

Kochen mit Martina und Moritz vom 12.12.2020

Redaktion: Klaus Brock

Neue Folge: Unser Weihnachtsmenü Festlich, köstlich und schnell zubereitet

Burrata mit geschmortem Chicorée	2
Lauchrisotto mit Garnelen	4
Knusprige Entenbrust mit geröstetem Rosenkohl	6
Rosenkohl mit Walnüssen	8
Sternanisduftende Crème Brûlée	9
Resteverwertung: Walnussküchlein	10

URL: <https://www1.wdr.de/fernsehen/kochen-mit-martina-und-moritz/sendungen/weihnachtsmenue-216.html>

Neue Folge: Unser Weihnachtsmenü Festlich, köstlich und schnell zubereitet

Von Martina Meuth und Bernd Neuner-Duttenhofer

Es ist ja jedes Jahr dasselbe: Zu Weihnachten will man sich und seine Lieben verwöhnen, es soll etwas Gutes auf den Tisch kommen, aber bitte nicht zu viel Arbeit machen und sich gut vorbereiten lassen. Denn wer hat schon

Lust, sich an einem solchen Tag ewig in die Küche zu stellen – die großen gemeinschaftlichen Kochereien, die verschiebt man lieber auf einen anderen Abend. Wir werden uns dieses Jahr daher ein paar leckere Gerichte am Weihnachtstag gönnen, die dennoch schnell zubereitet sind – vielleicht können wir Sie damit inspirieren!



Burrata mit geschmortem Chicorée

Burrata ist die feine Schwester von der Mozzarella. Sie sollte ebenfalls aus Büffelmilch gefertigt sein (darauf achten – oft ist sie aus Kuhmilch und die schmeckt dann wie weißes Gummi), ihre Füllung aus Sahne ist jedoch meist aus Kuhmilchsahne, nur selten aus Büffelsahne – wenn Sie die entdecken: zugreifen! Wir servieren sie auf geschmortem Chicorée. Beim Schmoren kommen die Bitterstoffe vom Chicorée noch deutlicher hervor. Um einen Ausgleich zu schaffen, karamellisieren wir ihn und fügen etwas Schärfe hinzu. Eine bildschöne, köstliche Vorspeise, schnell und ohne viel Mühe.



Zutaten für 4 Personen:

- 4 Chicorée
- 1 kleinen Radicchio
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Butter
- 1 TL Zucker
- 1 kleines Glas Apfelsaft
- Salz
- Pfeffer
- Chilipulver
- 1 TL Szechuanpfeffer
- Muskat
- 2 Burratakugeln (notfalls Büffelmozzarella, siehe Tipp)
- Balsamico und Minze

Zubereitung:

- Die Chicoréekolben und den Radicchio waschen, äußere, beschädigte Blätter entfernen, die Kolben längs halbieren – sehr dicke Exemplare eventuell sogar vierteln. In einer Pfanne in zwei Löffeln Öl scharf anbraten, dabei mit einer Zange drehen, damit sie rundum Bratspuren bekommen. Die Butter zufügen. Etwas Zucker über die Kolben streuen und beim Braten karamellisieren lassen.
- Mit Apfelsaft beträufeln, ganz wenig nur, und ihn sogleich verkochen lassen, soll schmoren, nicht kochen. Zugleich mit Salz, Pfeffer – eventuell etwas Szechuanpfeffer – und Muskat würzen.

Servieren: Chicorée auf Vorspeisentellern verteilen, jeweils eine halbe Burrata-Kugel danebensenzen, mit dem Bratenfond aus der Pfanne und mit etwas frischem Olivenöl beträufeln. Spritzer von Balsamico rundum klecksen und die fein gehackten frischen Kräuter verstreuhen.

Tipp: Wer keine Burrata findet, nimmt Mozzarella: in dicken Scheiben darüber verteilen und kurz im Ofen überbacken, Mozzarella schmeckt nämlich besser warm.

Beilage: knuspriges Baguette oder italienisches Brot (aus Hartweizen)

Getränk: Ein kräftiger weißer oder grauer Burgunder, auch ein weiß gekelterter Spätburgunder würde hier gut passen. Aber auch ein etwas ausgefallener, festlicher Wein, zum Beispiel ein trockener Traminer aus Südtirol oder ein Viognier von der Rhône oder aus der Pfalz.

Lauchrisotto mit Garnelen

Ein cremig-sanfter Risotto ist geradezu Salbe für den Magen – er ist perfekt, wenn er weich ist, die Körnchen noch minimalen Biss haben und er deutlich gewürzt ist. Mit einem Topping von schnell gebratenen Garnelen ist das eine einfache, aber delikate und höchst feine Vorspeise oder Zwischengespeise im Festmenü.



