

REZEPT VON MARTIN

Sendung vom 08.03.2025

Vegetarisches Tatar mit selbstgemachtem Toastbrot

* * *

Lachs mit Knusper-Kruste Zitronenrisotto und saisonales Gemüse

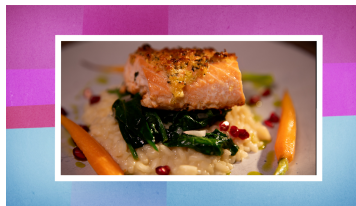
* * *

New York Cheesecake

Vorspeise



Hauptgang



Dessert





VORSPEISE: VEGETARISCHES TATAR MIT SELBSTGEMACHTEM TOASTBROT

Vegetarisches Tatar

2 Auberginen
1 EL Rapsöl
2 EL Sojabohnen
1 TL Kapern
1 Schalotte
1 EL Senf
1 EL Ketchup
1 EL Tomatenmark
1 EL Worcestersauce
wenig Chilisaucе
wenig Zitronensaft
Salz, Pfeffer, Paprika

Die Auberginen halbieren und das Fleisch kreuzweise einschneiden. Mit etwas Rapsöl beträufeln und salzen. Im vorgeheizten Ofen bei 120 °C Umluft ca. 25 Minuten backen. Die Auberginen aus dem Ofen nehmen und das Fleisch aus der Schale auslösen und in kleine Stücke schneiden. Die Sojabohnen und Kapern dazugeben und ebenfalls mitschneiden. Senf, Ketchup, Tomatenmark und Worcestersauce begeben. Wenig Chilisaucе und Zitronensaft begeben und mit Salz, Pfeffer und Paprika nach Belieben würzen.

Toastbrot

500 g Mehl
1.5 TL Salz
1 EL Zucker
0.5 Würfel Hefe
40 g Butter
3.2 dl Wasser

Mehl, Salz und Zucker in einer Schüssel mischen. Hefe zerbröckeln und daruntermischen. Butter in Stücke schneiden, mit dem Wasser begeben und gut mischen. Die Masse zu einem weichen, glatten Teig kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 1 Stunde aufs Doppelte aufgehen lassen.
Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben. In zwei Portionen aufteilen, etwas flach drücken und zu Kugeln formen und schliesslich etwas in die Länge ziehen. Den Teig in die vorbereitete Form legen.
Ein Stück Alufolie (ca. 20 x 35 cm) mit etwas Butter bestreichen und mit der gefetteten Seite nach unten auf die Form legen. Den Teig nochmals etwa eine Stunde aufgehen lassen.
Im Ofen bei 200 °C mit der Folie ca. 40 Minuten backen. Alufolie entfernen, das Brot aus der Form nehmen und auf dem Gitter weitere 20 Minuten backen.



HAUPTGANG: LACHS MIT KNUSPER-KRUSTE, ZITRONENRISOTTO UND SAISONALES GEMÜSE

Lachs mit Knusper-Kruste

1 kg Lachsfilet, ohne Haut
1 Zwiebel
0.5 Bund Peterli
200 g Kräuterbutter, weich
200 g Panko
20 g geriebener Sbrinz
Salz, Pfeffer

Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken und in eine Schüssel geben. Peterli fein schneiden und mit Kräuterbutter, Panko und Käse daruntermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Lachs würzen und die Kräuter-Panko-Mischung auf dem Fisch verteilen, gut andrücken. Im Ofen bei 220 °C ca. 10 Minuten backen.

Zitronenrisotto

300 g Risottoreis
2 Zitronen, Abrieb davon
2 l Wasser
1 Zwiebel, gehackt
1 Knoblauchzehe, gepresst
40 g Reibkäse
20 g Butter
Salz

Den Abrieb der Zitronen mit etwas Salz im Wasser ca. 2 Stunden leicht simmern lassen und bis auf etwa die Hälfte einkochen lassen.

Zwiebel und Knoblauch in etwas Öl andünsten. Den Reis dazugeben und mitdünsten, bis er glasig ist. Mit dem heissen Zitronen-Wasser ablöschen und bei kleiner Hitze 15-20 Minuten köcheln lassen. Gelegentlich umrühren. Mit dem Käse und der Butter montieren.



Saisonales Gemüse

15 Babykarotten

300 g Spinat

1 Zwiebel, fein gehackt

1 Knoblauchzehe, gepresst

1.5 dl Weisswein

Die Babykarotten in Butter glasig dünsten.

Die Zwiebeln und der Knoblauch in etwas Öl andünsten. Den Spinat dazugeben und mitdünsten, bis er zusammenfällt. Mit dem Weisswein ablöschen und etwas weiterköcheln lassen.



DESSERT: NEW YORK CHEESECAKE

225 g Butterkekse, fein zerkrümelt
80 g Butter, flüssig
1 Prise Salz
800 g Frischkäse
200 g Zucker
1 Pack Vanillezucker
50 g Maisstärke
500 g Crème fraîche
6 Eier

Guetlikrümel mit Butter und Salz mischen, auf dem vorbereiteten Formenboden verteilen, mit einem Löffelrücken andrücken.

Frischkäse, Zucker, Vanillezucker und Maisstärke in einer Schüssel mit dem Schwingbesen verrühren. Crème fraîche und Eier daruntermischen.

Guss auf den Guetliboden geben, in der Mitte des vorgeheizten Ofens bei 180 °C 15 Minuten backen. Ofentemperatur auf 90 °C reduzieren, den Kuchen 60-65 Minuten fertig backen. Der Cheesecake sollte in der Mitte noch leicht weich sein. Anschliessend 1-2 Stunden im ausgeschalteten, leicht geöffneten Ofen ruhen lassen, herausnehmen, auskühlen lassen und über Nacht zugedeckt kühlstellen.