

Mediterraner Salat mit Calamaretti und Garnelen

Zutaten für 4 Personen:

Calamaretti und Garnelen:

200 g Garnelen, küchenfertig
200 g Babycalamari (bereits blanchiert)
2 Knoblauchzehen
Olivenöl
Zitronensaft
Salz, Pfeffer
4 EL Petersilie, gezupft, fein geschnitten

Die Garnelen putzen, waschen und trocken tupfen. Eine Pfanne mit Öl erhitzen und die Garnelen darin anbraten.

Babycalamari waschen. Die Tentakel abschneiden und den Schlund heraus lösen. Den Körper säubern und den Schild herauslösen. Gut waschen und in kochendem Wasser kurz blanchieren.

Den Körper je nach Größe in Streifen schneiden.

Für die Knoblauch-Kräutersauce den Knoblauch schälen und fein hacken. Aus Olivenöl und Zitronensaft eine Marinade herstellen, Knoblauch und Kräuter untermischen. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Anschließend die Garnelen und Calamaretti in die Kräutermarinade geben und einige Zeit ziehen lassen.

Mediterraner Salat:

12 Cocktailtomaten
1 EL schwarze Oliven, zerkleinert
einige Blätter Basilikum
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
1 TL Kapern
Aceto Balsamico, Olivenöl
Salz, Pfeffer
Außerdem: 4 Portionen Blattsalat

Die Tomaten halbieren oder je nach Größe vierteln. Die Oliven zerkleinern. Die Basilikumblättchen fein schneiden. Alle Zutaten in eine Schüssel geben. Alles gut vermischen und mit Essig und Olivenöl marinieren. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tomatensalat auf Teller verteilen, die Meeresfrüchte darauf verteilen, mit Kräutermarinade beträufeln und mit Salat garnieren.

Ravioli mit Garnelefüllung, Spinat und Tomaten

Zutaten für 4 – 6 Portionen:

Etwa 250 g frischen Nudelteig

Für die Füllung:

ca. 80 g Ricotta
ca. 50 g Spinat, blanchiert
150 g Garnelenfleisch roh, ausgelöst
Salz, Pfeffer
Butter

Zutaten für Weißweinsauce

1/4 l Fischfond oder Kalbsfond
reduzierter Weißwein
reduzierter Noilly Prat
reduzierter weißer Portwein
1/8 l Sahne
40 g Butter
Salz, Pfeffer

Außerdem:

1 -2 Tomaten
1 EL Kräuter, gezupft, fein geschnitten (z.B. Petersilie, Basilikum)
etwas Butter
Salz, Pfeffer

Für die Füllung das Garnelenfleisch in kleine Stücke schneiden. Ricotta mit Spinat und Garnelenfleisch vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Nudelteig mit einem runden Ausstecher mit etwa 1 cm Abstand, Kreise ausstechen. Danach etwas Füllung (nicht zu viel) mit einem Teelöffel in die Mitte des Kreises setzen. Den Teigrand mit etwas Wasser (Pinsel) befeuchten und den Teig zu einem Halbmond zusammenklappen. Die Ränder sorgfältig zusammendrücken.

Inzwischen die Sauce herstellen:

Dazu den Fischfond zusammen mit der Sahne in einem Topf geben und stark einkochen lassen. Danach den reduzierten Weißwein, Noilly Prat, Portwein zugeben und nochmals einkochen lassen, bis ein kräftiger Geschmack entsteht. Zum Schluss mit kalter Butter montieren und würzen.

Tomaten waschen, den grünen Strunk entfernen, vierteln, entkernen und in Würfel schneiden. Etwas Butter zerlassen und die Tomaten darin warm schwenken, würzen und die Kräuter zugeben. Zum Schluss in die Weißweinsauce geben.

Für die Ravioli einem großen Topf mit reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Die Ravioli nach und nach in das kochende Wasser geben und in etwa 3 bis 4 Minuten fertig garen. Sobald die Ravioli an der Oberfläche schwimmen mit einem Schaumlöffel herausnehmen und gut abtropfen lassen.

Ravioli in vorgewärmte Teller verteilen und mit der Weißweinsauce servieren.

