

magazin

# Lust auf Genuss

no. 9

VEGETARISCH  
VOM  
FEINSTEN  
Sternküche  
für zu Hause



Tarte Tatin  
von Kürbis  
und Schweden-  
kartoffeln

## EIN FEST FÜR DIE SINNE: EDLE VIELFALT MIT GEMÜSE

- + Ideen für Menüs oder à la Carte: Raffiniertes für liebe Gäste
- + On top: Spitzköche verraten ihre schönsten Sommergerichte
- + Green Cuisine: Unsere Top-Gourmet-Adressen zum Entdecken

[lust-auf-genuss.de](http://lust-auf-genuss.de)

Deutschland: € 4,50 Österreich: € 4,90 – Schweiz: sfr 8,50 – Benelux: € 5,00 – Italien/Spanien: € 5,20

Seit 50  
Jahren  
die  
Nr. 1

# Grill-Highlights für Genießer

Die leckersten Rezepte mit Zutaten aus dem eigenen Garten, Ernte-Tipps  
für Tomaten und neue Inspirationen für kleine Gärten.

**Auf nach Mannheim! Die Highlights der Bundesgartenschau 2023**

**mein schöner Garten**

**AUGUST 2023** **EUROPAS GRÖSSTES GARTENMAGAZIN** 4,50€

**Clever gestaltet:  
Top-Ideen für  
kleine Gärten**

**Erfrischende  
Minze-Vielfalt**

**Gartenpraxis  
im August**

- Bart-Iris jetzt teilen und neu ins Beet setzen
- Eben einfach selbst vermehren
- Pflanzezeit für mehrjähriges Gemüse

**Ernte-Tipps  
für Tomaten**

**31 Grill-Rezepte  
fürs Sommerfest im Garten**

**mein-schoener-garten.de**

**chöner  
Garten**  
GRÖSSTES GARTENMAGAZIN

**Top-Ideen mit  
frischen Zutaten  
aus dem Beet**

**Ab  
13.07.23  
im Handel!**

ALLES FÜR DEINEN GARTEN. UND FÜR DICH.

Hier geht's direkt zum Abo:



[garten-abo.de](http://garten-abo.de)





12

Geeister Gurken-  
Gazpacho mit Sumach



26

Tomaten-Consommé mit  
Grüne-Tomaten-Tatar



35

Silberohrsalat mit  
Shiso und Daikon-Kresse



Unser Titelrezept finden  
Sie auf Seite 46



Besuchen Sie uns auch  
auf [lust-auf-genuss.de](http://lust-auf-genuss.de) –  
einscannen, abtauchen,  
genießen!

## Vegetarische Vielfalt auf Sterne-Niveau

### Magazin

Besonderes für Foodies ..... **6-8**

### Restaurant-Tipp

Das „Lockstein 1“ vereint gesundheitliche Aspekte mit vegetarischer Kreativität ..... **10**

### Starter

Feine Suppen und delikate Häppchen läuten geschmackvoll den Abend ein ..... **12-19**

### Menschen

Ein Meister: Entdecken Sie die kulinarische Brillanz von Christian Lohse ..... **20-21**

### Schnell und easy

Ob roh, gebacken oder gemixt – erleben Sie den vollen Geschmack der Tomate ..... **22-23**

### Vorspeisen

Facettenreiche Leckerbissen: Rettichröllchen auf Brunnenkresseschaum oder Tofu-Carpaccio mit Yuzu-Miso-Dressing ..... **24-31**

■ An diesem Symbol erkennen Sie unsere Titelthemen

### Für Sie probiert

Fünf Produkte für den letzten Feinschliff ..... **32**

### Zwischengerichte

Verwöhnen Sie Ihre Gäste mit Gemüse-Meisterwerken wie Burrata mit Topping aus pikanten Cerealien oder Ravioli mit Kichererbsenfüllung ..... **34-41**

### Fonds und Basen

Veredelung im Handumdrehen ..... **42-43**

### Hauptgerichte

Glamouröse Kreationen für anspruchsvolle Gaumen wie Meeresspaghetti mit Safransauce und Fenchel oder gefüllte Champignons und panierte Artischocken ..... **44-52**

### Getränke

Die zehn besten Weine zu unseren Gerichten im Heft ..... **54-55**



44 Kohlrabi-Soufflé mit Liebstöckel-Öl



48 Lauch mit schwarzem Estragonreis



82 Gefüllte Schokopraline, Engelshaar, Cassis

## Außerdem: Tipps, Themen, Trends zum Thema

### ■ Rezepte von Spitzenköchen

Lieblings-Gerichte von Timo Fritsche, Joachim (Jockl) Kaiser, Douce Steiner und Udo Weiler, Benjamin Chmura, Sonja Baumann und Erik Scheffler sowie von Christoph Rüffer ..... 57-81

### ■ Desserts

Zum Dahinschmelzen: Geeiste Pfirsich-Ravioli mit Himbeer-Ricotta oder Kokos-Schoko-Würfel mit Brombeervariation 82-89

### Der perfekte Teller

Schön anrichten mit Pulvern ..... 92-93

### ■ Lust auf ... die gehobene Küche der

Gemüse-Restaurants? Dann sind Sie hier genau richtig! ..... 94-96

Editorial ..... 3

Bezugsadressen ..... 31

Rezept-Register/Impressum ..... 98

Vorschau ins nächste Heft ..... 99



## EXKLUSIV FÜR SIE!

Hier entführen **beliebte Spitzenköche** in ihre bunte Genusswelt und beweisen, dass Gemüse mehr als nur eine Beilage sein kann

57



Green Cuisine:  
Zehn Adressen  
für erstklassige  
Genusserlebnisse

94





Gelassene Gemütlichkeit trifft auf zeitgenössische Kulinarik: Im Lucky Leek spielt Gemüse die Hauptrolle



### GENIALE VEGGIE-ADRESSE

Das Lucky Leek im Prenzlauer Berg, Berlin, ist eine der Top-Adressen in Deutschland, wenn es um gehobene vegane Küche geht. Köchin Josita Hartanto kreiert dort seit 2011 Gerichte, in denen es um Geschmackserlebnisse geht. Ersatzprodukte sucht man in Hartantos Menüs vergeblich, denn ihre Gabe liegt darin, aus dem, was die Natur schenkt, das bislang Unbekannte herauszuholen. Seit 12 Jahren werden hier neue Maßstäbe gesetzt! Eintauchen in die wunderbare Gemüsewelt lohnt sich. [www.lucky-leek.com](http://www.lucky-leek.com)

# SCHON GEWUSST?

Diese Entdeckungen sorgen bei Foodies für Freude: von genialer Sojasauce, hippen Kochbüchern bis zu cleveren Anrichte-Tools

## Traditionssauce

Ihr Umami-Geschmack macht Sojasauce zu einem unverzichtbaren Player in der Gemüseküche. Je länger eine Sauce fermentiert bzw. gebraut wird, desto intensiver wird sie. Das japanische Familienunternehmen Yamaroku gehört zu den wenigen, das die Sauce noch nach traditioneller Technik in Holzfässern, ohne künstliche Hefe und Fermentationshilfsmittel herstellt. *Sojasauce „Tsuru Bishio“*, 145 ml um 29 Euro, über [www.sunday.de](http://www.sunday.de)

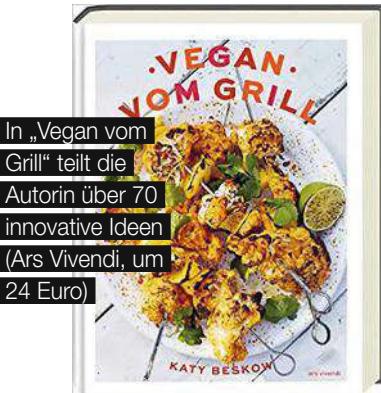
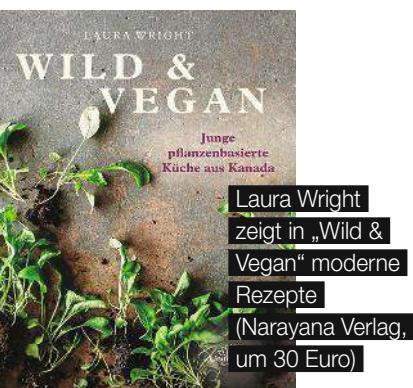


### INDIVIDUELLE SCHÄTZE

IM MÜNCHNER WESTEND HAT SICH LISA MUCK IHRE KREATIVWERKSTATT GESCHAFFEN. IN IHREM LADEN FÜR KERAMIK, KUNST UND HANDWERK, VERTREIBT SIE IHRE HANDGEMACHTE KERAMIK. JEDES GESCHIRRSTÜCK IST EIN UNIKAT. RILLEN VOM DREHEN SOWIE KLEINE FARB- UND FORMUNTERSCHIEDE ZEUGEN VON LEIDENSCHAFT UND DER LEBENDIGKEIT DER OBJEKTE.

Ab 25 Euro pro Stück, [www.kunst-muck.de](http://www.kunst-muck.de)





## Die schönsten Kochbücher des Sommers

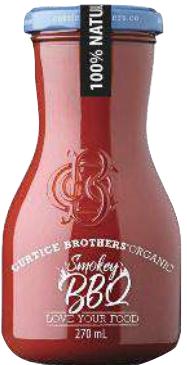
Lassen Sie sich von der Veggie-Küche verzaubern! Mit unseren Kochbuch-Highlights geht das ganz einfach. In „Nistisima“ teilt Georgina Hayden 120 vegane Rezepte aus dem Mittelmeerraum, dem Nahen Osten und Osteuropa. „Wild und Vegan“ verblüfft mit der pflanzlichen Vielfalt von Wald und Wiesen. Und von Katy Beskows bodenständigen Grill-Ideen von herhaft bis süß in „Vegan vom Grill“ können wir nicht genug bekommen. Viel Freude beim Schmöckern und Nachkochen.



## Back to Basic

Die Brüder Edgar und Simeon Curtice brachten 1868 in den USA eines der ersten Ketchups auf den Markt. Es war eine der beliebtesten Saucen damals. Ganz ohne Konzentrate oder

Zusatzstoffe. Diese Story inspirierte Mario C. Bauer (links im Bild) 2014 Ketchup wieder zu seiner Ursprünglichkeit zurückzubringen: mit besten Zutaten und ohne unnötigen Schnickschnack. So entstanden seine Saucen unter der Marke „Curtice Brothers“. Diesen Sommer kommt die „BIO Smokey BBQ Sauce“ neu dazu. Gespickt mit Gewürzen und einer Würzsauce aus Kokosblütennektrar und Meersalz. 270 ml um 5 Euro, [www.curticebrothers.de](http://www.curticebrothers.de)



## WEINKELLER-ENTDECKUNGSREISE

„Kellerfunde“ ist ein neues Projekt vom Wein-Online-Shop Geile Weine und dem Weinpodcaster Diego Weber. Darin machen sie Weine, die sich Winzer normalerweise nur gegenseitig zeigen und es nicht in den Verkauf schaffen, für die Allgemeinheit verfügbar. In den kuratierten Wein-Paketen sind Überraschungen dabei, die man ohne Kellerfunde nie probiert hätte. Lassen Sie sich ein auf außergewöhnliche Rebsorten, spannende Macharten und abgefahrene Geschmäcker.

Paket mit 3 Flaschen ab 59 Euro, über [www.geileweine.de/winzer/kellerfunde/](http://www.geileweine.de/winzer/kellerfunde/)



## Knabberei de luxe

Zum Apéro, um Salate aufzupeppen oder einfach als gemütlicher Snack: die edel gewürzten Mandeln von Mill & Mortar sind kleine Aromaexplosionen und ein gekonntes i-Tüpfelchen zu verschiedensten Anlässen. Die sechs Sorten reichen von herb-würzig wie die Rosmarin-Meersalz-Mandeln bis hin zu süßen gebrannten Mandeln, die auch ein tolles Dessert-Topping sind. Die Mandeln stammen aus Spanien und Italien, die hochwertigen Gewürze von ausgewählten Lieferanten. 100 g um 8 Euro, [www.mill-mortar.com](http://www.mill-mortar.com)



## Hübsche Nocken

Pürees und Cremes sind in Nockenform toll in Szene gesetzt. Drapiert auf einer Basis, wie einem Crumble oder einem Saucenspiegel sind sie ein Kontrast, der für Spannung sorgt. Die goldenen Nockenlöffel haben eine vom Stiel abgesetzte Laffe, damit lassen sich die Ovalen besonders gut formen. *Nockenlöffel Bundle 3-tlg. um 50 Euro, von und über www.cheflife.de*

# AUGEN-SCHMAUS

Mit diesen Profi-Tools verleihen Sie Ihren Gerichten mühelos den letzten Schliff und schaffen Wow-Momente



## Für Käse-Fans

Einige Scheiben Parmesan auf Pasta und Salaten schaffen im Nu einen Eyecatcher auf dem Teller. Damit die Käsescheiben hauchzart werden, am besten einen Käsehobel nutzen. Der Hobel aus der Serie „Norden“ von Fiskars besticht durch ein hochwertiges Schneidemesser aus rostfreiem Stahl und einem Griff aus Birkenholz. Er schneidet selbst harten Käse mühelos. *Hartkäsehobel „Norden“ um 35 Euro, von und über www.fiskars.com*



## Professionell Garnieren

Fruchtkugeln ausstechen, Zitrusschale schaben oder Gemüsestreifen hobeln: die breite Palette an Tools, um kleine Deko-Highlights zu schaffen, haben sich in diesem Profi-Garnier-Set versammelt und sind sofort griffbereit. Die scharfen Klingen schneiden selbst kleinste Details fein in Form und ermöglichen eine Vielzahl von verschiedenen Designs und bieten endlose Möglichkeiten, Gerichte zu gestalten. Ein unverzichtbares Werkzeug für alle, die kulinarische Kunstwerke schaffen möchten, die nicht nur köstlich schmecken, sondern auch visuell ansprechend sind. *7-tlg. Set mit Rollbeutel um 37 Euro, von Giesser über www.kochmesser.com*



Eine Aktion von **MEINE FAMILIE & ICH** und **LEBENSMITTEL PRAXIS**:

# Wir gratulieren!

## Das sind die Supermärkte des Jahres 2023



Rewe, München



Edeka Prechtl



Rewe Ackerhalle



E-Center Angerbogen

### Die Sieger:

KATEGORIE „FILIALEN MIT BIS ZU 2.000 m<sup>2</sup> VERKAUFSFLÄCHE“

**SIEGER: Rewe, 80797 München**

KATEGORIE „SELBSTSTÄNDIGE MIT BIS ZU 2.000 m<sup>2</sup> VERKAUFSFLÄCHE“

**SIEGER: Edeka Prechtl, 83098 Brannenburg**

KATEGORIE „FILIALEN MIT MEHR ALS 2.000 m<sup>2</sup> VERKAUFSFLÄCHE“

**SIEGER: Rewe Ackerhalle, 10115 Berlin**

KATEGORIE „SELBSTSTÄNDIGE MIT MEHR ALS 2.000 m<sup>2</sup> VERKAUFSFLÄCHE“

**SIEGER: E-Center Angerbogen, 47259 Duisburg**

### Die Nominierten:

**Filialisten bis 2.000 m<sup>2</sup>:** • Rewe, 80797 München • Tegut, 36341 Lauterbach • Wasgau, 66663 Merzig-Ballern **Selbstständige bis 2.000 m<sup>2</sup>:** • Edeka Prechtl, 83098 Brannenburg • Frischecenter Komp, 46485 Wesel • Rewe Dreschmann & Ludwig, 40764 Langenfeld **Filialisten mit mehr als 2.000 m<sup>2</sup>:** • Combi Verbrauchermarkt, 26506 Norden • Globus, 06130 Halle (Saale) • Rewe Ackerhalle, 10115 Berlin **Selbstständige mit mehr als 2.000 m<sup>2</sup>:** E-Center Angerbogen, 47259 Duisburg • Edeka Center Schwaig, 90571 Schwaig • Marktkauf Knödgen, 45665 Recklinghausen



Weitere Informationen und Eindrücke der Preisverleihung finden Sie in *meine Familie & ich* 9/23 und auf [www.supermarktdesjahres.de](http://www.supermarktdesjahres.de)

**SUPERMARKT DES JAHRES 2023**  
wird unterstützt von:



Pionierin mit Mission: Wegen gesundheitlicher Probleme begann Christl Kurz vegetarisch zu kochen. Die Nachfrage stieg und sie eröffnete 1980 das Restaurant



