

REZEPT VON TAULANT

Sendung vom 18.09.2021

Vietnamesische Sommerrollen mit Tofu Vietnamesisches Sandwich mit Poulet an einer Fisch-Chili-Sauce

* * *

Pochierter Kabeljau an Tomaten-Fischsauce Mit Chili-Knoblauch-Öl

* * *

Gedämpfter Bananen-Vanille-Kuchen auf Kokos-Eis mit weissen Schokoladen-Spänen Schokokuchen mit flambierten Bananen

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





VORSPEISE: VIETNAMESISCHE SOMMERROLLEN MIT TOFU DAZU EIN VIETNAMESISCHES SANDWICH MIT POULET AN EINER FISCH-CHILI-SAUCE

Sommerrollen

Kopfsalat-Blätter

1 Packung Reisblätter

2 Karotten

1/2 Gurke

200g Reismudeln

eine Handvoll Sesam (schwarz)

100g geräucherten Tofu

eine Handvoll Koriander

1 Chilischote

Fischsauce

Sojasauce

Chilisauce

1 Knoblauchzehe

1 EL Ingwer

1 EL Honig

Pfeffer

Marinade: Fischsauce, Chilisauce, Sojasauce, Knoblauchzehe, Honig, Ingwer, Pfeffer und Chilischote miteinander vermengen. Den Tofu in dünne Scheiben schneiden, in die Marinade legen und für mindestens 20 min marinieren.

Gurken und Karotten in dünne Streifen schneiden. Reismudeln für 10 min. kochen und nach dem abgießen mit kaltem Wasser abschrecken. Den Kopfsalat waschen und die Blätter abschneiden. Zum Anrichten alles als mis-en-place bereithalten. Die Reisblätter in lauwarmem Wasser aufweichen und alle Zutaten in der Mitte platzieren und das Ganze zu einer Sommerrolle zusammenrollen.



Baguette

550g Mehl
1 Packung Trockenhefe
350g lauwarmes Wasser
1 Prise Zucker
2 Prisen Salz

Trockenhefe, Zucker und das lauwarme Wasser gut vermengen. Nach ca. 2 Minuten das Mehl beifügen und nur kurz mischen. Danach den Teig sechs Stunden im Kühlschrank abgedeckt ruhen lassen. Nun alle 20 Minuten für ca. 2 Minuten gut durchkneten. Diesen Vorgang fünf Mal wiederholen.

Teig ausrollen und in kleine Förmchen legen. Backblech mit Mehl bestäuben und Teiglinge nochmals abgedeckt für 20 Minuten ruhen lassen. Backofen auf höchste Stufe vorheizen (230° mind.) und mit einem Becher ein Wasserbad vorbereiten. Ca. 20 Minuten backen und mindestens zwei Mal mit einem Wasserspray benetzen.

Füllung

200g Poulet
Sojasauce
Fischsauce
Limetten
1 EL Honig
Chinesische Five Spice Gewürz
Chili-Knoblauch-Sauce
Knoblauchpulver

2 grosse Rettich
5 Karotten
100ml Wasser
100ml Reisweinessig
1 EL Zucker
1 TL Salz
Pfeffer
Chinesisches Five Spice-Gewürz
5 EL Röstzwiebeln
Koriander
1 Chilischote
½ Gurke
1 Pk. Patê (Leber-Paste)
1 Pk. Maggi
Mayonnaise
Siracha-Sauce

Poulet 1 Tag marinieren, danach scharf anbraten und kühlen lassen. Rettich und Karotten in feine Streifen schneiden und Wasser, Essig, Zucker, Salz, Pfeffer, Chili und 5-Five erwärmen und darüber schütten. Nach 2 Tagen servierbereit.



Brot aufschneiden und Patê, Maggi, Mayonnaise, Siracha-Sauce und Poulet auftragen. Danach das in Essig eingelegte Gemüse drauf verteilen und mit den Gurken, Röstzwiebeln und Koriander garnieren.

Dazu eine Sauce aus Fischsauce, asiatischem Schnittlauch, Knoblauch, Sojasauce, Sesam- und Chili-Öl servieren (Mengen der Zutaten nach Geschmack).



HAUPTGANG: POCHIERTER KABELJAU AN TOMATEN-FISCH-SAUCE MIT CHILI-KNOBLAUCH-ÖL

500g Kabeljau-Filets
100ml Wasser
7 grosse Tomaten, geviertelt
2 Zwiebeln
5 Knoblauchzehen
Olivenöl
Fischsauce
Salz
Pfeffer
300g Couscous
2 Limetten
1 Bund Koriander
Chiliflocken

Knoblauch und Zwiebeln in dünne Scheiben schneiden. Olivenöl, Knoblauch- und Zwiebelscheiben in die kalte Pfanne geben und auf mittlerer bis höchster Stufe anbraten, bis alles goldbraun ist und anfängt knusprig zu werden. 2 Minuten vor Ende Chiliflocken beifügen und ein wenig salzen. Wichtig: Nicht allzu braun werden lassen, da die Zwiebeln und der Knoblauch noch im Öl weitergaren.

