

Gebratener Hering

Zutaten:

Pro Person 1 – 2 Heringe

Pfeffer, Salz, Mehl

Zubereitung:

Die Heringe schon beim Fischhändler ausnehmen lassen, ansonsten ausnehmen, den Kopf mit den Fingern abziehen, waschen.

Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Mehl bestäuben und in einer Pfanne mit neutralem Öl braten.

Dazu passt wunderbar getoastetes Schwarzbrot!

Gedünstete Miesmuscheln

Zutaten:

Es kommt auf die Beilage an, man kann rechnen: Als Hauptgericht pro Person mindestens 600 g Miesmuscheln, als Zwischengang reichen ca. 300 g.

Öl, Stangensellerie; Kräuter nach Wahl – z.B. Dill, Rosmarin, Kerbel, Salbei, Petersilie; Schalotten oder Frühlingslauch; Salz und Pfeffer; nach Geschmack Weißwein, Pernot oder Noilly Prat.

Zubereitung:

Oft werden Miesmuscheln im Topf ertränkt! Deshalb bitte den Boden nur wenig bedecken! Aber vorher Stangensellerie, Schalotten/Frühlingslauch, Kräuter fein hacken.

Öl erhitzen, Schalotten/Frühlingslauch glasig dünsten. Mit Weißwein, Pernot oder Noilly Prat mischen.

Muscheln und Kräuter dazugeben. Im geschlossenen Topf dünsten, bis sich die Muscheln geöffnet haben.

Zitronenbutter

Zutaten:

150 g weiche Butter; 1 Essl. Dijonsenf; ½ Tl gepresster Knoblauch; 1 ½ Tl Zitronensaft; geriebene Zitronenschale; Pfeffer, Salz

Zubereitung:

Butter mit Handrührer rühren, bis sie weiß und luftig ist. Die restlichen Zutaten darunter ziehen. Butter mit Folie zu einer Rolle formen und im Tiefkühler fest werden lassen.

Finocchio brasato con le Olive

Gedünsteter Fenchel mit Olive

Zutaten (für 4 Personen):

2 große Fenchelknollen; 4 Essl. Olivenöl; 3 Knoblauchzehen; 3-4 Zweige Rosmarin; 100 ml Weißwein;
50 g schwarze Oliven; 1 rote Zwiebel; Pfeffer und Salz

Zubereitung:

Fenchel in Spalten schneiden. Dabei den Wurzelstrunk nicht entfernen. Eventuelle Fäden entfernen. Zwiebel klein schneiden, mit den Fenchelspalten in einer Pfanne für ca. 10 Minuten bei mittlerer Hitze braten, bis sie bräunliche Farbe angenommen haben.

Rosmarin und Knoblauch hinzufügen; Wein hinzugeben und bei geschlossener Pfanne bei schwacher Hitze dünsten.

Wenn der Fenchel zart wird, ist er gar. Dabei darauf achten, dass die Flüssigkeit nicht zu schnell verkocht.

Kartoffelgratin - einfach

Zutaten:

Pro Person ca. 450 g Kartoffeln; 65 ml Sahne; 1 Knoblauchzehe; 50 g geriebener Käse; Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Kartoffeln schälen, waschen und, am besten mit der Küchenmaschine, in feine Scheiben hobeln. Die Scheiben in eine große flache Auflaufform schichten, dabei zwischendurch schon einmal mit Salz würzen.

Die Sahne mit dem gepressten oder fein geschnittenen Knoblauch, Salz und Pfeffer verrühren und gleichmäßig über den Kartoffeln verteilen. Zuletzt den geriebenen Käse darüber geben.

Bei 200° Ober-/ Unterhitze ca. 45 Min. überbacken.

Vanillepudding

Zutaten (für 4 Personen):

1 Vanilleschote; ½ l Milch oder ¼ l Milch und ¼ l Sahne; 3 Eigelb; 50 g Zucker; 35 g Speisestärke

Zubereitung:

Vanilleschote auskratzen, Inhalt in 350 ml Milch kochen.

In dem Rest der Milch den Zucker mischen und die Speisestärke geben. Vanilleschote aus der Milch entfernen, das Gemisch hinzugeben und kurz aufkochen. Etwas abkühlen lassen und die Eier darunter ziehen.

Dazu machen wir in Nailly Prat karamellierte Orangenspalten.