

Mulligatawny-Suppe

Zutaten

¼ Knolle Sellerie,
2 Kartoffeln,
1 Stange Lauch,
2 Möhren,
1 bis 1,2 Liter Hühnerbrühe,
2 Knoblauchzehen,
frischer Ingwer (1 cm),
1 bis 2 Chilis,
250 ml Sahne
180 ml Kokosmilch,
100 ml Sherry,
1 Zitrone,
Currypulver, Pfeffer,
Kurkuma, Salz,
Öl zum Braten,
Petersilie,
¼ Ananas,
½ Mango,
½ Apfel



Zubereitung

Das Gemüse säubern, Knoblauch und Ingwer schälen, Chilis entkernen und alles fein würfeln. Das Gemüse bei mittlerer Hitze in Öl farblos anschwitzen, Curry und Kurkuma zugeben und mit Hühnerbrühe ablöschen. Ingwer, Knoblauch und Chili begeben und für ca. 20 Minuten köcheln lassen. Sahne und Kokosmilch zugeben und alles fein pürieren (mit Pürierstab). Bei mittlerer Hitze noch ein paar Minuten ziehen lassen, dabei mit Sherry, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Obst in kleine Würfel schneiden, in einer Pfanne in Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 2 Minuten anbraten und dabei mit einem TL Kurkuma abschmecken. Suppe in die Teller geben, in der Mitte mit dem Obst und Petersilie dekorieren.

Schellfisch mit Pestokruste

Zutaten

500 g Fischfilet (Schellfisch),
3 Paprika (rot, gelb und orange),
2 rote Zwiebeln,
7 EL Olivenöl,
ein Bund glatte Petersilie,
ein Bund Basilikum,
1 Knoblauchzehe,
50 g gehackte Mandeln,
Salz, Pfeffer



Zubereitung

Paprika waschen und in Streifen schneiden. Zwiebeln schälen, in Spalten schneiden und in 2 EL Öl andünsten. Paprikastreifen hinzufügen und weitere 3 Minuten andünsten, salzen und pfeffern. Kräuter waschen, trockenschütteln und die Blättchen abzupfen. Mandeln in der Pfanne ohne Fett gelbbraun rösten. Beides mit restlichem Olivenöl pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fisch unter kaltem Wasser abspülen, trockentupfen und die Kräuterpaste darauf streichen. Das Gemüse auf Pergamentstücke (Backpapier ca. 40 x 35 cm) verteilen und den Fisch obendrauf setzen. Das Pergamentpapier verschließen und wie ein Bonbon zusammendrehen, auf ein Backblech setzen und im vorgeheizten Backofen bei ca. 180 Grad ca. 15 Minuten garen. Im geöffneten Päckchen servieren.

Poularde mit Champagner

Zutaten

5 Poularden-Brüste,
2 Möhren,
1/3 Knolle Sellerie,
1 Stange Lauch,
1 grüne und 1 gelbe Zucchini,
0,3 l Champagner (oder Sekt),
1 TL Fenchelkörner,
1 TL weißer Pfeffer,
1–3 Zweige Thymian,
1–3 Zweige Petersilie,
1–3 EL weiche Butter,
Olivenöl,
Pfeffer, Salz



Zubereitung

Brustfilets waschen und trocknen. Das Gemüse putzen und in gleich lange dünne Streifen schneiden. Pfeffer- und Fenchelkörner (Verhältnis 2:1) mörsern. Ofen auf 180 Grad vorheizen. Die Poularden-Brüste scharf anbraten, dann Hitze reduzieren und mit den Kräuterzweigen und der Pfeffer-Fenchel-Mischung in Alufolie wickeln und für ca. 10 Min. in den Ofen stellen. Die Gemüsestreifen in einer Pfanne auf mittlerer Hitze farblos anschwitzen. Nach 1 bis 2 Min. den Champagner zugeben und auf die Hälfte reduzieren. Dann Butter zugeben und abschmecken, evtl. mit einer Prise Zucker die Säure abmildern. Das Gemüse nicht zu weich kochen. Die Poularde auf einem Gemüsebett servieren.

Weißwein-Apfel-Trifle

Zutaten

2 säuerliche Äpfel,
200 ml Weißwein,
1 Stange Zimt,
1 TL Vanillezucker,
150 g Sahne,
125 g Mascarpone,
125 g Quark,
2 EL Puderzucker,
6 EL Eierlikör,
2 TL Zimtpulver,
1 Handvoll Amaretti



Zubereitung

Äpfel schälen, in Spalten schneiden und mit Wein, Zimt, und Vanillezucker in einem Topf 3–4 Min. kochen lassen, bis die Äpfel weich sind, aber nicht zerfallen. In ein Sieb gießen, dabei den Sud auffangen und wieder in den Topf geben, Zimtstange entfernen. Den Weinsud bei starker Hitze auf 4–5 EL einkochen, zu den Äpfeln geben und etwas abkühlen lassen. Mascarpone und Quark in einer Schüssel mit Puderzucker, Eierlikör und Zimt verrühren, geschlagene Sahne unterheben. Ein paar Amaretti beiseitelegen, den Rest ca. 2 cm hoch in 4 Gläser bröseln. Äpfel mit Weinsud darüberschichten, mit Zimtcreme abschließen, kalt stellen. Mit Zimtpulver und restlichen Amaretti dekorieren.