

1/2

Rezept für 3 Kastenformen

Zubereitungszeit: 1 Nacht und ca. 4 Stunden

725 g Weizenmehl T 405

325 g Bramata

(grober Maisgrieß für Polenta)

20 g Salz

20 g Backpulver

42 g Hefe

575 ml Wasser

15 g Butter

Butter zum Auspinseln der Kastenformen

Mehl, Polentagrieß, Salz, Backpulver, Hefe, Wasser und Butter zu einem Teig kneten und über Nacht im Kühlschrank gehen lassen. Am Tag der Zubereitung drei Kasten- oder Terrinenformen mit Butter auspinseln. Den Teig nochmals durchkneten, in die Formen verteilen und eine weitere Stunde gehen lassen. Den Ofen auf 120 °C Ober-/Unterhitze vorheizen, die Formen ins Wasserbad stellen und im Ofen 1 ½ Stunden dämpfen. In regelmäßigen Abständen etwas Wasser auf den Ofenboden gießen.

Nach dem Dämpfen den Ofen auf 160 bis 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und die Brote darin 40 Minuten backen. Sie anschließend in der Form abkühlen lassen, stürzen und zum Schneiden komplett auskühlen lassen.

Dieses Brot muss gedämpft und gebacken werden, damit der Maisgrieß richtig ausquillt. Wir benutzen dafür den Kombidämpfer und dämpfen das Brot darin 1 Stunde lang bei 100 °C. Zu Hause können Sie auch einen asiatischen Bambusdämpfkorb benutzen. Er muss allerdings groß genug sein, damit die Backform hineinpasst.

1 FACH

Rezept für 6–8 Portionen

Zubereitungszeit: ca. 1 ½ Stunden

800 g Räucheraal

2 mittelgroße Zwiebeln

1 Karotte

¼ Knollensellerie

1 Stange Lauch

300 ml Sherry Amontillado

1–2 EL Pflanzenöl

✦ 2 l Rinderconsommé

5 weiße Pfefferkörner, geröstet

Meersalz

2 frische Lorbeerblätter

½ unbehandelte Zitrone, Zesten und Saft

2 Eiweiß

500 g Eiswürfel

Den Räucheraal filieren, die Haut und Gräten klein hacken und aufbewahren. Das Aalfleisch zur weiteren Verwendung kühl stellen. Eine flache Pfanne mit Alufolie auslegen. Die Zwiebeln putzen – aber nicht schälen! – und halbieren, sie dann in der ausgelegten Pfanne auf der Schnittseite kräftig anbräunen. Die Karotte und den Sellerie putzen, waschen und fein schneiden. Von der Lauchstange nur den weißen Abschnitt verwenden, ihn ebenfalls waschen, putzen und fein schneiden. Den Sherry in einem kleinen Topf auf 100 m einkochen.

Das Pflanzenöl in einen Topf geben. Die gehackte Aalhaut und Aalgräten mit den Gemüsen darin anschwitzen. Beiseitestellen und abkühlen lassen. Die Zwiebeln dazugeben. Die Rinderconsommé mit Sherry, Pfefferkörnern, Meersalz, Lorbeerblättern, Zitronensaft und Zitronenzesten, den Eiweißen sowie der Eiswürfeln vermischen. Alles in den Topf mit den Gemüsen geben und aufkochen. Ständig mit einem Spatel am Topfboden schaben damit nichts anbrennt. Dann die Hitze um die Hälfte reduzieren und nicht mehr schaben. Den klaren Fond beiseite stellen, etwa 15 Minuten ziehen lassen. Durch ein nasses kaltes Tuch passieren.

Diesen Fond können Sie als Aalconsommé mit Gemüse, Backpflaumen, Birnenspalter und Aalstücken servieren oder Räucheraal darin erwärmen. Dabei darf der Aal nicht zu heiß werden, da er sonst trocken wird.

1 FACH

Rezept für ca. 3 l

Zubereitungszeit ca. 4 ½ Stunden

3 kg Hühnerkarkassen oder Hühnerflügel

4 l Wasser

graues Meersalz

1 kg Zwiebeln

15 weiße Pfefferkörner, geröstet

1 frisches Lorbeerblatt

1 Staude Staudensellerie

1 Bund Blattpetersilie

Die Hühnerkarkassen in einen breiten Topf geben und mit Wasser auffüllen. Die Zwiebeln waschen, halbieren und ungeschält hinzufügen, das Ganze salzen und schnell aufkochen. Die Flüssigkeit nach dem Aufkochen abschäumen, die Pfefferkörner und das Lorbeerblatt dazugeben und etwa 4 Stunden bei kleiner Hitze sanft köcheln lassen.

