

REZEPT VON LARA
Sendung vom 25.11.2023

Gazpacho Andaluz

* * *

Gegrillter Fisch mit Pilaw-Reis

* * *

Erdbeertörtli mit Schlagrahm

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





VORSPEISE: GAZPACHO ANDALUZ

5 Tomaten
1 Peperoni
½ Gurke
2 Schalotten
2 Knoblauchzehen
1 EL Olivenöl
5 Speckscheiben
1 EL Zucker
Chipotle Chili
Kräutersalz
Basilikumöl
Basilikumblätter

Die Tomaten, Peperoni und Gurke in Würfel schneiden und mit Kräutersalz würzen. Die Schalotten und Knoblauchzehen fein hacken und mit dem Olivenöl in einer Pfanne für ca. 15 Minuten auf kleiner Hitze anbraten, ohne Farbe annehmen zu lassen.

Alles in den Mixer geben und die Chipotle Chili dazugeben. Gut mixen. Die Masse durch ein Sieb passieren. Abschmecken und bei Bedarf nachwürzen. Die Suppe in ein Tupperware geben und in den Kühlschrank stellen für mindestens 4 Stunden.

Vor dem Servieren den Speck mit Zucker bestreuen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und im Ofen bei 160° C ca. 10 Minuten backen, bis sie knusprig sind. Auf ein Küchenpapier legen.

Die Suppe in Schälchen anrichten und mit dem Speck, dem Basilikumöl und Basilikumblätter dekorieren.



HAUPTGANG: GEGRILLTER FISCH MIT PILAW-REIS

Rotbarschfilet

Rotbarschfilet
Mayonnaise
Salz, Pfeffer

Rotbarschfilet fein mit Mayonnaise einstreichen, salzen und pfeffern. Grill auf 250° C heizen. Den Grillrost mit Öl benetzen. Den Fisch zuerst auf der Hautseite auf den Grillrost legen und erst zum Schluss wenden und bei ca. 150° C fertigbaren.

Pilaw-Reis

500 g Basmati Reis
100 g Butter
2 Briefchen Safran
Salz

Den Basmati Reis mehrmals in einer Schüssel waschen, bis das Wasser klar bleibt. Danach in gesalzenem Wasser nicht ganz fertigkochen. Der Reis sollte al dente sein.

Während der Reis kocht: in einem Schälchen eine halbe Kelle Kochwasser vom Reis mit dem Safran mischen. In einer tiefen Pfanne die Butter zum Schmelzen bringen und das Safran-Wasser hinzufügen. Sobald der Reis fertig gegart ist, kann das Kochwasser abgegossen werden. Den Reis in die Safranbutter geben und mit einem Küchentuch zudecken. Den Pfannendeckel drüberlegen und die losen Enden des Küchentuchs über den Pfannendeckel legen. Für 1 bis 1.5 Stunden auf niedriger Stufe fertigbaren und dabei den Deckel nie abheben.

Miso-Orangen Beurre Blanc

4 Schalotten
1 dl Weisswein
½ dl Noilly Prat
1½ dl Fischfond
½ dl Orangensaft
1 gehäufte Teelöffel helle Misopaste
300 g Butter
Salz, Pfeffer

Die Schalotten fein hacken und mit etwas Olivenöl leicht anschwitzen. Mit dem Weisswein, dem Noilly Prat, dem Orangensaft, dem Fischfond und der Misopaste in eine kleine Pfanne geben und auf grossem Feuer auf 1 dl einkochen lassen. Alles durch ein feines Sieb passieren, die Schalotten dabei gut ausdrücken. Den Sud in die ausgespülte Pfanne zurückgeben. Die Butter in Würfel schneiden und wieder kühl stellen. Unmittelbar vor dem Servieren die Butterwürfel beifügen und unter kreisender Bewegung der Pfanne in die Flüssigkeit einziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.



DESSERT: ERDBEERTÖRTLI MIT SCHLAGRAHM

Tortenboden

3 Eigelb
130 g Zucker
150 g weiche Butter
200 g Mehl
1 Prise Salz
1 Päckchen Backpulver

Eigelb und Zucker verrühren, bis eine cremig weisse Masse entsteht. Die weiche Butter dazugeben und mit einem Spatel verrühren, bis alles glatt ist. Mehl, Salz und Backpulver über die vorherige Zubereitung sieben. Mit dem Spatel vermischen. Den Teig in Frischhaltefolie einwickeln und 2 Stunden kühlstellen. Den Backofen auf 180° C vorheizen. Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und mit einem Nudelholz zwischen zwei Lagen Backpapier so ausrollen, dass er etwa 4 bis 5 mm dick ist. Mit einem Tortenring eine Teigscheibe ausstechen. Den Tortenring auf der Teigscheibe während des Backvorgangs lassen. Etwa 15 Minuten backen. Danach auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Crème Pâtissière

5 Eigelb
125 g Zucker
½ Päckchen Vanillezucker
40 g Maisstärke
5 dl Milch
1 Vanillestängel
1 dl Vollrahm
250 g Erdbeeren

Eigelb, Zucker und Vanillezucker in einer grossen Schüssel gut verrühren. Maisstärke und 1 dl der Milchmenge mit dem Schwingbesen darunter rühren.

Restliche Milch mit dem Vanillestängel und dem ausgeschabten Mark davon aufkochen. Vanillestängel entfernen. Vanillemilch unter Rühren mit dem Schwingbesen zur Eimasse giessen. In die Pfanne zurückgeben. Unter ständigem Rühren mit dem Schwingbesen aufkochen. Sobald die Crème dick wird, von der Platte ziehen und eine halbe Minuteiterrühren.

In eine Schüssel giessen. Crème mit Folie bedecken und vollständig auskühlen lassen. Den Vollrahm aufschlagen und darunterziehen.

Erdbeeren waschen, trocken tupfen und halbieren.

Die Crème auf dem Tortenboden mit einem Spritzbeutel verteilen und die Erdbeeren darauf drapieren.