

REZEPT VON PATRICK

Sendung vom 21.11.2020

Seeteufel auf Kohlrabi-Carpaccio

* * *

Kalbskrone mit selbstgemachten Teigwaren und Pak Choi

* * *

Schokokuchen mit Himbeer-Semifreddo im Glas

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





VORSPEISE: SEETEUFEL AUF KOHLRABI-CARPACCIO

Seeteufel auf Kohlrabi-Carpaccio

2 Kohlrabis
4 EL Apfelessig
2 EL Olivenöl
2 EL Walnussöl
1 TL Honig
1 TL Dijonsenf
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer
4 Seeteufel Filets
Mehl
Portwein
50 g Walnüsse
50 g Parmesan am Stück

Kohlrabi schälen, in hauchdünne Scheiben hobeln und auf Tellern fächerartig anrichten. Apfelessig, Olivenöl, Walnussöl, Honig und Senf kräftig verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und über das Carpaccio träufeln. Seeteufel Filet mit Salz und Pfeffer würzen und im Mehl wenden. Scharf anbraten und mit Portwein ablöschen. Walnüsse zerkleinern, Parmesan in feine Scheiben hobeln und Carpaccio damit garnieren. Seeteufel in der Mitte auf das Carpaccio legen und sofort servieren.

Croûtons & Topping

4 Scheiben Ciabatta vom Vortag
3 EL Olivenöl
0.5 TL Salz
100 g Gurke
2 EL Heimgart Microgreens
2 EL Sojajoghurt
1 TL schwarzer Pfeffer

Ciabatta in 2 cm grosse Würfel schneiden. 1 EL Olivenöl in eine heisse Pfanne geben, Brot bei mittlerer Hitze 5 Minuten rösten, ab und zu umrühren. Mit Salz abschmecken, vom Herd nehmen und beiseite stellen. Kerngehäuse der Gurke entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Gazpacho mit Gurkenwürfeln, Microgreens, Sojajoghurt, restlichem Olivenöl und den Croûtons dekorieren. Mit Pfeffer abschmecken und sofort kalt servieren.



HAUPTGANG: KALBSKRONE MIT SELBSTGEMACHTEN TEIGWAREN UND PAK CHOI

Kalbskrone

- 1 Kalbskrone mit 4 Knochen
- 600 g Baby Pak Choi
- 1 rote Chilischote
- 0.5 Zitrone
- 2 EL Thai-Fischsauce
- 1 EL Sojasauce
- 1 EL Honig
- 1 EL Öl

Kalbskrone am Vortag mit einem Grill-Rub marinieren. Scharf in der Pfanne oder auf dem Grill für 10 Minuten auf allen Seiten anbraten. Für 3 Stunden bei 75°C niedergaren bis Kerntemperatur 60°C erreicht ist. Pak Choi waschen und trocken schütteln. Chilischote längs halbieren, entkernen, waschen und fein hacken. Aus der Zitrone 1 EL Saft auspressen. Fischsauce, Sojasauce, Honig, Zitronensaft und 2 EL Wasser verrühren. Das Öl in einer Pfanne oder in einem Wok erhitzen. Pak Choi darin bei starker Hitze 2 Minuten unter Rühren braten. Chili dazugeben und sehr kurz mitbraten. Gemüse mit der Sauce ablöschen. Die Hitze reduzieren und das Gemüse noch 1 Minute zugedeckt garen lassen. Sofort servieren.

Chimichurri

- 1 Bund glatte Petersilie
- 2 Knoblauchzehen
- 1 kleine rote Zwiebel
- 0.5 TL getrocknete Chiliflocken
- 0.5 TL schwarze Pfefferkörner
- 1 TL grobes Meersalz
- 1 TL getrockneter Oregano
- 1 TL getrockneter Thymian
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Limette
- hochwertiges Olivenöl

Petersilie, Knoblauch und Zwiebel fein hacken. Alle Zutaten in einen Mörser geben und mit dem Saft der Limette und dem Olivenöl vermischen. Mit dem Mörser die Zutaten zerstoßen und zu einer Paste mahlen. Die Konsistenz sollte ähnlich wie bei einem Pesto sein. Nach Belieben noch etwas Olivenöl begeben.



Teigwaren Fusilli

500 g Mehl

5 Eier

Salz

Olivenöl

Alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Pasta Teig durch Pasta Maschine oder durch Walzwerk ziehen. In die gewünschte Pastaform schneiden und in Salzwasser al dente kochen.



DESSERT: SCHOKOKUCHEN MIT HIMBEER-SEMIFREDDO IM GLAS

Schokoladenkuchen

125 g Mehl
190 g Zucker
3 Eier
125 g Butter
155 g Kochschokolade

Mehl mit Zucker und den Eiern gut mischen, bis die Masse hell ist. Butter und Schokolade in einer Pfanne vorsichtig schmelzen lassen und zur Masse hinzufügen. In eine runde Springform, ca. 25 cm Durchmesser, geben. Im vorgeheizten Backofen bei 250°C auf der zweituntersten Rille für 11 Minuten backen.

Himbeer-Semifreddo

300 g gefrorene Himbeeren
60 g Puderzucker
100 g Griechischer Joghurt mit Honig

Gefrorene Himbeeren mit dem Puderzucker zerkleinern. Joghurt beifügen und 30 Sekunden im Thermomix zu einem cremigen Semifreddo verarbeiten.