Nach rund 3 ½ Stunden den Staudensellerie waschen, putzen, grob zerkleinern und in die Brühe geben. Kurz bevor der Fond fertig gekocht hat, die Blattpetersilie waschen, putzen, grob zerkleinern und in den Fond geben. Den fertig gekochten Fond durch ein grobes Sieb und anschließend durch ein kaltes, nasses Passiertuch gießen. Ihn dann abkühlen lassen und entfetten.

Lassen Sie beim Abkühlen einen Kochlöffel oder einen ähnlichen Gegenstand aus Metall in dem Fond stehen, damit die Hitze abgeleitet wird. Ansonsten gibt es einen Hitze-stau und die Brühe könnte – besonders bei warmem Wetter und bei Gewittern – sauer werden und verderben.

Natürlich können Sie anstelle der Karkassen und Flügel auch ein ganzes Suppenhuhn oder Hähnchenkeulen verwenden. Als Faustregel gilt, dass ein Kilogramm Karkassen einen Liter Fond ergeben sollte.

Rezept für 4 Personen

Zubereitungszeit: ca. 1 ½ Stunden

1 Kabeljaufilet à ca. 800 g ohne Haut,
ohne Gräten
300 g graues Meersalz
400 g Kartoffeln, mehlig kochend
Meersalz aus der Mühle
2 Knoblauchzehen
2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin
1 ½ l Milch
weißer Pfeffer aus der Mühle
1 Limone, Saft
3 Zweige Zitronenthymian, gezupft
Mehl
Ei
Mie de pain (feines Paniermehl)
Pflanzenöl

Das Kabeljaufilet gleichmäßig mit dem Salz bedecken und im Kühlschrank 1 Stunde ziehen lassen.

Die Kartoffeln in Salzwasser gar kochen. Sie abgießen, leicht ausdampfen lassen und durch eine Kartoffelpresse drücken.

Das Kabeljaufilet aus dem Kühlschrank nehmen und sorgfältig abwaschen. Die Knoblauchzehen schälen und andrücken. Thymian und Rosmarin waschen und abtrocknen. Knoblauch, Thymian und Rosmarin in die Milch geben und diese erwärmen. Dann das Kabeljaufilet dazugeben und für 10 bis 15 Minuten in der Milch bei ca. 60 °C sanft ziehen lassen. Es anschließend herausnehmen und abtropfen lassen. Das Filet in einer Schüssel mit einer Gabel zerpfücken und mit den Kartoffeln vermischen. Das Ganze mit Salz, Pfeffer, Limonensaft und den gezupften Zitronenthymianblättern würzen.

Den Teig zu Nocken formen. Diese mit Mehl, verschlagenem Ei und Mie de pain panieren und in Pflanzenöl bei 170 °C langsam goldgelb ausbacken. Sie vor dem Servieren auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Die Brandade lässt sich vielfältig variieren. Sie schmeckt beispielsweise mit einer Füllung aus Crème fraîche und Kaviar oder zu einem kleinen Salat und gehobeltem Bottarga (getrockneter Roggen von der Meeräsche oder vom Thunfisch).

1 FACH

Rezept für 4 Personen
Zubereitungszeit: ca. 2 ½ Stunden

Für den Kalbsrücken
1 Kalbsrücken à ca. 500 g
Meersalz aus der Mühle
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
100 g Butter
Olivenöl
5 Schalotten
2 Knoblauchzehen
10 Champignons
1 kleines Bund Thymian
1 kleines Bund Salbei

Für die Erbsensauce und den Erbsensalat
1 kg frische Erbsen
ca. 100 ml Geflügelfond (Grundrezept)
Meersalz aus der Mühle
Zucker
20 ml weißer Balsamico-Essig
20 ml Haselnussöl

Für die Crème fraîche
4 EL Crème fraîche
Meersalz aus der Mühle
1 Zitrone, Saft
2 EL geriebene Haselnüsse

Zusätzlich
80 g Imperial-Kaviar

Für den Kalbsrücken den Ofen auf 120 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Kalbsrücken salzen und pfeffern. Die Butter und das Olivenöl zusammen in einer flachen Pfanne bräunen. Den Kalbsrücken darin rundum sanft aber sorgfältig anbraten und danach herausnehmen. Die Schalotten und den Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Thymian und Salbei waschen und trocknen. Schalotten und Knoblauch in der Bratbutter anschwitzen. Die Champignonscheiben mitbraten und die Kräuter zugeben. Nun den Kalbsrücken darauflegen und das Ganze in den vorgeheizten Ofen schieben. Das Fleisch bis zu einer Kerntemperatur von 60 °C braten, es dann herausnehmen und kalt stellen.