Ein wenig vom Öl der Mischung in eine Pfanne geben und die geviertelten Tomaten einköcheln lassen, bis diese eine Konfitüre artige Konsistenz angenommen haben. Mit 100 ml Wasser und 5 Spritzer der Fischsauce wieder etwas wässriger machen und gut mit Pfeffer und Salz würzen.

Nun die Kabeljau-Filets würzen und pochieren. Die Tomatensauce für 7 Minuten zudeckt köcheln lassen.

Den Couscous mit gleicher Menge Wasser, einer Prise Salz und ein wenig Limettensaft aufgehen lassen.

Servieren: Die Filets auf den Tellern platzieren und die Tomatensauce darüber geben. Das Ganze mit den knusprigen Zwiebeln und dem knusprigen Knoblauch sowie Öl beträufeln.

Couscous auf den Tisch oder auf den Tellern anrichten. Mit Koriander und Limetten verfeinern.



DESSERT: GEDÄMPFTER BANANEN-VANILLE-KUCHEN AUF KOKOS-GLACÉ MIT WEISSEN SCHOKOLADENSPIÄNEN, SCHOKOKUCHEN MIT FLAMBIERTEN BANANEN

Bananenkuchen

- 3 Bananen
- ½ Kochbanane
- 3 EL Tapiokastärke
- 1 Dose Kokosmilch
- 2 EL Tapiokaperlen
- 1 EL Rum
- 2 Vanilleschoten, Mark davon
- 3 EL Rohzucker
- 1 EL Vanillezucker

Bananen in dicke Scheiben schneiden und mit dem Rum, Vanillemark und dem Vanillezucker mischen. Nach ca. 30 Minuten fangen die Bananen an zu „schwitzen“. Danach die 3 EL Tapiokastärke vorsichtig darunter mischen und das Ganze in eine eingefettete Form füllen. Auf dem Boden der Form ein kleines Stück der Kochbanane legen und bei mittlerer Hitze 20 Minuten dämpfen lassen.

Für die Kokossauce die Tapiokaperlen in Wasser einweichen und nach dem Absieben in Kokosmilch erhitzen. Mit 2 EL Zucker abschmecken und ausgekühlt über den Bananenkuchen träufeln.

Schokokuchen

- 6 Eier
- 1 Prise Salz
- 400g Bitterschokolade
- 300g weiche Butter
- 200g Zucker
- 1 Vanilleschote
- 1 Pk. Vanillezucker
- 1 grosse Prise Zimt
- 3 EL Weissmehl
- 4 EL Kakaopulver

Den Ofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Die Eier trennen und die Eiweisse mit dem Salz zu einem steifen Schnee schlagen. Die Schokolade in Stücke brechen und zusammen mit der Butter über dem Wasserbad schmelzen. Die Eigelbe mit dem Zucker hellcremig aufschlagen. Dann die Vanille und Zimt unterrühren. Die Schokoladen-Butter ebenfalls unterrühren.



Dann vorsichtig den Eischnee von Hand unterheben. Das Mehl mit dem Kakao mischen und auf die Kuchenmasse sieben. Ebenfalls vorsichtig unterheben.

Den Teig in die mit Backpapier ausgelegte Springform geben und glattstreichen. Den Kuchen 15-20 Minuten backen. Der Kuchen sollte innen noch schön saftig sein.

Kokos-Glacé

400ml Kokosmilch

100ml Wasser

150ml Rahm

100g Kokosblütenzucker

2 EL Zucker

50g Kokosflocken

3 Eigelbe

Die Kokosmilch zusammen mit dem Wasser aufkochen und etwas abkühlen lassen. Die Eigelbe mit dem Kokosblütenzucker und 2 EL Zucker cremig rühren. Die Kokosflocken vorher braun rösten und dazugeben. Nun die etwas abgekühlte Kokosmilch gut unter die Eimischung rühren. Alles wieder zurück in den Topf und bei niedriger Temperatur eindicken lassen. Die fast fertige Eismasse etwas abkühlen lassen und zum Schluss den Rahm unterrühren. Nun die Masse im Kühlschrank erkalten lassen und in die Eismaschine geben. Ohne Eismaschine muss man immer wieder von Hand durchrühren, damit sich keine Kristalle bilden.