml Milch
5 Eier
450 g gefrorener Spinat
Schafskäse (alternativ
Gorgonzola)
200 g Saure Sahne
Geriebener Parmesan

Zubereitung:

Die Butter in einem Topf schmelzen lassen. Das Mehl einrühren, dann langsam die heiße Milch. Umrühren bis sich die Masse vom Topfboden löst. Abkühlen lassen. Die fünf Dotter einrühren. Zum Schluss das steif geschlagene Eiweiß unterheben. Ein Kuchenblech mit Backpapier abdecken, die Masse gleichmäßig darauf verteilen.

In den vorgeheizten (170°) Backofen schieben. Nach 10 bis 15 Minuten die Temperatur auf 130° bis 140° reduzieren. Nach ca. 25 bis 30 Minuten ist der Teig fertig. Er sollte nicht dunkel werden.

Den Teig auf ein trockenes Tuch stürzen, das Papier abziehen, den Teig mit dem Tuch zusammenrollen. Er kann bis zum nächsten Tag so liegen bleiben.

Den Spinat auftauen, die gesamte Flüssigkeit wegschütten und auf kleiner Hitze garen. Zum Schluss zerbröckelten Schafskäse dazu geben. Je nach Geschmack kann man den Schafskäse auch durch Gorgonzola ersetzen. Der wird allerdings erst beim Belegen des Teiges in der nächsten Stufe darüber gegeben.

Die Teigrolle vorsichtig aufrollen, mit dem warmen Spinat bestreichen und wieder zusammenrollen. In den Backofen (140°) schieben und die Rolle erwärmen.

Vor dem Servieren mit Saurer Sahne bestreichen und geriebenen Parmesan darüber streuen.

Froschschenkel

Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen
500g cuisses grenouilles
(Taille 21, 40 Stück)
8 Knoblauchzehen
1 Bund glatte Petersilie
 $\frac{1}{2}$ Bund krause Petersilie
 $\frac{1}{4}$ Liter trockenen Riesling
1 Becher Creme fraîche
1 ungespritzte Zitrone
Olivenöl
Pfeffer
feines Salz

Zubereitung:

Die Froschschenkel in einem Sieb oder Durchschlag über einem Abtropfgefäß abgedeckt im Eisschrank auftauen.
Sorgfältig mit Küchenkrepp abtrocknen, mit dem Feinen Salz und dem Pfeffer leicht würzen.
Den Backofen auf 100° Ober- und Unterhitze vorheizen.
In einer Teflonpfanne das Olivenöl erhitzen und die Froschschenkel chargeweise (6-8 Stück) auf beiden Seiten knusprig anbraten.

Die angebratenen Froschschenkel zum Nachreifen und Nachgaren in einem abgedeckten Gefäß im Backofen warmhalten.



Den Pfannensud mit 1/4 Liter Weißwein ablöschen und leicht einkochen lassen. 5 Knoblauchzehen pressen und die feingewiegte glatte Petersilie dem Sud zugeben und weiter leicht einkochen. Die Creme fraîche zugeben und erwärmen, aber nicht mehr kochen.

Auf vorgewärmten mittleren Tellern je 5 Froschschenkel sternförmig auflegen und mit der Sauce übergießen. Mit der Reibe Zitronenschale darüber reiben und die drei feingehackten frischen Knoblauchzehen verteilen.

Zur Dekoration die krause Petersilie und Zitronenscheiben auflegen. Heiß servieren.

Dazu gibt es Baguette.

Anmerkung:

Ich bin mir bewusst, dass dieses Rezept auch auf Widerspruch stoßen kann. Froschschenkel sind umstritten. Sie sind bei uns auch nicht mehr leicht zu bekommen. Hat man aber einmal die Gelegenheit, so sollte man sie ergreifen. Es ist ein bemerkenswerter Genuss.