Für die Erbsensauce die Erbsen aus den Schoten palen. Die Kerne blanchieren, abschrecken und aus der inneren Haut drücken. 4 EL Erbsenkerne beiseitelegen, den Rest mit dem Geflügelfond zu einer sämigen Sauce vermischen. Die Masse salzen, zuckern und mit weißem Balsamico-Essig abschmecken. Dann durch ein feines Sieb streichen.

Die Crème fraîche glattrühren und mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Den Kalbsrücken auf der Aufschnittmaschine aufschneiden. Die Erbsen mit einer Marinade aus Salz, Zucker und Haselnussöl marinieren. Zum Servieren die Erbsensauce zusammen mit den Erbsen anrichten und Kalbsrückenscheiben daneben legen. Die Crème fraîche mit den geriebenen Haselnüssen bestreuen und neben dem Kaviar anrichten.

Dieses Gericht ist ein Klassiker im VAU. Zu Hause kann man den sehr teuren Imperial-Kaviar durch Saiblingskaviar (zum Beispiel aus Kärnten) ersetzen. Schmeckt ... fast genauso gut.

1 FACH

Rezept für 4 Personen
Zubereitungszeit: 1 ½ Stunden

Für den Gurkensalat
2 Salatgurken
Meersalz aus der Mühle
Zucker
weißer Pfeffer aus der Mühle
2 EL Crème fraîche
1 EL weißer Balsamico-Essig
½ Limone, Saft
1 Bund Minze

Für den Saibling
1 Seesaibling à ca. 800 g
Meersalz
Mehl
Pflanzenöl
2 EL Butter
½ Limone, Saft

Zusätzlich
80 g Kürbiskerne
1 Bund Borretsch
40 ml Kürbiskernöl

Die Gurken schälen, halbieren und entkernen. Sie quer in 2 bis 3 mm dicke Scheiben schneiden, leicht salzen, durchkneten und 1 Stunde stehen lassen. Sie danach gut ausdrücken, dabei das Gurkenwasser aufheben. Nun die Gurken mit der Crème fraîche vermengen. Sie mit Zucker, Pfeffer, Balsamico-Essig und dem Limonensaft abschmecken. Mit den Fingern oder einer Gabel den Salat luftig schlagen, dabei nach und nach etwas vom Gurkenwasser hinzufügen.

Den Saibling filieren und die Gräten ziehen. Den Fisch portionieren.

Die Kürbiskerne ohne Fett in einer Pfanne langsam rösten, bis sie sich aufblähen.

Den Fisch salzen und die Hautseite sehr sparsam mit Mehl stauben. In Pflanzenöl auf der Hautseite knusprig braten. Dabei die Stücke kurz mit einem kleinen Topf beschweren, um sie in die Pfanne zu drücken.

Kurz vor Ende der Garzeit den Fisch aus der Pfanne nehmen. Das Bratfett abgießen und in der Pfanne die Butter aufschäumen lassen. Den Limonensaft zufügen und die Saiblingsstücke neben dem Herd in der braunen Butter gar ziehen lassen.

Die Minze waschen, trocknen, fein schneiden und in den Gurkensalat geben. Den Borretsch waschen, trocknen und zupfen.

Den Fisch mit Gurkensalat, etwas Bratbutter und den Borretschblättern anrichten. Das Ganze mit Kürbiskernen bestreuen und etwas Kürbiskernöl beträufeln.

Der Gurkensalat enthält absichtlich wenig Dressing, damit er nicht »ausläuft«. Er passt auch wunderbar zu einem Rindfleischsalat.

Das Roastbeef mindestens 3 Stunden vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.

Die Tomaten blanchieren, abziehen, vierteln und entkernen. Ein Backblech mit Olivenöl bestreichen. Die Tomaten darauf verteilen und bei 80 °C Umluft ca. 1 Std. trocknen.

Danach den Ofen auf 175 °C Umluft vorheizen. Die Maiskolben buttern, zuckern und in Alufolie wickeln. Sie im Ofen in 30 Minuten nicht zu weich garen, danach auskühlen lassen und die Körner längs von den Kolben schaben.

Den Honig auf 40 °C erwärmen, den Majoran waschen, trocken und zupfen. Die Stiele ca. 15 Minuten im Honig ziehen lassen, danach passieren und die Majoranblätter einrühren.

Die Roastbeefscheiben mit Olivenöl leicht einölen, pfeffern und in einer flachen Form bei 60 bis 80 °C Ober-/Unterhitze ca. 45 Minuten bzw. bis zu einer Kerntemperatur von 50 °C im Ofen garen.

Für den gerösteten Mais etwas Pflanzenöl erhitzen, die Baconwürfel hineingeben und knusprig braten. Den Mais zusammen mit dem Bacon erwärmen, leicht zuckern und den Majoran unterziehen.