Zutaten für 4 Personen:

- 1 Zwiebel
- 3 EL Butter
- 200 g Risottoreis (z.B. Carnaroli)
- 1 Glas Weißwein
- ca. 1 l Brühe
- 1-2 Lauchstangen (das Weiße, ca. 300 g)
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- Petersilie
- 35 g frisch geriebener Parmesan
- 3-4 EL Butter
- Zitronensaft

Außerdem:

- Ca. 12 Garnelenschwänze (TK)
- 1 TL Speisestärke
- 1 EL Olivenöl zum Marinieren
- Zitronenschale
- Petersilie
- 2-3 EL Olivenöl zum Braten

Zubereitung:

- Die Zwiebel fein würfeln und in zwei Löffeln Butter weich dünsten, ohne zu bräunen. Den Reis zufügen und mitdünsten; bevor er zu rösten beginnt, mit Wein ablöschen. Leise köcheln lassen. Sobald der Wein verdampft ist, eine Kelle voll Brühe angießen, einkochen und Brühe nachgießen, so lange, bis die Reiskörner gar sind, aber noch Biss haben. Dabei immer wieder rühren, am besten mit einem Silikonschaber, mit dem man die Körner vom Rand schaben kann und auch vom Topfboden lösen. Auch immer wieder am Topf rütteln, damit nichts ansetzt.

- **Tipp:** Immer mit heißer Brühe angießen, damit die Reiskörner nicht erschrecken, sonst geben sie nicht ihre Stärke ab und der Risotto wird nicht schön cremig. Es kann Gemüsebrühe sein – aus den dunklen Teilen vom Lauch, Möhre und Sellerie – oder auch Geflügel- oder Fleischbrühe.
- Den Lauch putzen, nur die hellgrünen-gelben Teile und das Weiße verwenden (den Rest vom Lauch kann man für eine Brühe verwenden). In sehr feine Ringe schneiden. In einem zweiten Topf in Butter andünsten, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und zugedeckt auf kleiner Hitze möglichst im eigenen Saft weich dünsten.
- Bis hierhin kann man den Risotto schon vorbereiten. Beides abkühlen und zugedeckt beiseitestellen. Zum Servieren eine weitere Kelle Brühe an den Risotto gießen, alles wieder vorsichtig erhitzen, dabei immer wieder rühren, damit sich alles gut verbindet. So viel Brühe angießen, dass der Reis schön cremig ist. Jetzt auch den Lauch untermischen. Fein gehackte Petersilie, Parmesan und Butter unter den Risotto rühren und nochmals abschmecken: Salz überprüfen und Säure! Eventuell mit einem Zitronensaft erfrischen.
- Für das Topping die gefrorenen Garnelen mit kochendem Wasser überbrühen, so gleich kalt abschrecken und gut abtropfen. So sind sie schnell aufgetaut und man kann sicher sein, dass jegliche Bakterien abgetötet sind. Längs halbieren, wenn nötig dabei entdärmen. Mit Stärke mischen und mit Olivenöl, geriebener Zitronenschale und fein gehackter Petersilie mischen und marinieren.
- Unmittelbar vor dem Servieren im heißen Öl scharf, aber kurz braten, dabei salzen und pfeffern. Kurz durchziehen lassen, bevor sie auf dem Risotto angerichtet werden.

Anrichten: Den cremig-weichen Risotto in vorgewärmte, tiefe Teller füllen, die Garnelen obenauf in die Mitte setzen und rundum grünes Kräuteröl (s. Rezept unten)träufeln.

Getränk: Burgunder aus Burgund – also Chardonnay, ganz nach Geschmack einen vollen Meursault, einen eleganten Pouilly-Fuissé oder einen zupackenden Chablis

Kräuteröl

Zutaten:

- 1 Handvoll Petersilie, Kerbel oder Kresse
- Prise Salz
- 4-5 EL Olivenöl
- Zitronenschale

Zubereitung:

- Petersilie oder Kresse, Kerbel, auch eine Mischung davon mit Olivenöl im Mixer pürieren, eventuell etwas Knoblauch mitmixen, nicht oder nur mit ein paar Körnchen salzen. Zum alsbaldigen Verbrauch braucht man das Öl nicht zu filtern. Zum Aufbewahren unbedingt abseihen, sonst werden die Kräuter muffig. Kleckse davon hübschen jeden Teller auf!