Slow Kitchen: Es gibt nur ein Menü, das alle zwei Wochen wechselt



„Die vegetarische Küche ist sehr ästhetisch. Sie ist farbenfroh und leicht“, meint Gabi Kurz. Wie kreativ sie dabei sein kann, zeigt die Spitzenköchin seit Jahrzehnten eindrucksvoll

# LOCKSTEIN 1

AUF DIE INNEREN WERTE KOMMT ES AN: DAS „LOCKSTEIN 1“ VEREINT VEGETARISCHE BIO-GOURMET-KÜCHE MIT GESUNDER ERNÄHRUNG

Vegetarische Restaurants gibt es viele. Doch das Lockstein 1 im bayerischen Berchtesgaden bietet weitaus mehr als nur Speisen ohne Fleisch und Fisch: Es geht um die „innere Qualität“ der Lebensmittel, so Inhaberin Gabi Kurz. Gemeinsam mit ihrer Mutter und Veggie-Pionierin Christl Kurz, die bereits seit 1980 das vegetarische Restaurant führt, legt die erfolgreiche Köchin und Kochbuchautorin vor allem Wert darauf, dass die Speisen „dem Körper die optimalen Nährstoffe bieten“. Das Konzept ist durchdacht: Neben einer rein vegetarischen Küche sind alle Gerichte vollwertig, nach weißen Auszugsmehlen, Zucker oder Fertigprodukten sucht man hier vergeblich. Die Körner für das selbstgebackene Brot werden frisch vor der Verwendung in der Steinmühle gemahlen, Kräuter und Wildblüten direkt im eigenen Garten gepflückt. Gekocht wird nur nach Voranmeldung, damit die Zutaten direkt vom Feld auf den Teller wandern können. Die Inspiration

für das Menü? Ganz einfach das, „was Garten, Wald, Wiese und der Markt hergeben“. Dabei beweist die farbenfrohe und leichte Kräuterküche gekonnt, dass Genuss und Gesundheit kein Widerspruch sind: Nach den Speisen fühlt man sich wunderbar leicht. Herrlich-frisch und kraftvoll zugleich sind zum Beispiel die in Orangensaft karamellisierten Süßkartoffel-Medaillons mit Gemüse, Quinoa und Avocado-Zitronen-Salsa. Auch ursprünglich klassische Fleisch-Gerichte werden neu interpretiert, ohne den Geschmack nachzuhemen zu wollen: So wird Carpaccio aus Rote-Bete geschichtet oder die klassische Leberwurst zur hausgemachten Semmel aus Linsen gefertigt. Dank der vielen Jahre, die Gabi Kurz für die Jumeirah-Gruppe in Dubai arbeitete, fließen auch orientalische Aromen in die Küche mit ein. Ein Geschmackserlebnis, über das sich Körper und Gaumen wahrlich freuen.

[www.biohotel-kurz.de](http://www.biohotel-kurz.de) G



**MARCO MÜLLER**  
STERNEKOKH UND VICTORINOX AMBASSADOR



**VICTORINOX**



## SWISS MODERN WOOD AUS FREUDE AN PERFEKTION

Die Swiss Modern Wood Kollektion von Victorinox kombiniert elegante Griffe aus edel gemasertem, europäischem Nussbaumholz mit extra scharfen, präzisen Klingen aus rostfreiem Stahl. Wie bei Sternekoch Marco Müller hört auch bei uns das Streben nach Perfektion niemals auf. So entstehen ergonomisch geformte Messer aus widerstandsfähigen Materialien, mit denen Ihnen alles auf höchstem Niveau gelingt.

FROM THE MAKERS OF THE ORIGINAL SWISS ARMY KNIFE™  
ESTABLISHED 1884

# EIN HERZLICHES WILLKOMMEN!

Das Amuse-Bouche, der kleine Gruß aus der Küche, stimmt gekonnt auf einen genussvollen Abend ein: Selleriecremesuppe mit schwarzem Trüffel und Co. sorgen hier für einen feinen Auftakt zum Aperitif



## Geeister Gurken-Gazpacho mit Sumach

Für zusätzliche Würze sorgen Dill, Koriander und Knoblauch. **Knusprig geröstete Kichererbsen** on top runden ab. So köstlich und ganz nebenbei ein hübscher Blickfang.

REZEPT AUF SEITE 18



## Crostini mit Rote-Bete-Kaviar und Wasabi

Perfekt als Flying Food vor dem  
Menü: Goldbraun gebackene  
Brioche, eindrucksvoll belegt mit  
Ziegenfrischkäse und würzigen  
Perlen aus der Molekularküche.

REZEPT AUF SEITE 18

**Tomatenbrot mit  
grün-schwarzer Guacamole**

Avocadocreme, Korianderöl und Aktivkohle bilden den Rahmen für das frische Sauerteigbrot mit schonend getrockneten Kirschtomaten. So geht belegte Stulle in der Spitzenküche.

REZEPT AUF SEITE 18



# IN SCHALE GEWORFEN



## Bulgur-Zimtblüten-Granola und Brie-Espuma

Die herzhafte Variante des Klassikers überzeugt mit frittierten **Schalottenringen**, **Pinienkernen** sowie feinen **Macadamias**. Milder Käseschaum aus dem Sahnespender verleiht den finalen Kick.

REZEPT AUF SEITE 19

# EXQUISITER AUFTAKT

## Selleriecremesuppe mit schwarzem Trüffel

Die hauchdünn gehobelte Knolle,  
**französische Kräuter** sowie  
**grobes Meersalz** schenken dem  
Süppchen eine ausgewogene  
Balance und Extravaganz.

REZEPT AUF SEITE 19





## Mini-Auberginen und Granatapfel-Honig

Die orientalischen Häppchen  
vom Grill gelingen genauso  
ausgezeichnet in der Rillenpfanne  
oder im Backofen. Magisch!

REZEPT AUF SEITE 19

# Ein Häppchen vorweg - so edel und

## Molekulare Küche

Für den Rote-Bete-Kaviar im Rezept rechts braucht man Alginat und Calciumlactat. Alginat ist ein Verdickungsmittel, welches aus Braunalgen gewonnen wird. Erhältlich ist es online, auch unter der Bezeichnung „E 401“. Ebenso online kaufen kann man Calciumlactat mit dem Namen „E 327“. Es wird aus Milchsäure hergestellt und ist in der Molekularküche unverzichtbar. Durch eine chemische Reaktion beider Stoffe entstehen dann die gelartigen Kugelchen.



### Geeister Gurken-Gazpacho mit Sumach

Bild auf Seite 12

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 60 Minuten  
Zutaten für 6–8 Portionen

2 Bio-Salatgurken  
100 g Kichererbsen (aus der Dose)  
1/2 TL Senf  
1 EL Tahini (Sesampaste)  
2 EL Sesamöl  
Salz, Pfeffer, Zucker  
1 EL schwarze Sesamsamen  
1/2 Bund Dill, 1/2 Bund Koriander  
1 Knoblauchzehe  
50 ml Zitronensaft  
3–4 EL Olivenöl  
30 g Weißbrot ohne Rinde  
essbare violette Blüten  
1 EL Sumach, Dillblüten oder  
ähnliche Blüten zum Garnieren

- 1 Gurken waschen, würfeln und einfrieren. Inzwischen Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Kichererbsen abgießen und dabei 60 ml Kichererbsenwasser auffangen, beiseitestellen. Die Kichererbsen gut abbrausen und trocken tupfen.
- 2 Senf, Tahini, Sesamöl, etwas Salz, Pfeffer und Zucker mischen. Kichererbsen damit vermengen, auf mit Backpapier belegtem Blech verteilen. Sesamsamen überstreuen. Etwa 15 Minuten rösten, abkühlen lassen.
- 3 Dillspitzen und Korianderblättchen abzupfen. Einige Kräuter zum Garnieren beiseitelegen, die übrigen Kräuter grob hacken. Knoblauch abziehen, grob hacken. Gefrorene Gurkenstücke mit gehackten Kräutern, Knoblauch, aufgefangenem Kichererbsenwasser, 40 ml Wasser, 1 EL Zucker, Zitronensaft, Olivenöl und Brot fein pürieren. Gazpacho salzen und pfeffern.
- 4 Die violetten Blüten an den Innenrand von Gläsern drücken und kurz anfrieren lassen. Gazpacho einfüllen. Mit gerösteten Kichererbsen und Sumach toppen, mit den übrigen Kräutern und Dillblüten garnieren. Gazpacho sofort servieren.



### Crostini mit Rote-Bete-Kaviar und Wasabi

Bild auf Seite 13

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 90 Minuten  
Zutaten für ca. 10 Stück  
DAS BRAUCHT MAN: Pipette mit großer Öffnung (aus der Apotheke); Spritzbeutel mit Lochtülle

1 TL Korianderkörner, 1 Sternanis  
1 TL gem. Gewürznelken, 450 ml Rote-Bete-Saft, Salz, Rauchpfeffer  
2 g Alginat und 3 g Calciumlactat (siehe Info links am Rand)  
500 ml Mineralwasser mit Kohlensäure, 1–2 Stück Butter-Brioche  
60 g Butter, 2 g Wasabipulver  
25 ml Kichererbsenfond (siehe Rezept auf Seite 43), 30 g Xanthan-Gelee (siehe Rezept auf Seite 43)  
1 TL Ahornsirup, 80 g Ziegenfrischkäse, Pfeffer, 1 TL Zitronenabrieb etwas Queller (Meeresspargel)

- 1 Koriander und Sternanis grob mörsern. Mit Nelken in Topf duftend anrösten. Rote-Bete-Saft zugeben, auf die Hälfte einkochen lassen. Saft mit Salz, Rauchpfeffer würzen, durch feines Sieb gießen, abkühlen lassen.
- 2 60 ml Saft mit Alginat pürieren, dann mit übrigem Saft verrühren. Saftmix 20 Minuten ziehen lassen. Calciumlactat im Mineralwasser auflösen. Saftmix mithilfe der Pipette tropfenweise in die Calciumlactat-Lösung geben. Nach etwa 15 Minuten die entstandenen Perlen behutsam mit kaltem Wasser abbrausen. Bis zum Anrichten in einem Schraubglas mit wenig Wasser kühl stellen.
- 3 Brioche in dünne Scheiben schneiden, kleine Kreise ausstechen. In Butter goldbraun anrösten, abkühlen lassen. Wasabi mit Fond, Gelee und Sirup pürieren, salzen, kalt stellen. Dann mit Mixer aufschäumen.
- 4 Frischkäse mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb verrühren. In den Spritzbeutel füllen, spiralförmig auf die Crostini spritzen. Rote-Bete-Kaviar abgießen, mit Wasabi-Schaum und Queller darauf drapieren.



### Tomatenbrot mit grün-schwarzer Guacamole

Bild auf Seite 14

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten plus Warte-/Trockenzeit: 2–3 Stunden  
Zutaten für ca. 10 Portionen  
DAS BRAUCHT MAN:  
2 Spritzbeutel mit kleinen Lochtüllen

250 g Kirschtomaten  
1 Knoblauchzehe, 30 g Meersalz  
1/2 Bund Koriander  
6 EL Olivenöl, 1 Avocado  
25 g Crème fraîche, 2 EL Limettensaft  
Salz, Pfeffer, ca. 1 TL Aktivkohle (Pulver, aus der Apotheke)  
2–3 dünne Scheiben Sauerteigbrot

- 1 Backofen auf 100 Grad Umluft heizen. Tomaten halbieren. Knoblauch abziehen, mit Meersalz mörsern, auf ein Backblech geben. Tomatenhälften nebeneinander darauflegen. Im Ofen 1 Stunde trocknen lassen. Tomaten mit Backpapier bedecken, ein zweites Backblech auflegen, sodass sie leicht angedrückt werden. Tomaten samt Blech weitere 1–2 Stunden trocknen, dabei Ofentür mit Holzlöffelstiel leicht geöffnet lassen. Tomaten vom Blech nehmen, Salz abpinseln, Tomaten etwas abkühlen lassen.
- 2 Korianderblättchen hacken, 1 TL beiseitelegen. Rest mit 4 EL Öl fein pürieren, 30 Minuten ziehen lassen. Avocado halbieren, entkernen, Fruchtfleisch aus Schalen lösen. Mit Crème fraîche, Limettensaft, 1 TL Koriander fein pürieren. Creme durch feines Sieb streichen, salzen und pfeffern. Hälften Creme mit Aktivkohle schwarz einfärben. Cremes jeweils in einen Spritzbeutel füllen.
- 3 Backofengrill vorheizen. Brote in 2 cm breite Streifen schneiden. Mit restl. 2 EL Öl bepinseln, unterm Backofengrill goldbraun rösten. Tomaten darauf verteilen.
- 4 Die Cremes in Linien auf Teller spritzen, mit Pinsel leicht verstreichen. Mit etwas Aktivkohle bestäuben, Korianderöl überträufeln. Brote darauf anrichten, evtl. mit etwas Meersalz bestreuen und servieren.



Passende Weine finden Sie auf S. 54/55

# köstlich zu einem Glas Champagner



## Bulgur-Zimtblüten-Granola und Brie-Espuma

Bild auf Seite 15

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 60 Minuten plus Warte-/Trockenzeit: ca. 2 Stunden

Zutaten für ca. 6 Portionen

DAS BRAUCHT MAN:  
Sahnesyphon mit 1 Kapsel

1 Blatt Gelatine, 75 ml Milch  
100 g Schlagsahne, 100 g Brie, Salz  
ger. Muskatnuss, 300 ml Gemüse-  
brühe, 2 Zimtblüten, 120 g Bulgur  
30 g Haferflocken, 2 EL Pinienkerne  
Frittieröl, 2 Schalotten, 1 EL Mehl  
40 g Macadamia-Nusskerne  
30 g getrocknete Ananas, Dukkah  
(orientalische Gewürzmischung)  
1 Stiel rotes Basilikum zum Garnieren

1 Gelatine einweichen. Milch mit Sahne erwärmen, Brie würfeln, darin unter Rühren auflösen. Mischung mit Salz und Muskat würzen, fein pürieren. Gelatine ausdrücken, darin auflösen. Mischung in Sahnesyphon füllen, Kapsel eindrehen, Flasche kalt stellen.  
2 Brühe, Zimtblüten aufkochen. Bulgur einröhren, 5 Minuten köcheln. Von Hitze nehmen, abgedeckt 20 Minuten quellen lassen. Ofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Bulgur abgießen, abtropfen lassen, auf Blech mit Backpapier verteilen. Zimtblüten entfernen. Bulgur im Ofen ca. 2 Stunden trocknen, dabei regelmäßig wenden. Abkühlen lassen.  
3 Ofentemperatur auf 160 Grad Ober- und Unterhitze heizen. Haferflocken, Pinienkerne darin 15 Minuten rösten. Öl auf 170 Grad erhitzen, Bulgur darin goldbraun frittieren, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Schalotten abziehen, in Ringe schneiden, mit Mehl bestäuben. Im Öl frittieren, abtropfen lassen.

4 Macadamias hacken, mit Ananas und allen vorbereiteten Zutaten mischen. Granola mit Dukkah abschmecken, in Schälchen verteilen. Brie-Espuma aufspritzen, alles mit Dukkah und Basilikum garniert servieren.



## Selleriecremesuppe mit schwarzem Trüffel

Bild auf Seite 16

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

Zutaten für ca. 8 Portionen

DAS BRAUCHT MAN:  
Trüffelhobel

250 g Kartoffeln (mehligkochend)  
500 g Knollensellerie  
20 g Ingwer  
ca. 1 l Gemüsebrühe  
80 g gelbe Linsen  
1 EL Zitronensaft, Salz  
ca. 20 g schwarze Trüffel (siehe dazu  
auch die Info unter dem Rezept)  
1–2 TL Kräuter der Provence  
1–2 TL grobes Meersalz

1 Kartoffeln und Sellerie schälen und in Würfel schneiden. Ingwer schälen und fein hacken. Die Brühe in einen Topf geben und zum Kochen bringen. Kartoffeln, Sellerie, Ingwer und Linsen zugeben, alles etwa 20 Minuten köcheln lassen.

2 Die Suppe fein-cremig pürieren und dabei bei Bedarf noch ein wenig Brühe ergänzen. Mit Zitronensaft sowie Salz abschmecken. Sie Suppe zum Servieren in Schälchen verteilen. Trüffel darüberhobeln, Kräuter und Meersalz darüberstreuen.

