

## Rezepte für den Groß Glienicker Männerkochkreis am 21. Mai 2014

- Kleine Spargeltörtchen mit Ziegenkäse an Feldsalat
- Spargelrisotto mit Fischfilet
- Orangen-Sahne-Creme / modifiziertes Rezept vom April

### Kleine Spargeltörtchen mit Ziegenkäse an Feldsalat

<u>Zutaten für 6 Personen</u>	<u>Zutaten für 12 Personen</u>
<b>Teig</b> 250 g Mehl 125 g weiche Butter 1 Ei, 1 Prise Salz evtl. ca. 1-2 Schnapsgläser kaltes Wasser Olivenöl für die Förmchen / Springform	<b>Teig</b> 500 g Mehl 250 g weiche Butter 2 Eier, 2 Prisen Salz evtl. ca. 2-3 Schnapsgläser kaltes Wasser Olivenöl für die Förmchen / Backblech
<b>Belag</b> 500 g grüner Spargel 350 g Ziegenfrischkäse 125 ml Schlagsahne, 4 Eier 75 g geriebener Parmesan Salz, Pfeffer aus der Mühle, Muskat Eiswürfel	<b>Belag</b> 1 kg grüner Spargel 700 g Ziegenfrischkäse 250 ml Schlagsahne, 8 Eier 150 g geriebener Parmesan Salz, Pfeffer aus der Mühle, Muskat Eiswürfel
<b>Feldsalat</b> 1½ Packungen Feldsalat 6 EL Marinade aus 2 EL Essig (1 EL Himbeeressig + 1 EL Balsamico) und 4 EL Öl (2 EL Rapsöl + 2 EL Walnussöl) 2 TL Ahornsirup, 1 TL Senf Salz, Pfeffer	<b>Feldsalat</b> 3 Packungen Feldsalat 12 EL Marinade aus 4 EL Essig (2 EL Himbeeressig + 2 EL Balsamico) und 8 EL Öl (4 EL Rapsöl + 4 EL Walnussöl) 4 TL Ahornsirup, 2 TL Senf Salz, Pfeffer

Besondere Arbeitsgeräte: Mixer mit Knethaken, Klarsichtfolie, Nudelholz, Reibe, kleine Tortenförmchen (10-12 cm Durchmesser), Salatschleuder, Schneebesen, Pinsel

#### Zubereitung:

Das Mehl mit der Butter, Ei und Salz zu einem glatten Teig verkneten, zuerst mit den Knethaken, zum Schluss geht es am Besten mit den Händen. Nach Bedarf ein wenig kaltes Wasser zufügen. Zu einer Rolle formen, in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Minuten kalt stellen.

Den Ofen auf 160°C Umluft vorheizen.

Den Spargel waschen, nur das untere Drittel schälen. In kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten garen, herausnehmen, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Anschließend in ca. 3 cm lange Stücke schneiden.

Für den Belag den Ziegenfrischkäse, Sahne, Eier und geriebenen Parmesan verrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Die Förmchen mit Öl auspinseln. Den Teig in Stücke teilen, dünn ausrollen und die Formen mit dem Teig auskleiden. Den Spargel auf dem Teig verteilen. Die Käsemasse darauf geben, gleichmäßig verstreichen und im vorgeheizten Backofen 30-40 Minuten goldbraun backen.

Feldsalat gründlich waschen, säubern, trockenschleudern. Für die Marinade zunächst den Essig mit den weiteren Zutaten gut verrühren, dann erst das Öl in dünnem Strahl nach und nach kräftig unterschlagen.

## Spargelrisotto mit Fischfilet

<u>Zutaten für 4 Personen</u>	<u>Zutaten für 12 Personen</u>
<b>Spargel</b> 1 Bio-Zitrone 2 TL Zucker 1-2 TL Salz 400 g weißer Spargel 1 EL Kürbiskernöl	<b>Spargel</b> 2 Bio-Zitronen 4 TL Zucker 2-4 TL Salz 1,2 kg weißer Spargel 3 EL Kürbiskernöl
<b>Risotto</b> 3 Schalotten 1 Knoblauchzehe 3 EL Olivenöl 125 g Butter 300 g Risottoreis (z.B. Arborio) etwa 750 ml heiße Hühnerbrühe 200 ml Weißwein 100 g frisch geriebener Parmesan Salz	<b>Risotto</b> 9 Schalotten 3 Knoblauchzehen 9 EL Olivenöl 375 g Butter 900 g Risottoreis (z.B. Arborio) gut 2 Liter heiße Hühnerbrühe 600 ml Weißwein 300 g frisch geriebener Parmesan Salz
<b>Fisch</b> 4 Knoblauchzehen 2 EL Olivenöl , 2 EL Butter je 2 Zweige frischer Thymian und Rosmarin 600 g Fischfilet frisch gemahlener schwarzer Pfeffer frische glatte Petersilie zum Garnieren	<b>Fisch</b> 12 Knoblauchzehen 6 EL Olivenöl, 6 EL Butter je 6 Zweige frischer Thymian und Rosmarin 1,8 kg Fischfilet frisch gemahlener schwarzer Pfeffer frische glatte Petersilie zum Garnieren

Besondere Arbeitsgeräte: Reibe, Schöpfkelle

### Zubereitung Spargel:

Zitrone abwaschen und in Scheiben schneiden; Achtung, muss unbehandelt sein (=Bio-Zitrone).