Knusprige Entenbrust mit geröstetem Rosenkohl

Natürlich ist eine ganze Ente ein wunderschöner, klassischer Weihnachtsbraten. Aber heutzutage ist das mit den großen Braten ja so eine Sache – vor allem, wenn keine große Runde am Tisch sitzt, die alles auch verspeist. Deshalb ist es sehr praktisch, dass man die ausgelöste Entenbrust kaufen kann: so hat man das schiere, zarte Fleisch und braucht sich nicht mit Knochen rumzuplagen. Sie macht natürlich auch erheblich weniger Arbeit und ist schneller gar. Übrigens sind die Brüste von weiblichen Tieren kleiner, dafür erheblich zarter als die von männlichen Tieren.



Zutaten für 4 Personen:

- 2-3 ausgelöste Entenbrüste
- 2 EL Olivenöl
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Thymianzweige
- 2 Salbeizweiglein
- 1 Chilischote (nach Gusto mild oder scharf)

Würzmischung:

- 1 TL weiße Pfefferkörner
- 1 TL Pimentbeeren
- 1 TL Koriandersamen
- 1 TL dunkle (oder helle) Senfsaat
- $\frac{1}{2}$ TL Zucker
- $\frac{1}{4}$ TL Salz

Für die Sauce:

- 3 EL Rotwein
- 2 EL Madeira oder Sherry
- 30-40 g Butter
- 1-2 Spritzer Balsam- und Himbeeressig
- Salz

Zubereitung:

- Die Haut mit der Fettschicht ziselieren, wie der Fachmann sagt: Mit einem scharfen Messer – am besten ist der Werkstatt-Cutter – mit eng nebeneinander gesetzten

Schnitten zuerst in eine Richtung einschneiden, dann um 90 Grad drehen und jetzt auch in die andere Richtung die Schnitte setzen – sodass ein hübsches Karomuster entsteht.

- Für eine Würzmischung die Würzkörner in einer trockenen Pfanne rösten, dann im Mörser zermahlen, dabei Zucker und Salz untermischen. Zwei Teelöffel dieser Mischung auf den Entenbrüsten verteilen und rundum gut einreiben. Restliches Gewürz bleibt in einem Schraubglas lange frisch und passt gut zu Geflügel, auch zu Lamm.
- Die Entenbrüste mit der Hautseite in die Pfanne legen, einen Löffel Öl hineingießen. Mehr braucht man nicht, denn auf der langsamen Hitze tritt genügend vom eigenen Fett aus, in dem die Brust dann am Ende schwimmt.
- Auf mildem Feuer sie erst mal ganz langsam, etwa 5 Minuten, knusprig braten. Dann auf die Fleischseite wenden, jetzt den zerdrückten Knoblauch, die Kräuter und die Chilischote (halbierter, ganz oder entkernt, je nach Gusto und Schärfe) danebenlegen. Weiterhin auf kleiner Hitze noch ca. 4 Minuten braten, dabei sanft durchziehen lassen.
- Schließlich im warmen Backofen (80 bis 90 Grad) einige Minuten ruhen lassen, bis die Sauce fertig ist: Dafür den Bratensatz mit Rotwein und Madeira oder Sherry ablösen und etwas einkochen, kalte Butter in Flöckchen einrühren, bis die Sauce cremig ist, mit Essig und Salz nochmals abschmecken.

Servieren: Die Entenbrüste schräg in dünne Scheiben schneiden, auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit der Sauce beklecksen.

Beilage: Rosenkohl und nach Belieben auch noch ein cremiges Kartoffelpüree

Getränk: Natürlich auch ein feiner Wein – zum Beispiel ein voluminöser, gut gereifter Rotwein, etwa ein Lemberger aus Württemberg oder ein prächtiger Spätburgunder (erstklassige Lage oder Großes Gewächs), welcher inzwischen in allen deutschen Weinregionen von immer mehr Winzern erzeugt wird.

Rosenkohl mit Walnüssen

Zutaten für 4 Personen:

- 800 g Rosenkohl
- 2-3 EL Butterschmalz
- Salz
- Pfeffer
- etwas Muskat oder Gewürzmischung (nach Gusto)
- 1 EL Brühe, Wasser oder Apfelsaft
- 80-100 g ausgelöste Walnusskerne
- Petersilie, Estragon oder Liebstöckel

Zubereitung:

- Die Rosenkohlröschen waschen, halbieren – wilde, beschädigte und lose Blätter entfernen. Große Röschen auch vierteln.
- 20 Minuten bevor serviert werden soll, das Schmalz in einer Pfanne erhitzen, Rosenkohl zufügen und darin ein paar Minuten richtig scharf anbraten. Dabei salzen, pfeffern und mit Muskat (nach Gusto) würzen.
- Wenn alle Röschen Bratspuren bekommen haben, einen Schuss Brühe, Wasser oder Apfelsaft angießen, dadurch werden sie besonders saftig.
- Wenn alle Flüssigkeit wieder verdampft ist und die Röschen wieder zu braten beginnen, die grob zerdrückten Walnusskerne zufügen und mitbraten. Alles nochmal miteinander auf milder Hitze sanft im eigenen Saft nachziehen lassen.
- Zum Schluss fein gehackte Kräuter untermischen.