**Info:** Trüffel stammen überwiegend aus Frankreich, Italien, Spanien und Australien. In Europa hat die schwarze Perigord-Trüffel von Anfang Dezember bis Ende März Hauptsaison. Etwas früher, von September bis November, kann man die Burgunder-Trüffel, auch schwarze Herbsttrüffel genannt, kaufen. Immer beliebter wird der Trüffel-Import aus Australien. Denn durch die Verschiebung der Jahreszeiten werden dort die kostbaren Pilze dann geerntet, wenn bei uns keine zu finden sind. Daher sind die edlen Knollen mittlerweile nahezu das ganze Jahr über im Handel erhältlich.



## Mini-Auberginen und Granatapfel-Honig

Bild auf Seite 17

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

Zutaten für ca. 12 Portionen

DAS BRAUCHT MAN:  
Grill oder Grillpfanne

12 Baby-Auberginen  
Salz, ½ Granatapfel  
100 ml Granatapfelsaft  
4 EL Honig, 3 EL Zitronensaft  
2–3 EL Pflanzenöl  
40 g Walnusskerne  
4 EL griechischer Joghurt (alternativ  
cremiger Ziegenfrischkäse)  
etwas Daikon-Kresse zum Garnieren

1 Auberginen waschen und trocken tupfen. Längs halbieren und die Schnittflächen einige Male einschneiden. Auberginen salzen und ca. 20 Minuten Wasser ziehen lassen.

2 Inzwischen die Kerne des Granatapfels auslösen (gelingt am besten unter Wasser in einer Schüssel oder im Waschbecken). Granatapfelsaft mit Honig und Zitronensaft in einem Topf erhitzen. Granatapfelerne untermengen, die Mischung beiseitestellen.

3 Den Grill anheizen oder die Grillpfanne erhitzen. Auberginen trocken tupfen und mit Öl bepinseln. Mit den Schnittflächen nach unten auf Grillrost oder in die Pfanne legen. Auberginen goldbraun und gar grillen.

4 Die Walnüsse grob hacken. Zum Servieren den Joghurt auf Teller streichen. Die Auberginen darauf verteilen. Walnüsse und Kresse darüberstreuen. Etwas Granatapfel-Honig darüberträufeln und den Rest in einem Schälchen dazureichen.

**Tipp:** Alternativ können die Auberginen im Backofen auf dem Grillrost zubereitet werden. Dafür die eingeölteten Auberginen mit den Schnittflächen auf den Rost legen und im Ofen bei 220 Grad Ober- und Unterhitze 15–20 Minuten garen.



Innovativ

Im Frühling gastierte Christian Lohse im Restaurant RIKS des Boutiquehotels Erika und begeisterte die Gäste mit seinem vegetarischen Menü



# DAS PRODUKT IM MITTELPUNKT

ALS STERNEKOCHE HAT ER SICH LÄNGST EINEN NAMEN GEMACHT. DENNOCH IST ER IMMER AUF DER SUCHE NACH NEUEN HERAUSFORDERUNGEN: **CHRISTIAN LOHSE** L(I)EBT DIE KULINARISCHE VIELFALT UND ZEIGT, WIE EINFACH MAN VEGETARISCHEN GERICHTEN EINE BESONDERE NOTE VERLEIHT

## Christian Lohse

### Koch und Buchautor

Über viele Jahre hinweg mit zwei Michelin-Sternen ausgezeichnet, zählt Christian Lohse zu den besten und vielseitigsten Köchen Deutschlands. Sein Stil: klassisch französisch. Seit 2013 wirkt er als TV-Koch und Juror an verschiedenen Kochshows mit und ist immer auf der Suche nach neuen Herausforderungen. Mit ein Grund, der Alpenstadt Kitzbühl im April dieses Jahres einen Besuch abzustatten und erstklassige vegetarische Gerichte zu kredenzen. Mehr Informationen unter: [www.derlohse.de](http://www.derlohse.de)

m beschaulichen Bad Oeynhausen in Nordrhein-Westfalen geboren, entschied sich Christian Lohse 1987 nach dem Abitur für eine Kochausbildung im französischen Dijon. Und das, obwohl er kaum Französisch sprach. Er war fasziniert von dem guten Essen, tollem Wein, dem Service und der Ernsthaftigkeit im Umgang mit Menschen und den Produkten. Ausschlaggebende Gründe, warum er nach der Lehre sein Wissen in verschiedenen 3-Sterne-Restaurants in Frankreich vertiefte. 1994 kehrte er nach Bad Oeynhausen zurück und eröffnete dort sein erstes eigenes Restaurant – die „Windmühle“, wechselte 2003 nach Berlin und verhalf dort unter anderem dem Lokal „Fischers Fritz“ zu Ruhm und Sternen. Dabei für Christian Lohse essenziell: die Wertschätzung von Lebensmitteln.

## Lohses grüne Handschrift

Dieses Credo spiegelt sich auch in seinen eigenen Produkten wider. Beispielsweise verwendet der 56-Jährige für sein Saucen-Sortiment ausschließlich Gemüse, das normalerweise nicht im Handel zu finden ist, da es nicht der genormten Form entspricht. Denn bei allem stehen für ihn die Lebensmittel im Mittelpunkt: „Ich werfe vom Gemüse so gut wie nichts weg und verarbeite Schalen, Abschnitte oder Stiele zu Essbarem wie Fonds und Brühen. Die kann man gut portionsweise einfrieren.“ Und dass Gemüse für den Spitzenkoch mehr als nur eine Beilage ist, stellte er mit seinem abwechslungsreichen, vegetarischen Menü in Kitzbühl unter Beweis: „Crostini mit Thymianzwiebeln und Petersilienwurzel“, „Velouté vom Muskatkürbis mit Salbeikrusteln“ oder „Risotto Milanese“ ließen nichts vermissen. Dabei verleiht das ausgewogene Spiel aus Säure und Süße seinen Gerichten eine unglaubliche Tiefe und Komplexität. Die Kreationen sind aufs Wesentliche reduziert und werden auch gerne einmal leicht spielerisch mit essbaren Blüten in Szene gesetzt. Lohses Tipp: „Achten Sie auf ungespritzte und frische Blüten. Essbar sind beispielsweise Veilchen, Korn- und Ringelblumen, Phlox und Rosen.“ Simpel, aber unglaublich gut.

Regina Hemme

### Modern

Das ERIKA Boutiquehotel in Kitzbühel lädt zu jeder Jahreszeit zum Entspannen ein



## Knusper-Brick mit Kirschsaucen

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 70 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

### FÜR DAS KONFIT

100 g Kaki, 200 g Zucker

### FÜR DIE SAUCE

100 g Sauerkirschen (entsteint)

400 g Wildpreiselbeeren (aus dem Glas)

ca. 1 EL Weißweinessig

Salz, Pfeffer, Chiliflocken

evtl. 1 TL Speisestärke zum Binden

### AUSSERDEM

4-8 Blätter Brick- oder Yufkateig

1 Eiweiß (Größe L)

1 TL Fenchelsamen

Meersalz, frisch gem. schwarzer Pfeffer

3-4 EL hochwertiges Olivenöl

2-3 Thymianzweige

150 g Ziegenfrischkäse

1 Knoblauchzehe

1 Friséesalat (nur der gelbe Teil)

einige Stiele Dill, Petersilie und Koriander

etwas Weißweinessig und Kaki-Sud vom Konfit

essbare Blüten zum Garnieren

**1** Für das Konfit Kaki waschen und in Stücke schneiden. Zucker in 100 ml Wasser aufkochen, Kaki hineingeben und alles bei kleiner Hitze mind. 30 Minuten, noch besser 1 Stunde, einköcheln lassen.

**2** Inzwischen für die Sauce Kirschen mit Preiselbeeren, Essig sowie etwas Salz, Pfeffer und Chiliflocken aufkochen. Alles bei kleiner Hitze ca. 20 Minuten einköcheln lassen. Sauce beliebig mit Stärke binden.

**3** Backofen auf 180 Grad (Umluft nicht geeignet) vorheizen. Teig in 8 Stücke (à 10x6 cm) schneiden. Je 4 Teigblätter mit Eiweiß bestreichen, mit Fenchel, Meersalz und Pfeffer bestreuen, dann mit übrigen 4 Teigblättern belegen. Teigdeckel ebenfalls mit Eiweiß bestreichen. Teigblätter zwischen geöltes Backpapier legen, mit einer Auflaufform beschweren und im Ofen in 8-10 Minuten goldbraun backen.

**4** Währenddessen Thymian fein hacken. Ziegenfrischkäse mit ca. 1 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer verfeinern. Knoblauch abziehen, reiben und mit Thymian grob unter den Ziegenkäse mischen.

**5** Friséesalat und Kräuter verlesen, waschen und trocken schleudern. 1 EL Olivenöl mit Salz, Pfeffer, etwas Essig und 1 EL Kaki-Sud mischen. Salat und Kräuter damit marinieren.

**6** Je 1 TL Ziegenkäse auf Teller streichen. Knusper-Brick darauflegen und übrigen Ziegenkäse darauf verteilen. Salat, Kaki-Konfit und Kirschsaucen darauf anrichten. Mit Blüten garnieren und servieren.



# TOMATEN

Im Ofen karamellisiert, erfrischend im Drink oder genial kombiniert als Vorspeise: Entdecken Sie die Vielfalt der sonnengereiften Lieblinge – jetzt schmecken sie am besten!



## AUS DEM OFEN

2-3 Knollen Knoblauch halbieren. 300 g Strauchtomaten in Scheiben schneiden. Alles mit 300 g Kirschtomaten (an den Rispen) und einigen Thymianzweigen auf einem Blech verteilen. 50 ml Olivenöl darüberträufeln, Salz und Pfeffer darüberstreuen. Tomaten im Ofen bei 200 Grad 20-30 Minuten backen.

## IM PASTA-KÖRBCHE

4 Lasagneblätter gar kochen, abschrecken, abtropfen lassen. Mit 2 EL Olivenöl bepinseln, 4 Muffinförmchen damit auskleiden. 1-2 Kugeln Mozzarella in Stücke teilen. 2 Tomaten putzen, vierteln, entkernen, mit 1 EL Zucker vermengen. Mozzarella, dann Tomaten in die Mulden der Lasagneblätter geben. Ringe von 1 kleinen roten Zwiebel, 2 EL Weißbrotwürfel, etwas Thymian, Salz und Pfeffer darüberstreuen. Körbchen im Ofen bei 200 Grad ca. 20 Minuten backen.



## COCKTAIL

Für 1 Glas 150 ml Tomatensaft mit 50 ml Wodka, 1 EL Zitronensaft und 1 Spritzer Worcestersauce verrühren. Alles in ein Glas geben, mit Tabasco, Salz sowie Pfeffer

würzen und mit Eiswürfeln auffüllen. Cocktail nach Belieben mit Chilischote, Oliven und Selleriestange garniert servieren.  
Tipp: Glasrand in Zitronensaft tauchen, dann mit (mildem) Chilipulver, Salz und Pfeffer bestäuben.



## GEFÜLLT

250 g kleine Nudeln (z.B. Fregola) nach Packungsangabe bissfest garen, abgießen, kalt abschrecken. 150 g Mozzarella würfeln. Die Deckel von 4 Ochsenherz-Tomaten abschneiden. Tomaten aushöhlen und das Fruchtfleisch würfeln. Mit Nudeln, Mozzarella, 1 EL Olivenöl, je 1 EL geh. Basilikum und Petersilie mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen, Tomaten damit füllen.



JETZT TESTEN  
UND SPAREN!  
3 AUSGABEN  
FÜR NUR 8,90 €\*



LUST AUF GENUSS: zum Kennenlernen ab der nächsterreichbaren Ausgabe für zunächst 3 Ausgaben. Möchte ich die Zeitschrift weiterlesen, brauche ich nichts unternehmen. Ich erhalte dann Lust auf Genuss zum Preis von z.Zt. 4,50 €\* je Ausgabe. Das Abo kann ich nach den 3 Ausgaben jederzeit mit einer Kündigungsfrist von einem Monat kündigen. Produktversand nur innerhalb Deutschlands. Auslandskonditionen auf Anfrage.

\*Alle Preise in Euro inklusive der gesetzlichen MwSt. und Versand.

So einfach können Sie bestellen:

**burda-foodshop.de**

Oder per Telefon:

01806 - 93 94 00 66

20 Cent/Verbindung aus allen deutschen Netzen.

Einfach einscannen  
und bestellen:



Bitte die Bestell-Nr.  
angeben: LAG1PRM

## CARPACCIO

4 Ochsenherz-Tomaten quer in Scheiben schneiden und auf 4 Tellern verteilen. 4 EL Pesto darüberträufeln. 4 kleine Kugeln Burrata auf die Tomaten setzen, jeweils kreuzförmig einschneiden. 4 EL geröstete Pistazienkerne, einige Basilikumblättchen sowie etwas Salz und Pfeffer darüberstreuen. Alles mit ein wenig Olivenöl beträufeln.

**Verantwortlicher und Kontakt:** Abonnenten Service Center GmbH, Hauptstr. 130, 77652 Offenburg für die BurdaVerlag Publishing GmbH, in gemeinsamer Verantwortlichkeit mit mehreren Verlagen von Hubert Burda Media (siehe [www.burda.com/de/gv](http://www.burda.com/de/gv)). Sie haben ein gesetzliches Widerrufsrecht. Die Belehrung können Sie unter [www.burda-foodshop.de/agb](http://www.burda-foodshop.de/agb) abrufen.

**Datenschutzhinweis:** Kontakt zum Datenschutzauftrag: Abonnenten Service Center GmbH, Postfach 1223, 77602 Offenburg, Tel: 0781-6396100. Namens-, Adress- und Kontaktdaten zum Vertragsschluss erforderlich. Verarbeitung (auch durch Zahlungs- und Versanddienstleister) zur Vertragsfüllung sowie zu eigenen und fremden Werbezwecken (Art. 6 I b) bzw. f) DSGVO) solange für diese Zwecke oder aufgrund Aufbewahrungspflichten erforderlich. Bei Art. 6 I f) DSGVO ist unser berechtigtes Interesse die Durchführung von Direktwerbung. Sollten wir Ihre Daten in einen Staat außerhalb der Europäischen Union übermitteln, stellen wir sicher, dass Ihre Daten gemäß Art. 44ff. DSGVO geschützt sind. Sie haben Rechte auf Auskunft, Berichtigung, Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung, Widerspruch gegen die Verarbeitung, auf Datenübertragbarkeit sowie auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde. Details unter: [www.burda-foodshop.de/datenschutz](http://www.burda-foodshop.de/datenschutz)

# EIN ERLEBNIS FÜR ALLE SINNE

Herausragende Produkte, eine glamouröse Inszenierung, ein spektakuläres Zusammenspiel von Aromen, Texturen und Farben: Hier sitzt jedes Detail.

Wir servieren den ersten Gang und wünschen viel Vergnügen!



## Salat von bunten Beten mit Stachelbeer-Dressing

Geräucherte Frischkäse-Nocken mit Zitrone, Cayenne und Aktivkohle sind das Highlight zum akkurat angeordneten Wurzelgemüse.

REZEPT AUF SEITE 30



### Rettichröllchen auf Brunnenkresseschaum

Gehobelte Ringelbete wird vor dem Füllen in **Holunderessig** und **Traubenkernöl** mariniert. Mit grüner Sauce und bunten Blüten entsteht diese elegante Kreation der Haute Cuisine.

REZEPT AUF SEITE 30

**Tomaten-Consommé**

Der Fond entfaltet sich im Ofen, während das sonnengereifte Gemüse **zwei Stunden mit Zitronenthymian, Knoblauch und Sternanis schmort**. Dazu reichen wir ein karamellisiertes Strudelblatt mit **Grüne-Tomaten-Tatar**.

REZEPT AUF SEITE 30



# PURE ÄSTHETIK



## Ziegenkäseröllchen in der Amaranth-Panade

Bevor der Frischkäse seinen Knuspermantel erhält, wird er mit **Feigensenf** aromatisiert.

**Marinierte Weinbergpfirsiche** geben einen fruchtigen Twist. Eine geniale Liaison!

REZEPT AUF SEITE 31

**Auberginenpraline,  
Rote-Bete-Gelee, Sesamkrokant**

Herbe Mousse, aromatische Wildkräuter und nussige Cracker ergeben ein **harmonisches Geschmacksfeuerwerk**. Das hinterlässt einen bleibenden Eindruck – garantiert!

