

REZEPT VON MIRIEL

Sendung vom 07.03.2020

Lachs-Tiramisù

* * *

Gefüllte Perlhuhnbrust Süskartoffelpüree Gemüsevariation

* * *

Passionsfrucht-Mousse unter Schokoladendom mit warmer Beerensauce

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





VORSPEISE: LACHS-TIRAMISÙ

Lachs-Tiramisù

200 g geräucherter Lachs
3 Avocados
2.5 Zitronen
Sojasauce
200 g Zucker
2 dl Wasser
3 Stangen Dill
Chilipulver
Salz
Pfeffer

Lachs in kleine Würfel schneiden, in eine Schale geben und mit etwas Chili und Dill abschmecken. Avocados in eine Schüssel geben und mit einer Gabel zerdrücken. Eine halbe Zitrone auspressen und direkt über die Avocadostücke träufeln. Mit etwas Chili, Salz, Pfeffer und nach Belieben etwas Sojasauce abschmecken. Zitronen in 1 cm feine Scheiben schneiden. Zucker und Wasser aufkochen und die Zitronen darin blanchieren. Aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Die Zitronenscheiben auf die Teller verteilen, die Avocadocrème und den Lachs aufschichten, mit etwas Dill garnieren.



HAUPTGANG: GEFÜLLTE PERLUHNBRUST, SÜSSKARTOFFELPÜREE UND GEMÜSEVARIATION

Gefüllte Perlhuhnbrust

10 Champignons
6 Artischockenherzen
150 g Frischkäse
5 Perlhuhnbrüste
Öl
Salz

Champignons und Artischockenherzen in streifen schneiden. Champignons in einer Pfanne mit etwas Öl und Salz anbraten. Mit den Artischockenherzen sowie dem Frischkäse in eine Schüssel geben und miteinander vermengen. Die Perlhuhnbrüste in der Mitte aufschneiden, die Füllung in die Öffnung streichen. Mit Etwas Bratfett die Pfanne stark erhitzen und das Fleisch mit der Hautseite nach unten 1 Minute scharf anbraten. Wenden und erneut 1 Minute braten. In den auf 180°C vorgeheizten Ofen geben und für 5 bis 7 Minuten garen lassen.

Süsskartoffelpüree

4 grosse Süsskartoffeln
100 g Butter
1 EL Ahornsirup

Süsskartoffeln schälen und in Würfel schneiden. In kochendes Wasser geben und kochen bis sie weich sind. Mit dem Mixer pürieren, Butter und Ahornsirup begeben und gut durchmischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Gemüsevariation

Blumenkohl
Babyrüebli
Kefe
Salz

In einem Topf Wasser stark salzen und heiss werden lassen. Mit einem Sieb das Gemüse einlegen und je 7 bis 9 Minuten kochen lassen. Aus dem Topf nehmen und sofort mit kaltem Wasser abschrecken. 2 dl vom Salzwassersud aufbewahren und mit der Butter heiss werden lassen. Das Gemüse 4 bis 6 Minuten darin schwenken und nach Belieben würzen.



DESSERT: PASSIONSFRUCHT-MOUSSE UNTER SCHOKOLADENDOM MIT WARMER BEERENSAUCE

Passionsfrucht-Mousse

10 Passionsfrüchte
2 Blätter weisse Gelatine
2 Eier
50 g Zucker
1.8 dl Schlagrahm

Das Mousse sollte am Vorabend zubereitet werden. Die Passionsfrüchte halbieren, das Fruchtfleisch lösen, pürieren und durch ein Sieb streichen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Eier in einer Schüssel aufschlagen und mit Zucker mischen. Zucker-Eiermischung über einem heissen Wasserbad aufschlagen bis sich der Zucker auflöst. Die Gelatine aus dem kalten Wasser nehmen und in einer Pfanne warm werden lassen bis sie schmilzt. Den Rahm steif schlagen, mit der Gelatine, Passionsfrüchtfleisch sowie der Eierzuckermasse vermengen und über Nacht im Kühlschrank kaltstellen.

Schokoladendom

1 Tafel schwarze Schokolade
Wasserballone

Schokolade über dem heissen Wasserbad schmelzen. Wasserballon aufblasen, in die Schokolade tauchen und auf ein Backpapier legen. In den Kühlschrank geben und erkalten lassen. Ballon mit einem Messer zerplatzen lassen.

Beerensauce

300 g gefrorene Beeren
100 g Puderzucker
2 cl Whisky

Beeren in einer Pfanne warm werden lassen. Puderzucker begeben und mit dem Whisky abschmecken.