

Lachstatar mit Ingwer und Sesam auf Salat

Zutaten für 4 Personen:

400 g Lachsfilet, ohne Haut
4 cl Sojasauce
1 TL Meerrettichpulver
10 g Ingwer, eingelegt
Salz, Pfeffer
2 EL Frühlingszwiebeln, in dünne Röllchen geschnitten
½ Bund Koriander oder Petersilie, je nach Geschmack
etwas Zitronen- oder Limettensaft
Außerdem: 2 EL weißen Sesam, geröstet

Das Lachsfilet fein hacken. Den eingelegten Ingwer fein schneiden. Das Wasabipulver mit wenig Wasser anrühren. Die Frühlingszwiebel waschen, putzen und fein schneiden, Petersilie zupfen und schneiden.

Die Zutaten zusammen in eine Schüssel geben und gut vermischen. Das Ganze mit Sojasauce und Limettensaft abschmecken. Danach alles kaltstellen.

Wasabisauce-Sauce

1-2 Eigelbe (je nach Größe)
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 EL Essig
1 Teelöffel Senf
¼ - ½ l Öl
Wasabi-Paste, ein Schuss Essig, Salz, Tabasco, Zitronensaft

Aus den Zutaten eine dickflüssige Mayonnaise herstellen. Dazu die Eigelbe mit Salz, Pfeffer, Senf und Essig in einer Schlüssel verrühren. Langsam das Öl einlaufen lassen. Wenn es zu dick wird, noch etwas Essig oder Wasser zugeben.

Anschließend mit Meerrettichpaste vermengen bis die Sauce den gewünschten Geschmack bekommt. Alles mit Salz, Zitronensaft und wenig Tabasco abschmecken.

Außerdem:

4 kleine Portionen Blattsalat
1 kleine rosa Grapefruit
½ Avocado

Den Salat waschen und putzen. Die Grapefruit schälen und die Filets herauslösen und halbieren. Die Avocados schälen und würfeln.

In die Schälchen den Blattsalat geben, danach die Avocadowürfel und die Wasabisauce darüber geben. Darauf eine Nocke Lachstatar geben und mit geröstetem Sesam bestreuen. Zum mit Grapefruitfilet garnieren und servieren.

Zitronengrassuppe mit Garnelen-Wan-Tan

Zutaten für 4 Personen:

1 l Gemüse- oder Geflügelbrühe
1 Zitronengraswurzel, in Stücke geschnitten
2 Kaffir-Zitronenblätter
1 frische rote Chilischote, entkernt
2 EL Fischeauce
4 Zweige Koriander
Shrimp-Paste (Tom Yum)
Zitronensaft zum Abschmecken

Gemüsebrühe aufkochen. Zitronengras, Zitronenblätter und Chilischote hinzufügen. 5 Minuten köcheln lassen.
Mit Shrimp-Paste (Tom Yum) würzen und Fischeauce abschmecken. Zum Schluss mit verfeinern.

Wan-Tan-Füllung:

150 g Garnelen, roh, geschält
100 g Hähnchenfleisch
Knoblauch, Korianderwurzel
1 Päckchen Wan-Tan Teig
Salz, Pfeffer, Austernsauce, Sojasauce

Zubereitung die Wan-Tan:

Die Garnelen und Hähnchenbrust grob zerkleinern.
Den Knoblauch schälen und zusammen mit Korianderwurzel, Garnelen und Hähnchenbrust in den Mixer geben und zu einer glatten Masse verarbeiten.
Danach mit Salz, Pfeffer und Austersauce, Sojasauce abschmecken und vermischen.

Die Garnelenmasse in der Mitte des Wantanblatts geben und wie ein Dreieck zusammenklappen.

Die fertigen Wan-Tan in den Sud geben und etwa 3-4 Minuten kochen lassen.
Vor dem Servieren Koriander als Garnitur zugeben.

Exotisch marinierte Entenbrust –rosa gebraten- mit Ingwer-Mangochutney und Sommergemüse aus dem Wok

Zutaten für 4 Personen:

Entenbrust und Marinade:

4 Stück Entenbrust, weiblich
Salz, Pfeffer
1 Prise 5 Chinesisches Gewürzpulver
50 ml Chilisauce, süßsauer
4 Stück Sternanis
1 Stück Ingwer, frisch, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
100 ml Balsamicoessig
100 ml helle Sojasauce
1 EL Mango-Chutney und Honig

Die Entenbrust auf der Hautseite kreuzweise einritzen und würzen. Die Zutaten für die Marinade gut vermischen und die Entenbrust darin einige Zeit marinieren lassen.

Ingwer-Mango-Chutney:

1 säuerlichen Apfel
1 Zwiebel
1 Mango
30 g Zucker
1 Stück rote Chilischote
etwas Chilisauce süßsauer
Balsamicoessig, weiß zum Ablöschen
Portwein, weiß zum Ablöschen
20 g Ingwer, eingelegt
Salz

Den Apfel und Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Mango halbieren, den Kern herauslösen, die Frucht schälen und das Fruchtfleisch würfeln. Den Ingwer und Chili fein schneiden.

Alles in einem Topf mit Zucker ansautieren. Mit Balsamicoessig und Portwein ablöschen. Anschließend eventuell etwas Wasser und Chilisauce zugeben. Das Ganze in etwa 10 Minuten weich köcheln lassen. Mit Salz würzen.

Wok-Gemüse zum Beispiel:

1 Bund Frühlingszwiebeln
1 kleine Aubergine
1/2 gelbe und rote Paprika
100 g Zuckerschoten, blanchiert
50 g Kniabohnen, blanchiert
50 g Sojasprossen
Öl zum Braten
etwas Sesamöl zum Abschmecken
Salz, Pfeffer, Sojasauce

Das Gemüse waschen, putzen und zerkleinern. Das Gemüse je nach Garzeit nacheinander im Wok anbraten. Mit Sojasauce, Sesamöl und Salz und Pfeffer würzen.

Inzwischen die Entenbrust aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und in einer Pfanne mit heißem Öl auf der Hautseite anbraten. In den vorgewärmten Ofen bei 200°C geben und darin etwa 10 Minuten garen lassen. Zwischendurch mit der Marinade bepinseln.

Anrichten:

Die Entenbrust aus dem Ofen nehmen und aufschneiden. Das Gemüse auf dem Teller anrichten. Darauf die Entenbrustscheiben legen und mit lauwarmen Mango-Chutney servieren.

Champagnerschaum mit gemischten Beeren der Saison und Eis

Für 4 Personen:

250 g gemischte Beeren der Saison
4 Eigelbe
50 g Zucker
170 ml Champagner

Außerdem: 4 Kugeln Vanilleeis, einige Minzeblätter zur Dekoration

Die Erdbeeren waschen, putzen und zerkleinern. Die anderen Beeren vorsichtig abbrausen. Für den Champagnerschaum die Eigelbe mit Zucker in einer Schüssel über dem Wasserdampf aufschlagen.

Im Wasserbad weiter schlagen, bis der Zucker ganz aufgelöst ist, dabei nach und nach den Champagner zugießen. Die Mischung im Wasserbad zu einer glatten, cremigen Masse schlagen, nicht anbrennen lassen und zügig servieren.

Anrichten:

Die Beeren zusammen mit dem Eis in tiefe Teller verteilen. Zum Schluss den Champagnerschaum darüber verteilen und mit Minze garnieren.