REZEPT AUF SEITE 31



**SPEKTAKULÄRE  
EYECATCHER**

# Tofu-Carpaccio mit Yuzu-Miso-Dressing

Im Bild rechts

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

2 Schalotten, 1 Knoblauchzehe  
3 EL vegane Butter-Alternative  
300 g Erbsen (TK), Salz  
60 ml Mandeldrink, 1 TL Wasabi-Pulver (im Asienregal), Pfeffer  
1 EL Reissirup, 4 EL Sesamöl  
3 EL Yuzu-Saft (ersatzweise Grapefruit- oder Limettensaft)  
200 g frischer Tofu (schnittfest)  
2 EL helle Miso-Paste (Asienregal)  
½ Nori-Blatt (getrocknete Algen, findet man bei den Sushi-Zutaten)  
100 g kleine Shiitake-Pilze  
50 g Sojabohnenkerne (Edamame)  
2 EL Sojasauce  
½ Kästchen Erbsensprossen  
schwarze Sesamsamen

- 1 Schalotten und Knoblauch abziehen, fein würfeln und in 2 EL veganer Butter glasig dünsten. Erbsen in sprudelndem Salzwasser 5 Minuten kochen. Dann in kaltem Wasser abschrecken und im Sieb abtropfen lassen.
- 2 Erbsen mit Schalottenmischung, Mandel-drink und Wasabi fein pürieren. Durch ein Sieb streichen, mit Salz und Pfeffer würzen.
- 3 Reissirup, 2 EL Sesamöl und den Yuzu-Saft verrühren. Den Tofu in hauchfeine Scheiben schneiden. Kleine Kreise daraus ausstechen und mit etwas Marinade einpinseln. Übrige Marinade mit der Miso-Paste verrühren.
- 4 Nori-Blatt zerbröseln und in 2 EL Sesamöl rösten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- 5 Shiitake putzen, in Streifen schneiden. In übriger veganer Butter (1 EL) anbraten. Edamame kurz mitbraten. Mit Sojasauce ablöschen, mit Salz und Pfeffer würzen.
- 6 Erbsen-Mus auf 4 Teller „splashen“ (mit Löffel). Marinierten Tofu darauf anrichten. Mit der Miso-Creme (evtl. mit kleinem Spritzbeutel) Punkte aufsetzen. Edamame-Mix, Sprossen, Sesam, geröstete Nori-Flocken überstreuen.



Cremiges Erbsen-Wasabi-Mus, gebratene Shiitake-Pilze und Sojabohnen komplettieren dieses vegane Kunstwerk der Extraklasse.



# Herausragende Vorspeisen, elegant

## Frischkäse räuchern

**Extra-Aroma für die Käsenocken (Rezept rechts):**  
**Räucherofen oder -topf vorbereiten bzw. Wok mit Alufolie auskleiden.**  
**2-3 EL Räuchermehl (z.B. aus Buche), ein paar Wacholderbeeren, 1 Zweig Rosmarin auf Topfboden bzw. Folie streuen. Rost einsetzen. Nocken auf dem Backpapier darauflegen und das Gerät schließen (Wok mit gut passendem Deckel).**  
**Auf einer Kochstelle erhitzen, bis sich leichter Rauch entwickelt. Von der Hitze nehmen, Frischkäsenocken ca. 5 Minuten räuchern. Zum Öffnen am besten ins Freie gehen bzw. mindestens ans offene Fenster.**



## Salat von bunten Beten mit Stachelbeer-Dressing

Bild auf Seite 24

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 2 1/2 Stunden  
 Zutaten für 4 Portionen

DAS BRAUCHT MAN: Räuchergerät (oder Wok mit Deckel), Räuchermehl

Je 2 Rote, Gelbe und Weiße Beten  
 Salz, 3 Sternanise, 100 g rote Stachelbeeren, 1 Knoblauchzehe  
 4 EL Weißweinessig, 1 EL Zucker  
 6 Stiele Koriander, Pfeffer  
 3 EL Traubenkernöl  
 2 EL Xanthan-Gelee (siehe Seite 43)  
 200 g Frischkäse, 1 EL Zitronensaft  
 1 TL abgeriebene Zitronenschale (Bio)  
 Räuchersalz, 1/2 TL Cayennepfeffer  
 1 TL Aktivkohlepulver, evtl. Kresse

1 Beten getrennt voneinander in Salzwasser mit je 1 Sternanis in ca. 45 Minuten bissfest kochen. Knollen etwas abgekühlt pellen.

2 Stachelbeeren waschen, putzen. Knoblauch abziehen und mit Beeren, Essig, 100 ml Wasser und Zucker in ca. 10 Minuten weich kochen. Abkühlen lassen. Korianderblättchen abzupfen und in kaltes Wasser legen.

3 Stachelbeermischung fein pürieren und durch ein Sieb streichen. Mit Salz, Pfeffer würzen, das Öl darunterschlagen. Alle Beten (am besten auf der Aufschnittmaschine) in sehr feine Scheiben schneiden bzw. hobeln und diese mit etwas Vinaigrette einpinseln. Die Scheiben einrollen. Übrige Vinaigrette und Xanthan-Gelee verrühren, pfeffern.

4 Frischkäse mit Zitronensaft und -schale, Räuchersalz, Cayennepfeffer würzen und mit 2 kleinen Löffeln Nocken ausstechen. Nocken auf ein Blatt Backpapier legen und räuchern (wie man das macht, siehe links).

5 Frischkäsenocken auf die Teller legen. Kohlepulver darüberstäuben und mit einem Löffel andrücken. Bete-Röllchen dekorativ daneben anrichten. Mit übrigem Dressing beträufeln und mit Kräutern garnieren.



## Rettichröllchen auf Brunnenkresseschaum

Bild auf Seite 25

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 70 Minuten  
 Zutaten für 4 Portionen

DAS BRAUCHT MAN: Spritzbeutel

1-2 große Ringelbeten  
 3 EL Holunderessig, 1/2 TL Zucker  
 1 EL Traubenkernöl, Salz  
 300 g Rettich, 1 Schalotte  
 2-3 TL Butter, 100 ml Gemüsebrühe  
 1 TL Meerrettichraspel, 2 EL Agar-Agar-Mischung (siehe Seite 42)  
 50 g Frischkäse, Pfeffer  
 60 g Brunnenkresse, 1 EL Xanthan-Gelee (siehe dazu Seite 43)  
 40 g Haselnusskerne  
 1 gestrichener EL Lecithin-Granulat  
 essbare Blüten (z.B. Tagetes, Nelken)

1 Ringelbeten schälen, in hauchfeine Scheiben hobeln. Essig, Zucker, Öl, Salz verrühren, Bete damit marinieren. Rettich schälen, Schalotte abziehen. Beides fein würfeln, in Butter glasig dünsten. Brühe angießen, Gemüse in ca. 5 Minuten weich köcheln.

2 Gemüse im Sieb abtropfen lassen (Fond auffangen), mit Meerrettich und Agar-Agar-Mischung verrühren. Fein pürieren. Frischkäse unterheben, salzen, pfeffern. Masse in Spritzbeutel füllen, abkühlen lassen.

3 Die Hälfte der Brunnenkresse 30 Sekunden in Salzwasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken. Blättchen gut ausdrücken, mit aufgefangenem Fond und Xanthan pürieren. Salzen, pfeffern. Nüsse auf Blech im Ofen bei 180 Grad Ober-/Unterhitze ca. 20 Minuten rösten, ab und zu schwenken. Nüsse in einem Tuch aneinanderreiben, bis die Häutchen abgelöst sind. Haselnüsse grob hacken.

4 Lecithin mit 2 EL Wasser 20 Minuten quellen lassen. Bete-Scheibchen zu Rollen formen, Rettichcreme hineinspritzen. Kresse-sauce und Lecithin verrühren, mit Pürierstab schaumig aufmixen. Sauce und Bete-Röllchen anrichten, mit übriger Brunnenkresse, Haselnüssen und Blütenblättern bestreuen.



## Tomaten-Consommé

Bild auf Seite 26

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 4 Stunden

Zutaten für 4 Portionen

1,5 kg sehr reife Tomaten  
 3 Knoblauchzehen, 2 Sternanise  
 1 EL brauner Zucker, 1 TL grobes Meersalz, 1 Bund Zitronenthymian  
 5 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer  
 2 grüne Tomaten, 1 Schalotte  
 1/2 Bund kleinblättriges Basilikum  
 1/2 TL abgerieb. Zitronenschale (Bio)  
 grober Pfeffer, 1 Blatt Strudel- oder Filotheig, 1 Eiweiß, 1 TL Aktivkohle (essbares schwarzes Pulver)  
 2 EL Puderzucker, 60 g Ziegenrolle  
 50 ml Kichererbsenfond (siehe dazu Seite 43), 50 g Schlagsahne

1 Tomaten waschen, rundum einstechen, in Bräter legen. Knoblauch abziehen, hacken. Mit Anis, Zucker, Meersalz, Thymian bestreuen. Öl und 100 ml Wasser überträufeln. Bräter schließen, Tomaten bei 180 Grad Ober-/Unterhitze im Ofen ca. 2 Stunden schmoren. Im geschlossenen Topf abkühlen lassen. Durch ein Sieb streichen, salzen, pfeffern.

2 Grüne Tomaten einritzen, 1/2 Minute in kochendes Wasser legen. Tomaten häuten, vierteln, entkernen, würfeln. Schalotte abziehen, würfeln. Basilikum (bis auf etwas Garnitur) hacken, mit Tomaten-, Schalottenwürfeln, Zitronenschale, Pfeffer mischen. Salzen.

3 Teigblatt ausbreiten. Eiweiß mit Kohlepulver verrühren. Teig bestreichen, einklappen. Noch mal einstreichen, Puderzucker überstäuben. In 4 lange Keile schneiden. Auf Blech mit Backpapier im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad Ober-/Unterhitze in ca. 8 Minuten karamellisieren. Abkühlen lassen.

4 Ziegenkäse, Kichererbsenfond und Sahne verquirlen, salzen, pfeffern und mit dem Pürierstab aufschlagen. Consommé erwärmen, in Teller gießen. Schaum dazugeben. Grünes Tomaten-Tatar mit 2 Esslöffeln zu Nocken formen, auf dem Strudelblatt anrichten. Mit Basilikum garnieren und servieren.



GETRÄNKE-TIPP  
 Passende Weine finden Sie auf S. 54/55

# und kunstvoll präsentiert



## Ziegenkäseröllchen in der Amaranth-Panade

Bild auf Seite 27

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 80 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

DAS BRAUCHT MAN: Kartoffelpresse, Spritzbeutel mit großer Lochtülle

200 g Ziegenfrischkäse  
1 EL Feigen- oder Quittensenf  
Salz, Pfeffer, ca. 10 g Pop-Amaranth  
10 g fein geriebener Parmesan  
5 Blättchen marokkanische Minze  
essbare Blüten (z. B. von Tagetes)  
3 (Weinberg-)Pfirsiche  
100 ml Weißwein, 1½ EL Zucker  
1 Msp. Xanthan-Pulver (siehe Info Seite 88, unter Heidelbeer-Baisers)  
3 EL Apfelessig, 1 EL Traubenkernöl  
30 g Pistazienkerne, 50 g Sommerportulak (oder anderer Salat)

**1** Ziegenkäse ohne Rinde durch die Kartoffelpresse drücken. Feigen- oder Quittensenf unterrühren, salzen, pfeffern. Masse in einen Spritzbeutel mit großer Lochtülle füllen und 16 Streifen (gern unterschiedlich lang) auf ein Stück Backpapier spritzen. Kalt stellen.

**2** Pop-Amaranth in Pfanne ohne Fett anrösten, geriebenen Parmesan untermischen. Etwas Minze und evtl. 1 Blüte fein hacken, untermischen. Röllchen vom Backpapier nehmen, vorsichtig rundum im Amaranth-Parmesan-Mix wälzen. Sofort wieder kühlen.

**3** Pfirsiche einritzen, in kochend heißes Wasser legen, bis sich die Haut aufrollt. Abgießen, Pfirsichschale abziehen. Pfirsichhaut in einem Topf mit Wein und Zucker 5 Minuten köcheln lassen. Durch ein Sieb passieren, Pfirsichsirup mit Xanthan, Essig und Öl verquirlen, salzen und pfeffern. Pfirsiche vom Stein lösen, in Spalten schneiden und für ca. 30 Minuten in die Pfirsichmarinade legen.

**4** Pistazien schälen, hacken. Salat waschen, trocken schütteln. Salat, je 4 Käseröllchen und ein paar Pfirsichspalten auf Tellern anrichten. Marinade darüberöffeln. Mit Pistazien und Rest Minze und Blüten bestreuen.

**4** Die Mini-Auberginen waschen und in feine Scheiben hobeln. Scheiben in 2 EL Olivenöl portionsweise in einer Pfanne beidseitig anbraten, salzen. 6 Mulden einer halbrunden Silikon-Eiswürfelform mit angebratenen Auberginenscheiben auslegen, diese andrücken und für 20 Minuten einfrieren.

**5** Dann das Auberginen-Mus einfüllen und die Formen mit den restlichen gebratenen Mini-Auberginenscheiben „verschließen“. Alles noch mal für 1–2 Stunden einfrieren.

**6** Inzwischen Rote-Bete-Saft mit 100 ml Wasser, Anis, etwas Salz und 1 gestr. TL Agar-Agar aufkochen. Sud 2 Minuten sprudelnd kochen, dann etwas abkühlen lassen.

**7** Die gefrorenen Auberginenpäckchen aus den Mulden lösen und nacheinander in den Rote-Bete-Sud tauchen. Auberginenpralinen auf einem mit Folie belegten Blech in den Kühlschrank legen. (Restlichen Sud anderweitig verwenden, z. B. für Pürees, Suppen, als Einweichflüssigkeit für Knödelbrot – das dann auch etwas eingefärbt wird – und zum Kochen von Quinoa und Couscous u.v.m.)

**8** Schnittlauch in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. Schnittlauch erst mit 1 EL Olivenöl mischen, dann mit dem Mehl vermengen. Das Frittieröl erhitzen und den mehlerten Schnittlauch darin ausbacken. Herausheben, auf Küchenpapier abtropfen lassen.

**9** Die Senfkörner in einem kleinen Topf mit Wasser bedecken, aufkochen. Das Wasser abgießen und den Senf noch zweimal aufkochen und abgießen. Senfkörner und Apfelsaft kochen, bis der Saft etwa auf die Hälfte einreduziert ist. Senf mit dem Essig sowie übrigem Olivenöl (2 EL) mischen und mit Ahornsirup, Salz und Pfeffer abschmecken.

**10** In einem Topf den Zucker mit 3 EL Wasser erhitzen, bis der Zucker karamellisiert ist. Dann den Sesam unterrühren und die Masse sofort auf ein Stück Backpapier umfüllen. Mit einem zweiten Blatt Backpapier bedecken und mit dem Nudelholz flach ausrollen. Krokant abkühlen lassen.

**11** Wildkräuter und Blüten sowie restlichen Koriander mit dem Senf-Dressing marinieren und auf Teller verteilen. Je 1 Auberginenpraline darauflegen und mit dem Schnittlauchstroh belegen. Sesamkrokant in Stücke brechen und an die Praline stellen (nicht benötigten Krokant in einer luftdichten Dose aufbewahren). Mit schwarzem Meersalz bestreuen und sofort servieren.

## Bezugsadressen

Geschirr und Besteck in diesem Heft

## S. 25

Besteck von Cutipol über [www.amara.com](http://www.amara.com)  
Teller von K.H. Würzt über [www.koesters-wohnkultur.de](http://www.koesters-wohnkultur.de)

## S. 46

Teller über [www.3punktfd.de](http://www.3punktfd.de)



Wenige Zutaten perfekt in Szene gesetzt: Die gelben Blüten verleihen dem hübsch drapierten Kräuter-Radieschen-Salat schnell einen raffinierteren Touch

## FÜR DAS GEWISSE ETWAS

Um edlen Speisen den letzten Schliff zu verleihen, bedarf es oft nur ein paar erlesene Zutaten: Mit diesen fünf Produkten gelingt Ihnen das Finish auf köstlichste Art und Weise

### ÜBERRASCHEND

Feines aus der Flasche: Süßlicher Edelkastanienhonig, säuerlicher Wein-essig, fruchtiger Traubenmost und scharfer Ingwer vereinen sich zur aufregenden Geschmackskomposition. **Das gefällt mir:** Ein Allrounder, der mit wenigen Tropfen garantiert für Abwechslung sorgt. Köstlich zu Käse, auf Eis, in Secco oder sogar im Bier. **Infos:** ab 100 ml um 12 Euro, von und über <https://shop.langweinessig.de>



### REGINA HEMME

ist unsere Test-Expertin in Sachen Feinkost



### NATÜRLICH

Wunderbar mild im Geschmack setzen die blauen Kornblumen optisch gekonnt Akzent! Wunderschön auf Salat, Pasta und Gemüse, aber auch hübsch zu Süßem wie Torten, Pancakes und Smoothie Bowls. **Das gefällt mir:** aus kontrolliert ökologischem Anbau.