Sternanisduftende Crème Brûlée

Das ist eines der Desserts, bei denen niemand widerstehen kann – es zergeht auf der Zunge, ist sahnig, cremig, einfach wunderbar. Eines der Kult-Desserts, von dem alle glauben, dass es unglaublich aufwändig sei. Dabei ist es einfach kinderleicht gemacht, gut vorzubereiten, steht schon im Kühl schrank parat und wartet auf seinen großen Auftritt.



Zutaten für 4 bis 6 Personen:

- $\frac{1}{2}$ l Sahne
- 1 Sternanis
- abgeriebene Orangenschale
- 1-2 EL Orangenlikör
- 100 g Zucker
- 4-5 Eigelbe (200 g)
- Salzprise
- 4-6 EL gehäufte Zucker für die Karamellkruste

Zubereitung:

- Die Sahne in einer Kasserolle erhitzen, den Sternanis zugeben sowie Orangenschale, den Likör (wenn Kinder mitessen, den Likör weglassen) und den Zucker untermischen. Zugedeckt neben dem Feuer mindestens eine halbe Stunde ziehen lassen, damit der Sternanis sein Aroma abgeben kann.
- Eigelbe mit einer Gabel glatt rühren, langsam die gewürzte Sahne durch ein feines Sieb zufügen, alles sorgsam mischen. In flache Förmchen verteilen (ca. 10 cm Durchmesser). Ersatzweise Soufflee-Förmchen verwenden oder auch Kaffeetassen. Allerdings: je größer der Durchmesser, desto mehr Karamellkruste.
- Im Backofen im Wasserbad garen: Die Förmchen in eine passende feuerfeste Form oder in das tiefe Backblech stellen, heißes Wasser angießen, sodass sie fast bis zum Rand davon umgeben sind. Bei 120-140 Grad Heißluft/Ober- & Unterhitze ca. 40 bis 45 Minuten garen.
- Im Dampfgarer bei 85 Grad 25 Minuten einstellen, dann noch 5 bis 10 Minuten nachziehen lassen.
- Die Förmchen kalt stellen – die Creme wirkt jetzt noch sehr flüssig, wird aber im Kühl schrank fest. Vor dem Servieren jeweils ein bis zwei Löffel Zucker sehr gleichmäßig auf der kalten Oberfläche verteilen und mit dem Gasbrenner abflämmen, bis er zum goldenen Karamell geschmolzen ist.
- **Tipp:** Der Kontrast zwischen kalter Creme und Karamell wird umso schöner, wenn man die Förmchen vor dem Abflämmen für 20 Minuten in den Gefrierer stellt.

Resteverwertung: Walnussküchlein

Von der Crème Brûlée sind Eiweiße übrig – natürlich machen wir auch daraus noch was: Miniküchlein, die man auf einen Happs verspeisen kann und die perfekt zum Dessert passen.

Zutaten für 12 kleine Muffin- oder Pralinenförmchen:

- 125 g Butter
- 4-5 Eiweiße
- 125 g Zucker
- 50 g geriebene Walnüsse
- 40 g Mehl
- 1 EL Zitronenlikör
- abgeriebene Zitronenschale
- Butter für die Förmchen



Zubereitung:

- Die Butter in einem kleinen Topf auf milder Hitze aufkochen, bis sie nach Haselnuss duftet, dann den Topf rechtzeitig beiseitestellen, damit der Topfboden abkühlt.
- Zucker und Eiweiße mit einem Holzlöffel verrühren, nicht schaumig schlagen! So lange rühren, bis der Zucker aufgelöst ist. Die Walnüsse mit Mehl mischen und unter das Eiweiß rühren. Jetzt auch Likör und Zitronenschale einarbeiten.
- Schließlich langsam die Butter zufügen, dabei ständig rühren und langsam gießen, damit sich beides gut verbindet.
- Inzwischen die Förmchen sehr sorgfältig mit Butter auspinseln, die Masse gleichmäßig darin verteilen – die darf die Förmchen nur zu zwei Dritteln füllen.
- Bei 190 Grad Heißluft ca. 10 Minuten backen, bis die Törtchen aufgegangen und goldbraun geworden sind. Unbedingt noch warm aus den Förmchen lösen!

Tipp: Silikonförmchen sind hier besonders praktisch, aus denen sich die Küchlein leicht lösen.

Getränk: Ein Gläschen süßer Wein, mit dem man sich die Sonne ins Herz schlürfen kann – eine Riesling Auslese von der Mosel, der Nahe oder aus dem Rheingau.