4 Scheiben Maisbrot in einer Pfanne in Pflanzenöl knusprig rösten.

Zum Servieren Butter in einer Pfanne aufschäumen. Sobald sie gebräunt ist, die Roastbeefscheiben einlegen und von beiden Seiten ganz kurz braten. Das Vadouvan-Gewürz dazugeben und kurz mitbraten. Das Fleisch kurz ruhen lassen und es danach quer in fingerdicke Tranchen schneiden. Diese salzen, pfeffern und auf den Maiscrostini anrichten. Den Mais dazugeben, die Tomaten anrichten und mit dem Majoranhonig beträufeln.

Die Kalbsjus mit der Bratbutter aus der Pfanne erhitzen, mit Tomatenessig abschmecken und neben dem Fleisch anrichten.

Gerade für mageres Fleisch wie das Bisonroastbeef ist die Methode des »Rückwärtsbratens« perfekt geeignet. Dazu ändert sich die Reihenfolge der Zubereitung: Anstatt es heiß anzubraten und dann ruhen zu lassen, lässt man es erst ruhen und brät es dann kurz und sanft an. Das Fleisch brät nicht so heiß – dies ist weitaus gesünder –, entspannt sich wesentlich besser und ist überaus zart. Der Bratgeschmack und die Farbe kommen hauptsächlich von der braunen Butter. Beim Rückwärtsbraten sollte man allerdings mit der Temperatur des eigenen Ofens etwas experimentieren. Am besten nimmt man dazu ein genaues, separates Ofenthermometer. Hat man die Temperatur im Griff, gelingen auch größere Stücke, wie ein Côte de Bœuf perfekt. Wichtig ist, dass die Temperatur von 50 °C langsam erreicht wird, später ist die Kerntemperatur 60 °C.

Für die Hexenpolenta die Vanilleschote aufschneiden und auskratzen. Die Rosinen in Moscato einweichen. Die Milch zusammen mit dem Mark und der Schote, dem Zucker und der Prise Salz aufkochen und 10 Minuten ziehen lassen. Die Vanilleschote entfernen. Nun die Bramata einrühren und bei geringer Hitze unter leisem Köcheln in 30 Minuten ausquellen lassen. Dabei ständig rühren und am Boden schaben, damit nichts anbrennt. Die Pistazien und Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne leicht rösten, die Rosinen abtropfen lassen und zusammen mit den Pistazien und den Pinienkernen unter die fertige Polenta rühren. Eine flache Form mit Klarsichtfolie auslegen und die Polenta ca. 2 cm hoch einfüllen. Sie zunächst unabgedeckt abkühlen lassen. Sobald jedoch kein Dampf mehr aufsteigt, die Polenta abdecken und kühl stellen.

Für das Eis 400 ml Moscato auf 200 ml reduzieren, dann den restlichen Moscato zugeben. Die Butter in Würfeln einmixen. Eigelb und Zucker schaumig rühren, die heiße Flüssigkeit aufgießen und auf dem Wasserbad zur Rose abziehen, d.h., sie erhält eine cremige Konsistenz, stockt aber nicht. Die Masse in der Eismaschine frieren.

Die Erdbeeren waschen, putzen und halbieren. Sie in einer Schüssel zuckern, mit Zitronensaft und Balsamico-Essig abschmecken und Saft ziehen lassen. Sie zwischendurch mit einem Schneebesen leicht andrücken.

Die kalte Polenta in Streifen schneiden und in einer beschichteten Pfanne in Butterschmalz von allen Seiten knusprig braten.

Von den Erdbeeren ein wenig Saft abnehmen. Den Senf darin verrühren und das Ganze mit den Erdbeeren vermischen.

Zum Servieren die Erdbeeren auf einem Teller zusammen mit der noch heißen Hexenpolenta und dem Eis anrichten. Die Sahne zusammen mit dem Zucker leicht anschlagen und über die Erdbeeren geben.

Zu Eis würde man normalerweise keinen Wein servieren, aber zu diesem Dessert passt natürlich wunderbar ein Moscato d'Asti (nicht zu verwechseln mit Asti Spumante). Er eignet sich zudem gut als Dessertsekt, weil er mit 5,5 bis 6 % Alkohol eher leicht und erfrischend erscheint. Körperreiche Süßweine passen weniger zur Süße und Säure der Erdbeeren.

Beim »Abziehen zur Rose« gibt es einen einfachen Trick, um die Konsistenz zu überprüfen: Man taucht einen Rührlöffel kurz in die Masse ein. Nun pustet man auf den leicht mit Masse bedeckten Löffelrücken. Wenn sich die Masse leicht kräuselt – mit etwas Fantasie ähneln diese Wellen Rosenblättern –, und die Wellen nicht wieder zusammenfallen, ist die gewünschte Konsistenz erreicht. Man sollte nur den Löffel nach dem Pusten vor der weiteren Verwendung abwaschen.