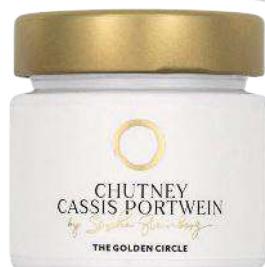
**Infos:** 4 g um 10 Euro, von und über [www.tantefine.de](http://www.tantefine.de)



### BESONDERS

Hier kommt nur Bestes zusammen: Schwarze Johannisbeere trifft auf Zwiebeln, Portwein, Zucker, Rotweinessig, eine Spur Ingwer und kräftigen Cassislikör. **Das gefällt mir:** Passt nicht nur ideal zu Käse, sondern verleiht Fisch, Fleisch und Saucen ein fruchtig, leicht säuerliches Upgrade.

**Infos:** 130 g um 6,50 Euro, von und über [www.thegoldencircle.com](http://www.thegoldencircle.com)



### INTENSIV

Die dünnen Scheibchen des italienischen schwarzen Sommertrüffels überzeugen mit erdigem Charakter und schenken Pasta, Risotto & Co. eine exquisite Note. **Das gefällt mir:** zaubert fix einen Hauch Luxus auf den Teller.

**Infos:** 50 g um 17 Euro, von und über [www.oilvinegar.de](http://www.oilvinegar.de)



### GROSSARTIG

Der vegane Kaviarersatz wird aus brauner Seealge der dänischen Nordsee gewonnen und ist angenehm knackig in der Konsistenz.

**Das gefällt mir:** Einfach die „Gourmet Pearls“ wie echten Kaviar verwenden – toll zu Sushi, auf knusprigem Brot oder als Topping für Suppen. **Infos:** 100 g um 4 Euro, von AKI Cavi-Art Classic über [www.send-a-fish.de](http://www.send-a-fish.de)



# magazin Lust auf Genuss

JETZT ABOONNIEREN &  
DANKESCHÖN WÄHLEN

EXTRA  
Ihrer Wahl



## Käse-Set

So wird der delikate Käse stilecht serviert und genossen: Das elegante Set vereint edle Optik und qualitative Verarbeitung. Es besteht aus einem hochwertigen Servierbrett aus zertifiziertem Bambus und einem vierteiligen Besteck. Das Brett verfügt außerdem über eine Magnet-Halterung (Maße Servierbrett: 30 x 20 x 8 cm).

Zuzahlung: nur 1 €\*

Nr.: AU87

Jetzt bestellen:

► **burda-foodshop.de**

► Per Telefon: 01806 - 93 94 00 66

20 Cent/Verbindung aus allen deutschen Netzen.

► Per Post an: Lust auf Genuss, Abo-Service, Postfach 290, 77649 Offenburg

### ► Ja ich bestelle:

Lust auf Genuss 0 6 2 Objekt-Nr 0 8 7 4 7 Berech. jährl. / 13 Hefte Zt: 58,50€ \*

<input type="checkbox"/> für mich	LAG 1 P R E 0 1	0 0	2 0
<input type="checkbox"/> als Geschenk	LAG 1 P R G 0 1	1 0	2 0

ab der nächsterreichbaren Ausgabe für zunächst 13 Ausgaben. Das Abo kann ich nach Ablauf eines Jahres jederzeit mit einer Kündigungsfrist von einem Monat kündigen. Möchte ich die Zeitschrift weiterlesen, brauche ich nichts unternehmen. Ich erhalte dann Lust auf Genuss für zzt. 4,50 € je Ausgabe (13 Hefte, Berechnung jährlich zzt. 58,50 €). Auslandskonditionen auf Anfrage.

Anschrift: (Bitte in Großbuchstaben ausfüllen).

<input type="checkbox"/> Herr			
<input type="checkbox"/> Frau			
Anrede	Vorname		

Name			
------	--	--	--

Straße Nr.			
------------	--	--	--

PLZ	Wohnort		
-----	---------	--	--

Telefon			
---------	--	--	--

E-Mail			
--------	--	--	--

Wir verwenden Ihre E-Mail Adresse, um Ihnen Angebote zu ähnlichen Produkten oder Dienstleistungen aus unserem Haus anzubieten. Sie können dieser Verwendung jederzeit kostenlos, vorzugsweise über den Abmeldelink in der E-Mail, widersprechen.

K B O 1 1 Heft  
Gratis

Geburtsdatum			
--------------	--	--	--

SEPA-Lastschriftmandat: Ich ermächtige die BurdaVerlag Publishing GmbH, wiederkehrende Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Verlag auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Für Zahlungen per SEPA-Lastschrift aus dem Ausland kontaktieren Sie bitte unseren Kundenservice.

IBAN	Ihre BLZ	Ihre Konto-Nr.
------	----------	----------------

Zahlungsempfänger: BurdaVerlag Publishing GmbH, Hubert-Burda-Platz 1, 77652 Offenburg. Gläubiger-ID: DE59ZZZ0000186893. Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

Je Ausgabe  
4,50 €



### 1 Ausgabe gratis

Lesen Sie 1 Lust auf Genuss kostenlos.

Nr.: KG01

Einfach einscannen  
und bestellen:



### ► Das Abonnement ist ein Geschenk und geht an:

(Bitte in Großbuchstaben ausfüllen).

<input type="checkbox"/> Herr			
<input type="checkbox"/> Frau			
Anrede	Vorname		

Name			
------	--	--	--

Straße Nr.			
------------	--	--	--

PLZ	Wohnort		
-----	---------	--	--

Telefon			
---------	--	--	--

E-Mail			
--------	--	--	--

Als Dankeschön möchte ich

Bitte hier 4-stellige Prämien-Nr. eintragen: (siehe Heftanzeige)  
Evtl. anfallende Zuzahlung entnehmen Sie bitte der Heftanzeige.

Ich bin einverstanden, dass mich Burda Direct Services GmbH, Hubert-Burda-Platz 2, 77652 Offenburg, telefonisch, per E-Mail oder Post für Ihre Kunden auf interessante Medien-, Touristik- und Versandhandelangebote hinweist und hierzu meine Kontaktdaten für Werbezwecke verarbeitet. Teilnahme ab 18 Jahren. Einwilligung jederzeit für die Zukunft widerrufbar. Durch den Widerruf der Einwilligung wird die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung nicht berührt. Weitere Informationen unter [www.buradirect.com/datenschutz](http://www.buradirect.com/datenschutz).

Datenschutzhinweis: Datenschutzhinweis: Kontakt zum Datenschutzauftragenden: Abonnenten Service Center GmbH, Postfach 1223, 77652 Offenburg, Tel: 0781-6396100. Namens-, Adress- und Kontaktdaten zum Vertragsschluss erforderlich. Verarbeitung (auch durch Zahlungs- und Versanddienstleister) zur Vertragsverfügung sowie zu eigenen und fremden Werbezwecken (Art. 6 I b) bzw. f) DSGVO solange für diese Zwecke oder aufgrund Aufbewahrungspflichten erforderlich. Bei Art. 6 I f) DSGVO ist unser berechtigtes Interesse die Durchführung von Direkwerbung. Sollten wir Ihre Daten in einem Staat außerhalb der Europäischen Union übermitteln, stellen wir sicher, dass Ihre Daten gemäß Art. 44f DSGVO geschützt sind. Sie haben Rechte auf Auskunft, Berichtigung, Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung, Widerspruch gegen die Verarbeitung, auf Datenübertragbarkeit sowie auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde. Details unter: [www.burda-foodshop.de/datenschutz](http://www.burda-foodshop.de/datenschutz).

X

Datum, Unterschrift

(Unterschriftenfeld ist Pflichtfeld)

# KREATIVITÄT OHNE GRENZEN

Perfekt geformte Teigtaschen in aromatischer Sauce, cremige Verführungen mit italienischem Käse oder ein erfrischendes Sorbet. Überraschen Sie Ihre Gäste vor dem Hauptgang mit einem weiteren kulinarischen Meisterwerk. Die Mühe lohnt sich – versprochen!



## Steinpilz-Dim-Sum auf Ponzu-Schaum

Die luftig aufgeschlagene Sauce aus Mirin, Limettensaft, Reisessig und Puderzucker begleitet die handgemachten Täschchen exzellent. Geniales Finish: Ingwer-Soja-Gelee

REZEPT AUF SEITE 40

## Silberohrsalat mit Shiso und Daikon-Kresse

Der krause Asia-Pilz wird von Shiso-Blättern sowie einem Dressing aus fermentiertem Knoblauch, Reisessig, Sesamöl und frisch gepresstem Grapefruitsaft umschmeichelt. Welch extravagante Kombination!

REZEPT AUF SEITE 40



**Kohlrabi-Sorbet auf Estragon-Öl**

Die kleine Erfrischung zwischendurch schlägt gekonnt die Brücke zum Hauptgang. Unbedingt ausprobieren!

REZEPT AUF SEITE 40

# CREME TRIFFT CRUNCH

## Burrata mit Topping aus pikanten Cerealien

Süßer Honig sowie kräftige Gewürze verleihen Haselnüssen, Haferflocken, Kürbiskernen und Sesam eine aufregende Note.

REZEPT AUF SEITE 41





**Höhlenkäsefondue,  
pochiertes Ei, Trüffelspane**

Soulfood auf Sterne-Niveau: **Formaggio di Fossa**, eine Spezialität aus der Region Emilia-Romagna, **verschmilzt mit Sahne, Fond und Wein** zu einer herrlich cremigen Sauce.

REZEPT AUF SEITE 41

# EIN FEST FÜR GOURMETS

## Ravioli mit Kichererbsenfüllung

Rote Zwiebelringe, gehackte Walnüsse und Chiliflocken werden kurz in Butter und Nussöl geröstet, ehe sie die Pasta fein umspielen. Frische Minze vollendet das Werk.

REZEPT AUF SEITE 41



# Wunderbare Zwischengerichte, ein

## Dim-Sum zubereiten

**Für den Teig**  
**170 g Mehl mit**  
**1 EL Puderzucker,**  
**1 Prise Salz mischen, mit**  
**100 ml kochend heißem Wasser glatt verkneten**  
**(evtl. noch Mehl zugeben). Teig in Folie wickeln und 30 Minuten quellen lassen.**  
**Teig in 4 Stücke schneiden, diese auf wenig Reismehl hauchdünne ausrollen.**  
**Aus jedem Teigfladen 2 Kreise (Ø ca. 12 cm, evtl. mit Wellenrand) ausstechen.**  
**Teigkreise mit etwas Wasser bepinseln, je 1 Löffel Pilzfüllung daraufsetzen. Teig darüber einklappen. Ränder festdrücken, evtl. in Falten legen. Dim-Sum in eingefülltem Dämpfeinsatz 30 Minuten kühlen, dann wie im Rezept weiterverarbeiten.**



### GETRÄNKE-TIPP

**Passende Weine finden Sie auf S. 54/55**



### Steinpilz-Dim-Sum auf Ponzu-Schaum

Bild auf Seite 34

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 2 Stunden

Zutaten für 4 Portionen

DAS BRAUCHT MAN: Dämpfeinsatz

20 g getrocknete Steinpilze  
60 g Champignons, 1 Schalotte  
1 Knoblauchzehe, 3 TL vegane Butter  
200 g Seidentofu, 1/2 Bund Thymian  
ca. 140 ml Sojasauce, 1 EL Yuzu-Saft  
ca. 170 g Mehl, 2 EL Puderzucker  
Salz, etwas Reismehl zum Ausrollen  
50 ml Limettensaft, 20 ml gesüßter Reisessig, 30 ml Mirin, 30 ml Kichererbsen-Flüssigkeit (aus Dose, Glas)  
1 Msp. Xanthan, 1 g Lecithin (pflanzl. Emulgator), 15 g geriebener Ingwer  
1/2 TL Agar-Agar, 1 EL Agavendicksaft  
6 Stangen Mini-Spargel  
essbare Blütenblätter (z. B. Tagetes)

1 Steinpilze 30 Minuten in 100 ml heißem Wasser einweichen. Champignons putzen, hacken, Schalotte, Knoblauch abziehen, fein würfeln. Alles in 1 EL veganer Butter anbraten. Eingeweichte Pilze samt Fond, Tofu und Thymianblättchen zufügen. 5 Minuten dünsen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. 2 EL Sojasauce, Yuzu-Saft einröhren und pürieren.  
2 Wie man die Dim-Sum macht, siehe links.  
3 Limettensaft, Reisessig, Mirin, 1 EL Puderzucker, 60 ml Sojasauce verrühren. Kichererbsensud, Xanthan und Lecithin einröhren.  
4 Ingwer mit 60 ml Wasser und Agar-Agar 2 Minuten sprudelnd kochen. Heiß durch ein Sieb gießen, auffangen, mit 60 ml Sojasauce, Agavendicksaft verrühren. In flacher Schale in ca. 45 Minuten garen lassen.

5 Dim-Sum im Dämpfeinsatz in einem Topf über kochendem Wasser 10 Minuten garen. Spargel längs halbieren, in übriger veganer Butter anbraten. Ponzu-Sauce mit Pürierstab schaumig mixen. Ponzu-Schaum, Dim Sum, Spargel anrichten, mit Blüten bestreuen. Soja-Aspik fein würfeln und dazureichen.



### Silberohrsalat mit Shiso und Daikon-Kresse

Bild auf Seite 35

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

#### 1 Schalotte

4 Zehen fermentierter Knoblauch  
3 EL geröstetes Sesamöl  
1 TL brauner Zucker, 1 Grapefruit  
3 EL süßer Reisessig, Salz, Pfeffer  
30 g getrocknetes Silberohr (siehe dazu die Info unter dem Rezept)  
8 fermentierte Radieschen (evtl. in Asien- bzw. in Feinkostläden; wie man sie selber fermentiert: siehe links am Rand von Seite 50)  
1 Kästchen violette Daikon-Kresse

1 Schalotte abziehen und sehr fein hacken. Knoblauch aus den Schalen drücken. Beides in einem Topf in 1 EL Sesamöl andünsten und mit dem Zucker karamellisieren. Grapefruit halbieren. Saft aus einer Hälfte auspressen, dazugießen und etwas einkochen lassen. Essig und restliches Sesamöl (2 EL) darunter schlagen. Salzen und pfeffern.

2 Silberohr-Pilze in Wasser 30 Minuten einweichen. Einweichwasser abgießen. Radieschen in feine Scheiben hobeln, einrollen. Shiso waschen, Kresse vom Beet schneiden.

3 Silberohr in kochendem Salzwasser in ca. 3 Minuten weich garen. Silberohr abgießen, in Stücke zupfen, mit dem Dressing mischen.

4 Übrige Grapefruit schälen und in dünne Scheiben schneiden. Shiso-Blätter, Silberohr, Radieschenröllchen und Grapefruit dekorativ auf Tellern anrichten. Mit Daikon-Blättchen bestreuen, das übrige Dressing überträufeln.

**Info:** Diese leicht süß schmeckenden feinen Pilze gibt es in Asienläden. Silberohr-Pilze nennt man auch Baumquallen-Pilze oder Schne- bzw. White Fungus.



### Kohrabi-Sorbet auf Estragon-Öl

Bild auf Seite 36

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 2 Stunden

plus Gefrierzeit: ca. 4 Stunden

Zutaten für 6 Portionen

#### 2 Kohlrabi (ca. 500 g)

1/2 TL Fenchelsamen, 1/2 TL Korianderkörner, 100 ml heller süßer Sherry  
2 EL Akazienhonig, 1 Eiweiß, Salz weißer Pfeffer, 3 EL Olivenöl  
3 EL Apfelessig, 1 EL getr. Estragon  
ca. 90 ml Erdnussöl, 1/2 Bund Estragon  
1/2 TL Wasabi-Pulver (Asienregal)  
6 Papadams (dünne indische Teigfladen aus Linsenmehl, am besten unfrittierte kaufen; im Asienladen)  
ca. 5 Rote-Bete-Chips  
essbare Blüten nach Belieben

1 Kohlrabi putzen, schälen, fein würfeln. Mit Fenchel, Koriander, Sherry, Honig und 300 ml Wasser zugedeckt in einem Topf in ca. 15 Minuten weich garen. In Küchenmaschine umfüllen, Eiweiß zugeben und fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und einfrieren (in einer flachen Schale).