Den Spargel waschen und sorgfältig schälen. Die Schalen in einen großen Topf geben und nur so viel Wasser zugeben, dass die Schalen knapp bedeckt sind, Salz, Zitronenscheiben und Zucker dazugeben und ca. 10 Minuten auskochen. Schalen herausfischen, Spargel hineingeben und etwa 10 Minuten köcheln lassen, er soll noch leicht bissfest sein, auf keinen Fall zu weich!

Danach herausnehmen, gut abtropfen lassen. Von dem gekochten Spargel die Köpfe ca. 5 cm lang abschneiden und mit Kürbiskernöl beträufeln und im Backofen bei 70°C warmstellen. Die verbleibenden Stangen in ca. 1 cm lange Stücke schneiden, zur Seite legen.

### Zubereitung Risotto:

Die Schalotten und den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. In einem Topf das Olivenöl und ¼ der Butter erhitzen und Schalotten und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze glasig schwitzen, dabei gelegentlich umrühren; Achtung, soll nicht braun werden!

Den Reis hinzufügen und ebenfalls glasig schwitzen – falls er währenddessen zu trocken wird, etwas mehr Olivenöl dazugeben. Mit dem Weißwein und einer Kelle Hühnerbrühe ablöschen. Den Risotto bei mittlerer Hitze offen köcheln lassen, dabei regelmäßig umrühren. Sobald die Flüssigkeit fast vollständig verkocht ist, wieder etwas Brühe hinzufügen. Brühe dabei warm halten! Diesen Vorgang so lange wiederholen, bis der Risotto – je nach Belieben – bissfest oder weich gegart ist (dauert ca. 20 Minuten).

Gegen Ende der Garzeit die Spargelstücke unter den Risotto heben.

Den Topf vom Herd nehmen, evtl. noch ein wenig Wein zufügen, den Parmesan unterheben, dann die restliche Butter einrühren, bis der Risotto eine schöne sämige Konsistenz hat. Abschmecken, evtl. noch nachsalzen.

### Zubereitung Fisch:

Den Backofen auf 70 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Knoblauch schälen und mit einer Messerklinge andrücken. Thymian und Rosmarin waschen und trocken tupfen.

Die Fischfilets waschen, in Stücke von je 100 g schneiden, mit Zitronensaft säuern, einziehen lassen; unmittelbar vor dem Braten gründlich(!) trockentupfen, salzen. In einer schweren Pfanne das Olivenöl und die Butter erhitzen, Knoblauch und Kräuter hineingeben, kurz ziehen lassen, dabei darauf achten, dass die Kräuter nicht verbrennen. Knoblauch und Kräuter herausnehmen, und die Fischfilets in dem aromatisierten Fett auf der Hautseite (!) bei mittlerer Hitze etwa 4 Minuten braten, dann Hitze reduzieren (beim E-Herd am besten ganz ausschalten), Fisch wenden und noch ca. 3 Minuten ziehen lassen. Die Fischfilets herausheben und im vorgeheizten Ofen warm halten, evtl. Kräuter oben darauf legen.

### Anrichten:

Den Risotto auf vorgewärmten Tellern anrichten. Die Fischfilets darauf platzieren und das Ganze mit den Spargelspitzen und einem Zweig glatter Petersilie garnieren.

### **Orangen-Sahne-Creme / modifiziertes Rezept vom April-Kochabend**

<u>Zutaten für 4 Personen</u>	<u>Zutaten für 12 Personen</u>
2-3 unbehandelte Orangen (man braucht ¼ l Saft)	6-9 unbehandelte Orangen (man braucht ¾ l Saft)
<b>2 Beutel Gelatine-Fix (Kaltgelatine)</b>	<b>6 Beutel Gelatine-Fix (Kaltgelatine)</b>
2 Eigelb	6 Eigelb
50 g Zucker	150 g Zucker
200 g Schlagsahne	600 g Schlagsahne
etwas Zitronenmelisse	etwas mehr Zitronenmelisse
ca. 300 g frische Erdbeeren	ca. 900 g frische Erdbeeren
Puderzucker	Puderzucker

Besondere Arbeitsgeräte: Saftpresse, Mixer, Reibe, Dessertringe

### Zubereitung:

Orangen waschen und abtrocknen. Etwas Schale abreiben. Orangen halbieren und auspressen, so dass die angegebene Menge Saft entsteht.

Eigelbe mit Orangenschale zu einer dicklichen Creme aufschlagen.

Sahne steif schlagen, dabei die Hälfte des Gelatine-Fix-Pulvers einrieseln lassen.

Die andere Hälfte des Gelatine-Fix-Pulvers mit einem Schneebesen 1 Minute in den kalten Orangensaft einrühren. Den Saft nach und nach unter die Eigelb-Creme rühren, dann den Zucker dazugeben. Zum Schluss die geschlagene Sahne vorsichtig unterheben.

Creme für 10 Minuten in den Kühlschrank stellen, so dass sie leicht andickt, dann in Schalen oder Dessertringe umfüllen, weiter kalt stellen.

Erdbeeren waschen, trockentupfen, putzen und halbieren. Mit ein wenig Orangensaft und Zucker marinieren.

Zum Servieren auf mit Puderzucker bestäubte Teller setzen, mit marinierten Erdbeeren und Zitronenmelisse garnieren.