Gebratene Perlhuhnbrust mit Balsamicosauce, dazu Carponatagemüse und Selleriepüree

Zutaten für 4 Personen:

Balsamicosauce: (bereits vorbereitet)

3 Schalotten
8 Pfefferkörner
2 Lorbeerblätter
¼ l dunkler Balsamico, reduziert
¼ l Kalbsfond oder Geflügelfond
etwas reduzierter Rotwein, Portwein
150 g kalte Butter

Schalotten schälen und würfeln. In etwas Butter in einem Topf anschwanken und mit Kalbsfond aufgießen und kräftig einkochen. Mit reduziertem Rotwein, Portwein und Balsamicoessig abschmecken. Mit kalter Butter die Sauce montieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Perlhuhnbrust:

4 Perlhuhnbrüste
2 Zweige Rosmarin
Salz, Pfeffer
Öl zum Braten

Die Nadeln vom Rosmarin zupfen und unter die Perlhuhnbrusthaut geben und alles mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Geflügelbrust beidseitig anbraten und auf ein geöltes Backblech legen. Alles im vorgewärmten Ofen geben und bei 200°C etwa 10 Minuten gar ziehen lassen.

Selleriepüree

1 Knollensellerie 300 g
150 ml Sahne
50 g Butter
Salz, Muskatnuss
Saft 1/2 Zitrone

Den Sellerie, schälen und grob zerkleinern. Mit Zitronensaft und Salz weich kochen. Sellerie abpassieren und mit Sahne verkochen. Danach mit einem Mixer pürieren. Abschmecken mit Salz, Muskat und Butter.

Carponata

1 Aubergine
je 1 Paprika gelb und rot
1 Zucchini
getrocknete Tomaten
1 EL Zucker
50 ml weißen Balsamicoessig
8 Oliven
1 EL Kapern, 1 EL Pinienkerne, 1 EL Rosinen
1 EL Tabasco

Aubergine schälen und in Würfel schneiden, einsalzen

Paprika und Zucchini würfeln

Alle Gemüse getrennt in Olivenöl mit einer angedrückte Knoblauchzehe braten.

Getrocknete Tomaten in Streifen schneiden. Essig mit 1 EL Zucker aufkochen und über die Tomaten gießen. Kurz ziehen lassen. Alle Zutaten vermischen und mit Tabasco abschmecken.

Fertigstellung

Die Perlhuhnbrüste, das Selleriepüree und das Gemüse auf vorgewärmte Teller anrichten und mit der Sauce servieren.

Dunkles Schokoladenmousse mit Orangensauce

Zutaten für 4 – 6 Portionen:

200 g Zartbitterkuvertüre
50 g Vollmilchkuvertüre
1 Ei
2 Eigelbe
1 EL Zucker
20 ml Rum
600 g Sahne

1. Sahne nicht zu steif schlagen.
2. Die Kuvertüren klein schneiden. In einer Metallschüssel auf einem Wasserbad unter rühren schmelzen lassen. Unbedingt darauf achten, dass kein Tropfen Wasser in die Schokolade gelangt. Wenn alles zergangen ist, vom Wasserbad nehmen.
3. Ei, Eigelbe und die Hälfte des Rums mit Zucker in eine Metallrührschüssel geben. Auf einem heißen Wasserbad mit dem Schneebesen aufschlagen, bis die Masse weißschaumig wird und an Volumen gewinnt. Dabei immer wieder die Schüssel vom Dampf hoch heben, damit die Eimasse nicht zu heiß wird und es kein Rührei wird. Dann die Schüssel vom Topf nehmen und weiter rühren bis die Temperatur zurück geht. Restlichen Rum unterrühren und die geschmolzene etwas erkaltete Kuvertüre. Schlagsahne zu geben und schnell unterheben. Die Mousse in Gefäße abfüllen und kalt stellen.

Orangensauce:

60 g Butter
90 g Zucker
¼ l Orangensaft
Abrieb von einer Orange
1 Stück rote Chilischote (nach Geschmack)
3 EL Orangenlikör
Filets von einer Orange

In einer Sauteuse die Butter zerlassen und den Zucker karamellisieren lassen. Anschließend mit Orangensaft ablöschen. Orangenabrieb und Chilischote zugeben und einkochen lassen. Zum Schluss nach Belieben mit Orangenlikör abschmecken und Orangenfilets zugeben.

Fertigstellen:

Die Schokoladenmousse mit einem zuvor in heißes Wasser getauchten Löffel abstechen und auf Teller anrichten. Mit der Orangensauce servieren.