2 Gefrorene Kohlrabiwürfel mit Olivenöl und Essig in der Küchenmaschine zu einem glatten Sorbet pürieren (evtl. etwas Wasser zugeben) und sofort wieder einfrieren.

3 Getrockneten Estragon in 60 ml Erdnussöl erhitzen (nicht kochen), 30 Minuten darin ziehen lassen. Durch ein Sieb passieren, abkühlen lassen. Hälfte der Estragonblätter hacken, im Estragon-Öl pürieren. 20 Minuten ziehen lassen und erneut durchpassieren. Öl mit Salz und Wasabi abschmecken.

4 Aus den Papadams Kreise (Ø ca. 5 cm) ausschneiden, im übrigen Erdnussöl ausbacken (evtl. mit Schaumkelle in Form drücken), abtropfen lassen. Vom Sorbet mithilfe eines Eisportionierers 6 Kugeln ausstechen, auf je 1 Papadam anrichten. Öl überträufeln. Rote-Bete-Chips zerbröseln, überstreuen. Mit Blüten und übrigem Estragon garnieren.

# Augen- wie auch Gaumenschmaus



## Burrata mit Topping aus pikanten Cerealien

Bild auf Seite 37

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten  
Zutaten für 4 Portionen

120 g Haferflocken  
60 g blanchierte Haselnusskerne  
2 EL Kürbiskerne (geschält)  
1 EL Sesamsamen  
1 TL Koriandersamen  
½ TL gemahlener Kreuzkümmel  
1 TL (geräuchertes) Paprikapulver  
½ TL Chiliflocken  
1 EL flüssiger Honig, 1 EL Sojasauce  
1 Eiweiß, 1 Zitrone (Bio)  
4 Kugeln Burrata (ersatzweise stattdessen Mozzarella-Kugeln; Käse mit mikrobiellem Lab verwenden)  
4 EL Olivenöl

- 1 Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.
  - 2 In einer Schüssel Haferflocken, Haselnüsse, Kürbiskerne, Sesam, Koriander, Kreuzkümmel, Paprika, Chiliflocken, Honig, Sojasauce und Eiweiß gut vermischen.
  - 3 Mischung gleichmäßig auf dem Backblech verteilen und im Ofen in ca. 30 Minuten goldbraun backen. Dabei zwischendurch wenden bzw. durchrühren (am besten mit einem Metalllöffel). Abkühlen lassen.
  - 4 Zitrone heiß waschen, trocken tupfen. Mit einem Sparschäler ca. 1 EL Zesten abziehen. Oder mit einem Messer Schalenstreifen abziehen und diese fein schneiden. Dann aus der Zitrone 4 EL Saft auspressen.
  - 5 Die Burrata-Kugeln auf Teller legen und mit Öl und Zitronensaft beträufeln. Mit der pikanten Granola-Mischung bestreuen. Mit den Zitronenzesten garnieren und servieren.
- Tipp:** Die Haferflocken-Mischung lässt sich beliebig variieren. Fein schmeckt sie auch mit Pekannüssen und Mandeln.



## Höhlenkäsefondue, pochiertes Ei, Trüffelspane

Bild auf Seite 38

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten  
Zutaten für 4 Portionen

200 g Fossa-Käse (italienischer Höhlenkäse, siehe auch Info unten)  
100 g Schlagsahne, 100 ml Gemüsebrühe, 60 ml Weißwein  
Salz, frisch geriebene Muskatnuss  
4 EL Weißweinessig, 4 Eier  
1 Handvoll Blattsalat (je nach Saison ca. 30 g Trüffel)

- 1 Den Käse fein reiben und – bis auf 4 TL zum Garnieren – mit Sahne, Brühe und Wein in einem Topf unter Rühren heiß werden und schmelzen lassen. Die flüssige Käsemasse mit Salz und Muskat abschmecken.

- 2 In einem weiten Topf Wasser mit dem Essig darin aufkochen. Jedes Ei einzeln in eine Tasse aufschlagen, das Eigelb soll dabei nicht zerlaufen. Im Wasser mit einem Kochlöffelstielen rühren und so einen „Strudel“ im Topf erzeugen. Jeweils 1 Ei hineingleiten lassen und 5 Minuten pochieren.
- 3 Den Salat abbrausen, trocken schütteln und mundgerecht zerpfücken.

- 4 Etwas Käsesauce auf die Teller geben. Die pochierten Eier herausheben, kurz abtropfen lassen und mit dem Salat darauf anrichten. Mit dem übrigen Käse bestreuen. Trüffel in feinen Spänen darüberhobeln.

- 5 Das restliche Fondue separat dazuservieren. Nach Belieben das Ei zum Servieren anstechen, sodass das Eigelb herausfließt.

**Info:** Fossa bedeutet so viel wie Grube, Höhle. Tatsächlich lagert diese italienische Käsespezialität auch heute noch zum Reifen in Höhlen. Fossa wird mit natürlichem Lab dickgelegt, daher als vegetarischen Ersatz einen anderen halbfesten Schnittkäse mit mikrobiellem Lab verwenden oder vegane Käse-Varianten wählen.



## Ravioli mit Kichererbsenfüllung

Bild auf Seite 39

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten  
Zutaten für 4 Portionen

DAS BRAUCHT MAN:  
Spritzbeutel mit Lochtülle

200 ml Gemüsebrühe  
Pfeffer, Salz  
1 TL gemahlene Kurkuma  
3 EL Olivenöl  
100 g Kichererbsenmehl  
400 g frischer Nudelteig (aus dem Kühlregal oder selbst gemacht)  
1 Eigelb, 1 rote Zwiebel  
3 EL Butter, 75 g gehackte Walnusskerne, 2 EL Walnussöl  
Chiliflocken, Minzeblättchen

- 1 In einem Topf Brühe mit Pfeffer, Salz, Kurkuma und Olivenöl aufkochen. Das Kichererbsenmehl einrühren und ca. 2 Minuten erhitzen bzw. quellen lassen. Die Masse in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen.

- 2 Den Nudelteig nach Belieben noch etwas dünner ausrollen und in ca. 8x8 cm große Quadrate schneiden. Auf jedes Teigstück einen etwa walnussgroßen Tupfen der Kichererbsenfüllung setzen. Die Teigränder mit verquirtem Eigelb bestreichen und die Nudelquadrate zu Dreiecken einklappen. Die Teigränder um die Füllung herum fest andrücken.

- 3 In einem Topf reichlich Salzwasser aufkochen, Ravioli darin (evtl. in 2 Portionen) in ca. 5 Minuten bissfest garen. Mit einer Schaumkelle herausheben, abtropfen lassen.

- 4 Zwiebel abziehen, in feine Ringe schneiden. Zwiebelringe zusammen mit Butter, Walnusskernen, Nussöl, ¼ TL Chiliflocken in einer Pfanne kurz anrösten. Ravioli darin schwenken und anrichten. Mit Minzeblättchen und evtl. Chiliflocken garniert servieren.

**Tipp:** Nach Belieben die Ravioli noch auf einem Spiegel von Minz-Joghurt platzieren.

# BASICS FÜR DIE GOURMET-KÜCHE

Kräftige Fonds sowie Gelees aus Xanthan oder Agar-Agar unterstützen perfekt bei der Zubereitung von luftiger Mousse, cremiger Sauce oder würzigem Schaum. Entdecken Sie hier Basis-Mischungen für die High-End-Rezepte in dieser Ausgabe

## Agar-Agar-Mischung

Vorbereitungs-/Abkühlzeit: ca. 30 Minuten

750 ml Wasser mit **5 g Agar-Agar** (pflanzliches Geliermittel) 2 Minuten sprudelnd kochen. Lauwarm abkühlen lassen, mit dem Mixstab pürieren, durch ein Sieb geben. Abkühlen lassen und zum Andicken verwenden (etwa für Mousse und Gelee; siehe Rezept „Gefüllte Schokopraline“, auf Seite 87 und „Heidelbeer-Baisers“ auf Seite 88).

**Info:** Ein perfekter Ersatz für Gelatine und Speisestärke. Im Kühlschrank aufbewahrt einige Tage haltbar.



## Tomatenfond

Vorbereitungs-/Wartezeit: mind. 1 Stunde/über Nacht

Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. **1 kg sehr reife Tomaten** rundum mehrmals einstechen und mit **1 Bund Bohnenkraut** in einem geschlossenen Bräter mit ca. 100 ml Wasser im vorgeheizten Ofen mind. 1 Stunde garen. Tomaten in einem Tuch über Nacht abtropfen lassen, den Fond auffangen.  
**Info:** Ideale Basis für feine Suppen, Saucen, aber auch für Salat-Dressings und pikante Sorbets.



## Kartoffelfond

Vorbereitungs-/Wartezeit: ca. 2 Stunden

Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. **500 g Kartoffeln** gut waschen und schälen. Kartoffelschalen auf einem Backblech verteilen und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten rösten. Geschälte Kartoffeln und **2 Lorbeerblätter** in einem Topf mit **Salzwasser** bedecken und in ca. 25 Minuten gar kochen. Kartoffeln im Kochwasser abkühlen lassen. Den Kartoffelsud in einen Topf passieren (Kartoffeln anderweitig verwenden) und die gerösteten Schalen dazugeben. Mischung noch mal erhitzen, mit **10 ml Sojasauce** und **½ TL geriebener Muskatnuss** würzen. Den Kartoffelfond durch ein Sieb gießen und kalt stellen. Er hält sich im Kühlschrank knapp 1 Woche, kann aber auch eingefroren werden.

**Info:** Wie angerührte Stärke für deftige Speisen verwenden. Oder als Brühe (z.B. bei „Gefüllte Champignons und panierte Artischocker“, Seite 52).

## Kichererbsenfond

Vorbereitungs-/Wartezeit: ca. 6 Stunden und über Nacht

**200 g getrocknete Kichererbsen** in 1 l Wasser für 5 Stunden einweichen. Dann Kichererbsen im Einweichwasser (plus evtl. mehr) in ca. 1 Stunde weich garen. Über Nacht im Fond abkühlen lassen. Fond durch ein Sieb gießen (Kichererbsen anderweitig verwenden), Fond stark einkochen. In ein Glas abgefüllt und gekühlt aufbewahrt hält er sich einige Tage.

**Info:** Selbst gemachtes Aquafaba kann wie Eischnee aufgeschlagen und als veganer Eischnee-Ersatz verwendet werden. Prima auch zum Andicken von Süßem und Herhaftem (z.B. bei „Crostini mit Rote-Bete-Kaviar und Wasabi“, Seite 18).



## Xanthan-Gelee

Vorbereitungs-/Wartezeit: ca. 40 Minuten

**2 g Xanthan** (pflanzliches Geliermittel) und 120 ml abgekochtes, lauwarm abgekühltes Wasser mit einem Pürierstab aufmontieren, bis sich alles gut vermischt hat. 30 Minuten quellen lassen. Das Gelee im Schraubglas bis zur Verwendung kühlen (hält sich einige Tage).

**Info:** Fertiges Gelee direkt in Flüssigkeiten rühren (z.B. in die Fruchtsauce im Rezept „Heidelbeer-Baisers“ auf Seite 88). Vorteil: Man muss nicht so lange warten, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.



### Kohlrabi-Soufflé mit Liebstöckel-Öl

Das herzhafte Küchlein gelingt im Wasserbad gebacken besonders luftig. Perfekt abgestimmt dazu servieren wir einen cremigen Honig-Zitronen-Joghurt und feurige Süßkartoffel-Chips.

REZEPT AUF SEITE 50



# GRANDIOSER HÖHEPUNKT

Kürbis und Schwedenkartoffeln als Tarte Tatin, rauchig mariniert Lauch oder Fenchel umringt von Safransauce und Meeresspaghetti – kostbares Gemüse zeigt sich hier in beeindruckenden Kreationen von einer neuen Seite. Bon appetit!



### **Sous-vide-gegarte Radieschen und Möhren**

Dazu eine fruchtige Pflaumen-Madeira-Sauce und Couscous, der im blauen Anchan-Tee gegart wird. Eine grandiose Kombination aus Aromen und Farben.

REZEPT AUF SEITE 50

## Tarte Tatin von Kürbis und Schwedenkartoffeln

Die gestürzte Tartelette wird in Knoblauch-Karamell angebraten. Präzise angerichtet mit geträufeltem Selleriepüree, samtigem Kurkuma-Zitronen-Schaum und grünem Gemüse gleicht dieser edle Gang einem Kunstwerk.

REZEPT AUF SEITE 51



# HAUTE CUISINE



## Meeresspaghetti mit Safransauce und Fenchel

Die Algen in Nudelform werden  
in Zitronensaft, Sesamöl,  
Knoblauch, Kokosblüten sirup  
und Koriandergrün mariniert,  
ehe sie die Hauptrolle in dieser  
Inszenierung übernehmen.

REZEPT AUF SEITE 51



**Lauch mit  
schwarzem Estragonreis**

Vor dem Sous-Vide-Garen zieht  
der Porree eine Stunde lang **in einer**  
**rauchigen Rotweinessig-Marinade**.  
Eine brillante Idee, die aus dem einfachen  
Gemüse das Beste rausholt.

REZEPT AUF SEITE 52

# DIE NEUE ESS-KLASSE



## Gefüllte Champignons und panierte Artischocken

Die Minis im Parmesan-Brot-Mantel treffen auf gratinierte Pilze mit Oliven-Polenta-Kern. Zu diesem vorzüglichen Duett gesellt sich eine sahnige Erbsensauce. WOW!

REZEPTE AUF SEITE 52



# Perfekte Kombination von Aroma &

## Fermentierte Radieschen

**Die sind nicht nur knackige Beigabe für Vorspeisen und kleine Gerichte (wie etwa den Silberohrsalat auf Seite 40), sondern können auch die Hauptgerichte hier auf dieser Seite aromatisch ergänzen. Und so geht's: Radieschen waschen und putzen und in ein sauber ausgekochtes Einweckglas schichten. Die Radieschen mit einem Gewicht beschweren und das Glas mit einer dreiprozentigen Salzlake auffüllen. Die Radieschen im geschlossenen Glas etwa 2 Wochen fermentieren lassen. Danach im Kühlschrank aufbewahren.**



**Passende Weine finden Sie auf S. 54/55**



### Kohlrabi-Soufflé mit Liebstöckel-Öl

Bild auf Seite 44

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 2 1/2 Stunden

Zutaten für 6 Portionen

DAS BRAUCHT MAN:

6 hohe Soufflé-Förmchen (Ø ca. 8 cm)

400 g Süßkartoffeln, 2 EL Olivenöl  
 1/2 TL geräuchertes Paprikapulver  
 Salz, 1 Kohlrabi  
 100 g Sahnequark  
 50 g Butter und etwas Butter für die Förmchen, 2 Eier (Größe M)  
 frisch geriebene Muskatnuss  
 100 g Mehl (z.B. Weizenmehl Type 405, 550 oder Dinkelmehl Type 630) und etwas Mehl für die Förmchen  
 30 g geriebener Parmesan (oder vegetarischer Hartkäse „Montello“)  
 1/2 Bund Liebstöckel  
 60 ml Erdnussöl und evtl. noch 1 EL Öl für die Kohlrabiblättchen  
 120 g Sahnejoghurt (z.B. griechischer Joghurt mit 10 Prozent Fett)  
 2 EL Zitronensaft  
 1 TL geriebene Zitronenschale (Bio)  
 1 EL flüssiger Honig, Pfeffer  
 50 g Haselnusskerne  
 1 EL Rote-Bete-Saft

**1** Backofen auf 140 Grad Umluft vorheizen. Die Süßkartoffeln schälen und mit einer Reibe oder auf der Küchenmaschine in feine Scheiben hobeln. Scheiben längs halbieren und auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen. Öl, Paprikapulver und Salz mischen und die Süßkartoffelscheiben damit von beiden Seiten bestreichen. Süßkartoffeln im vorgeheizten Ofen in ca. 60 Minuten zu knusprigen Chips rösten, dabei einmal wenden. Chips abkühlen lassen.

**2** Vom Kohlrabi schöne kleine Blättchen für die Garnitur aufheben. Kohlrabi schälen und fein würfeln. Kohlrabiwürfel in reichlich Salzwasser in 20 Minuten sehr weich

kochen. Das Kochwasser abgießen und die Kohlrabiwürfel auf der ausgeschalteten Herdplatte gut ausdampfen lassen.

**3** Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Eier trennen. Die etwas abgekühlten Kohlrabiwürfel fein pürieren und mit Quark, Butter, Eigelben, Mehl, geriebenem Käse verrühren. Masse mit Salz und Muskat abschmecken. Eiweiß sehr steif schlagen und vorsichtig unterheben.

**4** Die Soufflé-Förmchen mit Butter fetten und mit etwas Mehl bestäuben. Kohlrabimasse in die Förmchen füllen und diese in einen großen Bräter stellen. So viel kochend heißes Wasser in den Bräter gießen, dass die gefüllten Förmchen bis zur Hälfte im Wasser stehen. In den vorgeheizten Ofen schieben und die Soufflés ca. 25 Minuten backen.

**5** Inzwischen Liebstöckel hacken und kurz in kochendem Wasser blanchieren. In einem Sieb kalt abschrecken. Die Liebstöckelblätter sehr gut auspressen und dann zusammen mit dem Erdnussöl fein pürieren. Das Öl 20 Minuten ziehen lassen, dann durch ein feines Sieb passieren.

**6** Joghurt mit Zitronensaft, Zitronenschale und Honig verrühren und in einer Küchenmaschine cremig aufschlagen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**7** Die Haselnüsse grob hacken und in einer kleinen Schüssel mit dem Rote-Bete-Saft vermengen. Haselnusskrümel in einer Pfanne ohne Fett rösten und leicht salzen.

**8** Beiseitegelegte Kohlrabiblätter für die Garnitur in der Pfanne (evtl. in 1 EL heißem Erdnussöl) nach Belieben kurz anrösten.

**9** Zitronenjoghurt auf Tellern anrichten und mit dem Liebstöckel-Öl beträufeln. Soufflés aus dem Ofen holen, aus den Förmchen stürzen und auf dem Joghurt anrichten. Mit den Haselnussbröseln bestreuen und mit den Kohlrabiblättern garnieren. Süßkartoffel-Chips entweder an die Soufflés anstellen oder in Schälchen getrennt dazureichen.

**Tipp:** Kohlrabiblätter sind zu schade zum Wegwerfen. So kann man sie anbraten, wie im Rezept beschrieben. Oder man zerzupft sie, mischt sie mit etwas Öl, Salz und Curry- oder Paprikapulver und röstet sie im Ofen bei 180 Grad Umluft in ca. 8 Minuten zu knusprigen Blätter-Chips. Auch als Pesto (mit Nüssen, Parmesan und Olivenöl gemixt) schmecken sie hervorragend.



### Sous-vide-gegarte Radieschen und Möhren

Bild auf Seite 45

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 100 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

DAS BRAUCHT MAN: Vakuumiergerät, Sous-vide-Garer, Garnierringe

12 bunte Radieschen

3 sehr kleine violette Möhren

3 sehr kleine orangefarbene Möhren

1/2 Bund Zitronenthymian

1 EL Meersalz, 90 ml Olivenöl

2 TL abgeriebene Orangenschale (Bio)

200 g Pflaumen, 50 ml Madeira

30 ml heller Balsamico-Essig

1-2 EL Xanthan-Gelee (siehe Seite 43)

Salz, Pfeffer, 120 g Riesen-Couscous

15 g Anchans-Blüten bzw. Blauer Tee (Asienladen), 2 EL Zitronensaft und 1 EL abgeriebene Zitronenschale (Bio)

2 EL Butter, evtl. Perilla-Blättchen

**1** Radieschen putzen, Möhren dünn schälen. Gemüse getrennt in 3 Vakuumbeutel füllen. Thymian fein hacken, im Meersalz fein zerreiben. 50 ml Öl, Orangenschale dazugeben, als Marinade in die Beutel verteilen. Beutel vakuumieren. Gemüse im Sous-vide-Gerät bei 80 Grad 40 Minuten garen.

**2** Pflaumen waschen, entsteinen, würfeln. Mit Madeira und Balsamico mischen, weich dünsten. Fein pürieren, durchs Sieb geben. Mit Xanthan andicken, salzen, pfeffern.

**3** Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze heizen. Couscous mit 1 EL Öl mischen, auf Blech im Ofen 10 Minuten rösten. Anchans mit 450 ml kochend heißem Wasser übergießen und 5 Minuten ziehen lassen. Tee abseihen. Couscous im Tee bei sehr kleiner Hitze in ca. 30 Minuten garen. Im Sieb abtropfen lassen, mit übrigem Öl, Zitronensaft, Zitronenschale, Salz, Pfeffer mischen.

**4** Gemüse aus den Beuteln nehmen, kleiner schneiden, jeweils in etwas Butter anbraten. Salzen, pfeffern. Couscous (mit Garnierring), Gemüse, Pflaumen-Essig-Sud (als Streifen) auf Tellern anrichten. Mit Perilla garnieren.

# Optik: Hauptgerichte, die begeistern



## Titelrezept

### Tarte Tatin von Kürbis und Schwedenkartoffeln

Bild auf Seite 46 und im Titelbild

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 3 Stunden

Zutaten für 4 Portionen

DAS BRAUCHT MAN:

5 hohe Ringausstecher (Ø 9–10 cm),  
große ofenfeste Pfanne

#### FÜR DEN TEIG

100 g Weizenmehl, Salz  
100 g weiche Butter

100 g Speisequark (z. B. Magerquark)

2 Eigelb (Eier: Größe M)

#### FÜR DEN TARTE-BELAG

350 g Schwedenkartoffeln  
(blaue Kartoffeln, z. B. Sorte

„Blauer Schwede“, Trüffelkartoffeln)

350 g Hokkaido-Kürbis

2 Zweige Rosmarin

1 Knoblauchzehe, 50 g Butter

1 EL brauner Zucker, grobes Meersalz

#### FÜR DAS PÜREE

350 g Knollensellerie, Salz  
1 Sternanis, 40 g Ricotta

30 g geriebener Parmesan (oder

vegetarischer Hartkäse „Montello“)

4 EL Trüffelöl, geriebene Muskatnuss

#### AUSSERDEM

15 g Kurkuma-Wurzel, 3 Schalotten

1 Knoblauchzehe, 2 EL Butter

1 TL Zitronensaft, 1/2 TL Lecithin

(pflanzlicher Emulgator; im Drogerie-  
markt, Reformhaus oder über  
Online-Shops), Salz, Pfeffer

150 g wilder Brokkoli (ersatzweise  
normaler Brokkoli, grüner Spargel)

100 g Dicke Bohnenkerne

(TK-Ware, evtl. bereits enthäutet)  
nach Belieben 1 kleiner Trüffel

**1** Für die Tartere Mehl und 1 Prise Salz mischen. Weiche Butter, Quark und 1 Eigelb mit dem Mehl verkneten. Teig in Folie gewickelt für 30 Minuten kühlen. Den gekühlten Teig quadratisch dünn ausrollen, dann einmal längs und einmal quer falten.

Das so entstandene Teigpaket 10 Minuten kühlen. Den Vorgang des Ausrollens, Faltens und Kühbens noch dreimal wiederholen.

**2** Kartoffeln und Kürbis waschen, schälen und in 1 cm dicke Streifen schneiden. Die Kartoffel- und Kürbissestreifen in gleichmäßige Würfel schneiden. Würfel auf einer glatten Unterlage schachbrettartig aneinanderlegen. Mit Ausstechern kreisförmig ausstanzen, die Ringe aber noch nicht ablösen.

**3** Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Rosmarinädeln abzupfen, fein hacken. Knoblauch abziehen, fein würfeln, in 50 g Butter in einer großen ofenfesten Pfanne andünsten. Zucker daraufstreuen, dann etwas Meersalz und den gehackten Rosmarin. Gemüse-Schachbretter samt dem Ring mithilfe einer Palette vorsichtig in die Pfanne setzen. Gemüse in der Knoblauchbutter anbraten und leicht bräunen.

**4** Pfanne vom Herd nehmen, den Teig ausrollen. 4 Teigkreise ausstechen. Teigkreise auf das Gemüse in den Ringen legen, etwas andrücken. Übriges Eigelb mit 1 EL Wasser verrühren, Teigoberflächen damit einpinseln. Teig mit Gabel mehrmals einstechen. Tartere im vorgeheizten Ofen auf mittlerer Schiene in ca. 12 Minuten goldbraun backen.

**5** Inzwischen fürs Püree Sellerie schälen, würfeln. Selleriewürfel in 350 ml mildem Salzwasser mit dem Anis darin in ca. 10 Minuten weich garen. Sellerie abseihen, Fond auffangen. Anis entfernen. Selleriekochfond auf 200 ml einkochen. Selleriewürfel sehr gut ausdampfen lassen. Ricotta, Parmesan und Trüffelöl zum Sellerie geben, alles fein pürieren. Selleriepüree mit Salz und Muskat abschmecken und zugedeckt warm halten.

**6** Kurkuma schälen und raspeln. Schalotten und Knoblauch abziehen, beides in 1 EL Butter andünsten. Kurkuma zufügen, mitdünsten. Selleriefond angießen, aufkochen. Zitronensaft und Lecithin einrühren und den Kurkumasud mit Salz, Pfeffer abschmecken.

**7** Wilden Brokkoli waschen, in 1 EL Butter anbraten. Salzen, pfeffern. Bohnenkerne in sprudelndem Salzwasser 3 Minuten kochen, in ein Sieb abgießen. Kerne evtl. enthäuteten.

**8** Kurkumasud (mit Pürierstab) schaumig aufschlagen. Tartere Tatin aus den Ringen lösen, mit der Gemüsesseite nach oben auf Teller setzen. Püree, Brokkoli und Bohnenkerne daneben anrichten. Kurkumasud um die Tartere trüpfeln. Püree evtl. mit fein gehobelten Trüffelscheiben bestreuen. Servieren.



### Meeresspaghetti mit Safransauce und Fenchel

Bild auf Seite 47

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 60 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

2 Schalotten, 2 Knoblauchzehen  
5 EL Butter, 1/2 TL Tomatenmark

2 Thymianzweige

1 Döschen gemahlener Safran (0,1 g)

60 ml Weißwein, 250 ml Tomatenfond (siehe Seite 42; ersetztweise  
Gemüsefond), 60 g Schlagsahne

3 EL Kichererbensud (aus Dose, Glas)

25 g Meeresspaghetti (getrocknete

Algen, evtl. online bestellen)

Saft von 1 Zitrone, 3 EL Sesamöl

1 EL Kokosblütsirup (oder Honig)

1/2 Bund Koriander, Salz, Pfeffer

300 g Baby-Fenchel, 50 g Mini-Tomaten, Zucker, evtl. Dillblüten

**1** Schalotten und Knoblauch abziehen, fein würfeln. Schalotten und Hälfte Knoblauch in 1 EL Butter glasig dünsten. Tomatenmark einrühren. Thymianblättchen (bis auf ein paar zum Garnieren), Safran zugeben, mit Wein ablöschen. Tomatenfond angießen, etwas einkochen lassen. Sahne angießen und aufkochen. Kichererbensud einrühren.

**2** Meeresspaghetti mit kochendem Wasser übergießen und 15 Minuten quellen lassen. Zitronensaft mit Öl, Sirup, übrigem Knoblauch und Koriandergrün (bis auf ein paar zum Garnieren) pürieren. Durch ein Sieb streichen, salzen, pfeffern. Algen abgießen und in frischem Wasser kurz aufkochen. Abgießen und mit der Marinade mischen.

**3** Fenchel putzen, längs halbieren, in 2 EL Butter rundum anbraten. Tomaten kurz mitbraten, salzen, pfeffern. Safransauce erwärmen, mit Salz, Zucker würzen, mit übriger Butter (2 EL) schaumig aufmischen. Meeresspaghetti eindrehen (mit Gabel), auf Teller platzieren. Fenchel, Tomaten und Sauce dekorativ daneben anrichten. Mit übrigen Kräutern, evtl. Dillblüten garnieren.

# Kreative Kombis mit Sterne-Appeal

## Schwarzer Reis

**Im Gegensatz zu „normalem“ Reis ist der schwarze nahezu unbekannt. Obwohl er weltweit angebaut wird: in China, Thailand, Indien und sogar in Italien – der feine Venere-Reis etwa stammt aus dem Piemont. Schwarze Reiskörner sind nicht eingefärbt, ihre Farbe entsteht durch eine Pigmentierung der äußeren Kornschicht. Schwarzer Reis wird auch nicht poliert, deshalb zählt er immer als Vollkornreis. Wer umgangssprachlich von schwarzem Reis spricht, meint allerdings meist Wildreis. Der jedoch ist kein „echter“ Reis, sondern die Körner sind Samen eines speziellen Grases.**



### Lauch mit schwarzem Estragonreis

Bild auf Seite 48

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 2 1/2 Stunden

Zutaten für 4 Portionen

DAS BRAUCHT MAN: Vakuumiergerät

2 Lauchstangen, Salz, 130 ml Rotweinessig, 2 Lorbeerblätter  
 3 Zehen fermentierter Knoblauch  
 1 EL Honig, 4 EL Olivenöl  
 Rauchpfeffer, geriebene Muskatnuss  
 2 Schalotten, 100 g schwarzer Reis  
 1 EL Butter, 100 ml Weißwein  
 ca. 500 ml Gemüsebrühe, 1/2 TL getr. Estragon, 30 g Parmesan oder Montello, 80 ml Rotwein, 1 Eigelb  
 1 EL Zucker, Pfeffer, frischer Estragon

**1** Lauch gründlich waschen, putzen, die Stangen in ca. 5 cm lange Stücke schneiden. Lauchstücke in kochendem Salzwasser ca. 4 Minuten blanchieren. In Eiswasser abkühlen, dann gut abtropfen lassen.

**2** Essig (mit Lorbeer darin) auf die Hälften einkochen. Schwarzen Knoblauch schälen und für 20 Minuten einfrieren. Dann in feine Scheiben schneiden. Hälften Knoblauch mit 25 ml Essigreduktion, Honig, Öl verrühren und mit Salz, Rauchpfeffer, Muskat würzen. Lauchstücke längs halbieren, mit der Marinade vakuumieren. 1 Stunde marinieren.

**3** Inzwischen Schalotten abziehen, fein würfeln. Schalotten und Reis in der Butter andünsten. Mit Wein ablöschen, nach und nach Brühe zufügen und den getrockneten Estragon einröhren. Schwarzen Reis bei kleiner Hitze nach Packungsangabe in ca. 60 Minuten bissfest garen. Käse reiben, unterheben. Lauch im Vakuumbeutel im heißen Wasserbad in ca. 20 Minuten garen.

**4** Übrige Essigreduktion mit Rotwein, Eigelb und Zucker über einem heißen Wasserbad cremig schlagen. Salzen, pfeffern. Reis als Nocke auf die Teller setzen. Lauch aus dem Vakuum nehmen, daneben anrichten. Teller mit übrigem schwarzen Knoblauch, Weinschaum, frischem Estragon komplettieren.



### Gefüllte Champignons und panierte Artischocken

Bild auf Seite 49

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 90 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

Salz, 3 EL Zitronensaft  
 6 kleine Artischocken  
 1–2 EL Olivenöl  
 30 g frisches Weißbrot  
 70–80 g Parmesan (oder vegetarischer Hartkäse „Montello“)  
 2 Schalotten, 1 Knoblauchzehe  
 100 ml Weißwein  
 200 ml Kartoffelfond (Rezept dafür siehe auf Seite 43) oder ersatzweise Gemüsebrühe bzw. -fond  
 100 g Erbsen (in der Saison gerne frische, sonst ersatzweise TK-Ware)  
 frisch geriebene Muskatnuss  
 200 ml Milch  
 6 EL Butter, 50 g Polenta-Grieß  
 1 Eigelb, 50 g Frischkäse  
 12 Stein-Champignons  
 ca. 100 g schwarze Olivenpaste  
 Pfeffer, 50 g Schlagsahne  
 3 EL Kichererbsenfond (siehe auf Seite 43; normales Kichererbsen-Abtropfwasser aus Dose oder Glas funktioniert hier aber auch)  
 essbare Blüten zum Garnieren (z. B. Nelkenblättchen)

**1** In einem Topf Wasser mit Salz und Zitronensaft darin zum Kochen bringen. Die Artischocken putzen: Die harten Außenblätter und das „Stroh“ entfernen. Die Stiele kürzer schneiden und schälen (aber nicht von den Artischocken abbrechen).

**2** Geputzte Artischocken sofort ins Salz-Zitronen-Wasser legen und darin 5 Minuten kochen. Heraushaben, kalt abbrausen. Artischocken trocken tupfen, vierteln und mit etwas Öl bestreichen. Weißbrot und 30 g Käse in der Küchenmaschine fein mahlen, Artischockenviertel damit panieren.

**3** Für die Erbsen-Rahm-Velouté Schalotten und Knoblauch abziehen, fein würfeln.

**4** Beides in etwas Olivenöl glasig dünsten und mit dem Wein ablöschen. Kochen, bis der Wein auf die Hälfte einreduziert ist. Kartoffel- oder Gemüsefond dazugießen und aufkochen. Nun die Erbsen dazugeben und im Fond 2 Minuten garen.

**5** Für die Garnitur 2–3 EL blanchierte Erbsen abnehmen und beiseitestellen. Dann die Erbsen im Fond fein pürieren und durch ein Sieb in einen Topf streichen. Erbsensuppe mit Salz und Muskat abschmecken.

**6** Milch und 2 EL Butter aufkochen. Grieß einstreuen und unter Rühren 5 Minuten darin quellen lassen. Übrigen Parmesan fein reiben, zusammen mit dem Eigelb und dem Frischkäse unter die Grießmasse rühren. Polenta mit Salz und Muskat abschmecken.

**7** Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Pilze putzen (also die Kappe mit einem Küchentuch trocken abreiben und die Stiele entfernen). Pilze auf beiden Seiten in 1 EL Butter anbraten. In jeden Champignon vorsichtig erst etwas Olivenpaste, dann etwas Polenta einfüllen. Die gefüllten Pilze im vorgeheizten Ofen etwa 15 Minuten backen, bis die Polentemasse goldbraun ist.

**8** Inzwischen die panierten Artischockenviertel in 1 EL Butter rundum anbraten. Die Velouté noch mal erhitzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sahne sowie Kichererbsenfond (oder -wasser) und 2 EL Butter hinzufügen und die Suppe mit dem Pürierstab schaumig aufmontieren.

**9** Die samtige Suppe (das französische Wort „Velouté“ heißt auf Deutsch soviel wie „samlig“) auf Teller oder Schalen bzw. Platten verteilen. Die gefüllten Pilze und die panierten Artischocken darauf anrichten. Die blanchierten Erbsen dekorativ darauflegen, die Teller mit Blütenblättern garnieren und sofort servieren.

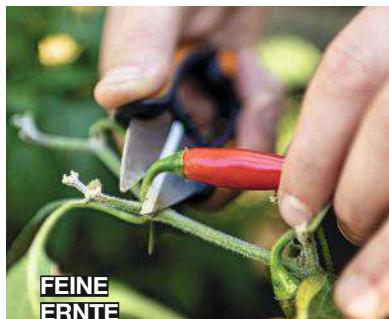
**Tipp:** Die Olivenpaste-Polenta-Mischung passt auch hervorragend zu Portobello-Pilzen, den etwas größeren Champignon-Vertretern. Als Füllung für frische Morcheln ist sie ebenfalls bestens geeignet. Diese speziellen Pilze haben allerdings jetzt im Sommer keine Saison mehr. Heimische Speisemorcheln findet man etwa ab dem zeitigen Frühjahr bis in den Mai hinein.



Erst testen,  
dann entscheiden  
Happiness-Garantie\*

Gekaufte Produkte bis zu 30 Tage testen!  
Nicht zufrieden? Geld-zurück-Garantie

# PURER GENUSS



## FEINE ERNTE

Einen sehr präzisen Schnitt ermöglicht die Fiskars Kräuterschere. Die Universalsschere mit robusten Stahlklingen durchtrennt selbst festste Zweige



Die Holzkohle glüht, geröstete Kräuter duften, Gemüse wird langsam knusprig, alles begleitet vom Abendgesang der Vögel – wie herrlich ist doch ein Grillabend mit den Liebsten. Vielleicht können Sie Zucchini, Chili, Basilikum und vieles mehr sogar aus eigenem Anbau ernten? Dann empfehlen sich dafür Qualitätsprodukte von Fiskars. Die Kräuterschere lässt sich beispielsweise ganz fein mit Zeigefinger und Daumen bedienen, für saubere Schnitte, bei denen die Pflanze nicht verletzt wird. Ihr eigenes Handgelenk schonen Sie wiederum mit der leistungsstarken, ergonomisch geformten Universalsschere, die selbst dicke Stängel mühelos durchtrennt.

**Am Grill selbst ist ebenfalls Qualität gefragt.** Die Fiskars Norden Grillutensilien sind aus einer langen Tradition der Handwerkskunst entstanden. Massive Eichenholzbretter bilden die Basis. Unverzichtbar ist der Grillkorb mit Dampfeinsatz für die schonende Zubereitung von Gemüse. Gewendet wird mit der Grill Chef Edelstahlzange. Sie hat ein verdrehsicheres Gelenk, das besten Halt und eine präzise Handhabung gewährleistet. Der Griff besteht aus wärmebehandeltem Birkenholz aus verantwortungsvoll bewirtschafteten Wäldern. Klingt gut? Dann nutzen Sie doch die 30-Tage-Testphase für Produkte von Fiskars. Wir wünschen Ihnen viel Freude und besten Genuss!

## BE HAPPY

30 TAGE TESTEN,  
DANN ENTSCHEIDEN,  
OB ES PASST:

### Fiskars Produkte kaufen

Sicher hält auch Ihr Gartencenter eine große Auswahl für Sie bereit.

### Auspicken und 30 Tage ausprobieren

Ärmel hochkrepeln und mit Ihren Fiskars Produkten ab in den Garten.

### Nicht zufrieden? Geld zurück

Wir können großzügig sein, denn die meisten lieben unsere Produkte.

\*Unabhängig von anderen Fiskars Aktionen. Laufzeit, genaue Teilnahmebedingungen und Datenschutzhinweise erhalten Sie unter [fiskars.de/happiness](http://fiskars.de/happiness)

HAPPINESS IN YOUR HANDS  
**FISKARS**®

# DIE 10 BESTEN WEINE ZUR VEGETARISCHEN STERNEKÜCHE



“ Die vegetarische  
Küche liebt elegante  
und leichte Weine

Sommelière  
Christina Hilker

WELCH RAFFINIERTE, BUNTE VIELFALT SICH ALLEINE AUS GEMÜSE ZAUBERN  
LÄSST, WISSEN SIE SPÄTESTENS SEIT SEITE 12. WELCHE FEINEN TROPFEN DIESER  
HOCHKÜCHE PERFEKT BEGLEITEN, VERRÄT IHNEN UNSERE EXPERTIN HIER



## STARTER

### 1 BELEBEND 2022 La Coquette blanc, Vin de France, Frankreich

Quitte, frische Zitrusaromen und ein Hauch Exotik – mit dem unkomplizierten Bistrowein aus Frankreich können Sie in den Abend starten. Perfekt dazu Bulgur-Zimtblüten-Granola und Brie-Espuma (S. 19) oder Geeister Gurken-Gazpacho mit Sumach (S. 18). Um 6 Euro, etwa über [www.hawesko.de](http://www.hawesko.de)



### 2 ELEGANT 2022 Manon Côtes de Provence Rosé, Ravoire & Fils, Frankreich

Ein eleganter Rosé aus dem Süden Frankreichs, der nach hellen roten Früchten und mediterranen Kräutern duftet, genial zu Crostini mit Rote-Bete-Kaviar und Wasabi (S. 18) oder Tomatenbrot mit grün-schwarzer Guacamole (S. 18). Um 12 Euro, etwa über [www.vivino.com](http://www.vivino.com)



### 3 KRÄUTRIG 2021 Grüner Sylvaner trocken, Battenfeld-Spanier, Rheinhessen

Frisch und präzise, mit deutlichen Kräuteraromen und exotischen Fruchtnoten belebt er die Zunge zu Rettichröllchen auf Brunnenkresseschaum (S. 30) und Ziegenkäseröllchen in der Amaranth-Panade (S. 31). Um 12 Euro, etwa über [www.lebendige-weine.de](http://www.lebendige-weine.de)



### 4 MINERALISCH 2021 Autocarro No. 38 Vinho Branco, Herdade do Portocarro, Setubal, Portugal

Dieser komplexe Weißwein erinnert an einen Sommertag am Meer und passt mit Ananas, Limone, Sternfrucht und viel ausgeprägter Mineralität grandios zu Salat von bunten Beten mit Stachelbeer-Dressing (S. 30) oder Auberginenpraline, Rote-Bete-Gelee, Sesamkrokant (S. 31). Um 9,50 Euro, etwa über [www.gute-weine.de](http://www.gute-weine.de)

## ZWISCHENGANG

### 5 PIKANT 2022 Grüner Veltliner Kalmuck, Kritsch Mauritiushof, Wachau, Österreich

Benannt nach dem traditionellen karierten Stoff der Wachauer Janker – und mit Apfel, gelben Ringlotten, zarter Exotik sowie Schmelz und Gripp wie gemacht für Burrata mit Topping aus pikanten Cerealien (S. 41) oder Ravioli mit Kichererbsenfüllung (S. 41). Um 12 Euro, etwa über [www.weinfurore.de](http://www.weinfurore.de)



### 6 CREMIG 2022 Depot Blanc trocken, Bottwartaler Winzer, Württemberg

Wie ein ungeschliffener Diamant zeigt sich dieser unfiltrierte Riesling: Grapefruit, Maracuja und viel Schmelz am Gaumen – spannend zu Steinpilz-Dim-Sum auf Ponzu-Schaum (S. 40) und Kohlrabi-Sorbet auf Estragon-Öl (S. 40). Um 13 Euro, etwa über [www.bottwartalerwinzer.de](http://www.bottwartalerwinzer.de)



## HAUPTSPEISEN

### 7 BEERIG 2021 Riff Merlot-Cabernet Trevenezie IGT, Lageder, Südtirol, Italien

Dieser charmante Rotwein von Alois Lageder punktet mit schwarzen Beeren und feinen Tanninen und ist genau der Richtige zu Sous-vide-gegartem Radieschen und Möhren (S. 50) oder Lauch mit schwarzem Estragonreis (S. 52). Um 9 Euro, etwa über [www.wein-kreis.de](http://www.wein-kreis.de)



### 8 GELBFRUCHTIG 2022 Weisser Burgunder „Edition Fritz Keller“, Baden

Spitzenwinzer Fritz Keller steht hinter diesem wunderbaren Burgunder. Saftig, mit gelber Frucht und Würze gleitet er über die Zunge, klasse zu Kohlrabi-Soufflé mit Liebstöckel-Öl (S. 50) und Gefüllte Champignons und panierte Artischocken (S. 52). Um 7 Euro bei **Aldi Süd**



### 9 TROPISCH 2022 Inurrieta „Orchidea“ Sauvignon Blanc, DO Navarra, Spanien

Von diesem Wein sollte man immer was im Kühlschrank haben. Kaum im Glas besticht mehr mit tropisch-floralem Bukett und unglaublicher Frische. Servieren Sie dazu Tarte Tatin von Kürbis und Schwedenkartoffeln (S. 51) oder Meeresspaghetti mit Safransauce und Fenchel (S. 51). Um 7 Euro, etwa über [www.pinard-de-picard.de](http://www.pinard-de-picard.de)

## DESSERT

### 10 PRICKELND 2020 Spätburgunder Rosé Sekt trocken, Alde Gott, Ortenau, Baden

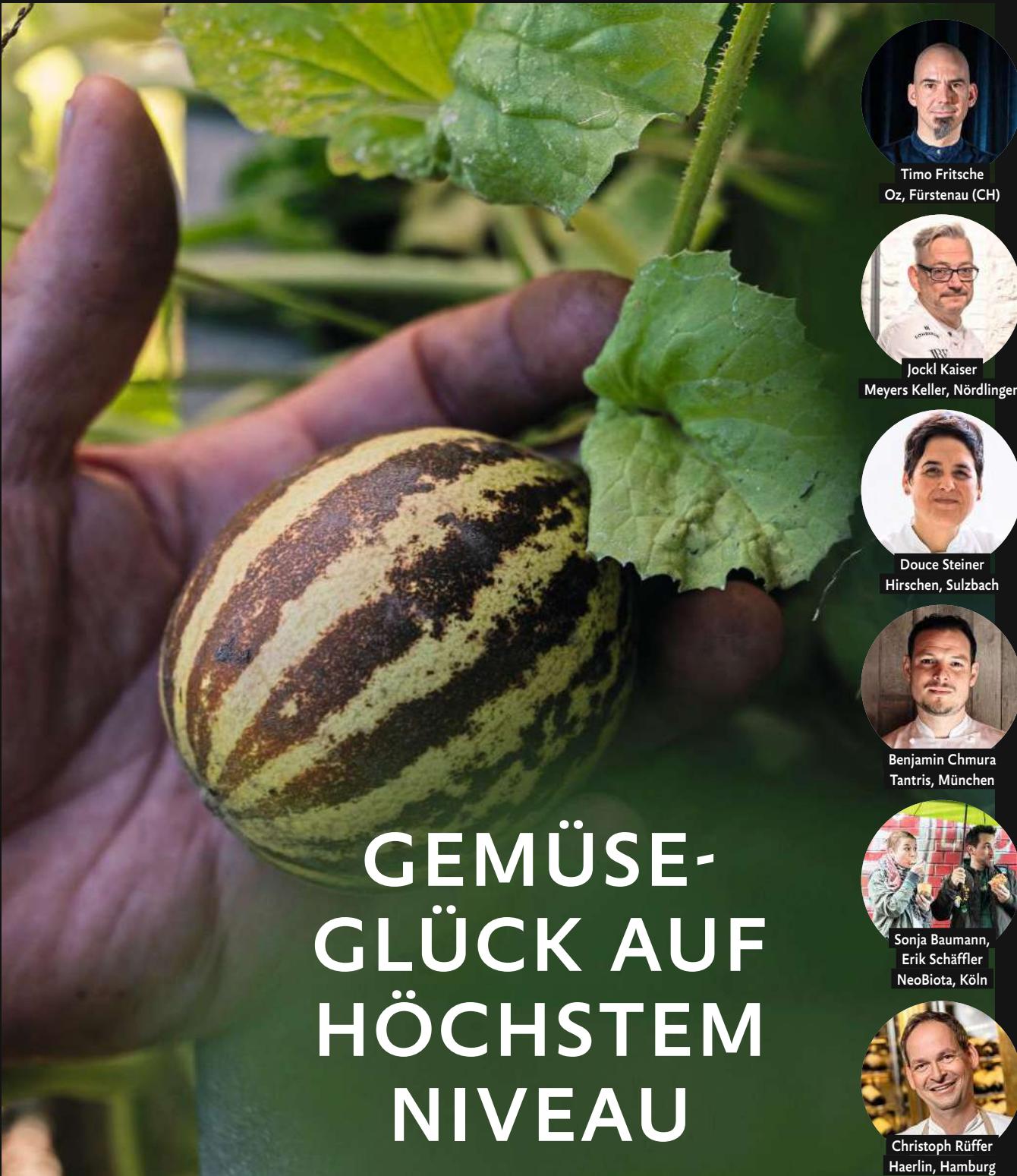
Dieser Spitzensekt der renommierten Genossenschaft Alde Gott überzeugt mit feiner Süße und belebendem Prickeln. Fulminantes Finale zu Geeiste Pfirsich-Ravioli mit Himbeer-Ricotta (S. 87) oder Heidelbeer-Baisers mit Crème Chantilly (S. 88). Um 11,50 Euro, etwa über [www.aldegott.de](http://www.aldegott.de)

# PACK DEIN GLÜCK BEIM SCHOPF



...mit der neuen Bewegung für einfach leckere, gesunde und nachhaltige Ernährung. Mehr dazu unter

**eatbetter.de**



Timo Fritsche  
Oz, Fürstenau (CH)



Jockl Kaiser  
Meyers Keller, Nördlingen



Douce Steiner  
Hirschen, Sulzbach



Benjamin Chmura  
Tantris, München



Sonja Baumann,  
Erik Schäffler  
NeoBiota, Köln



Christoph Rüffer  
Haerlin, Hamburg

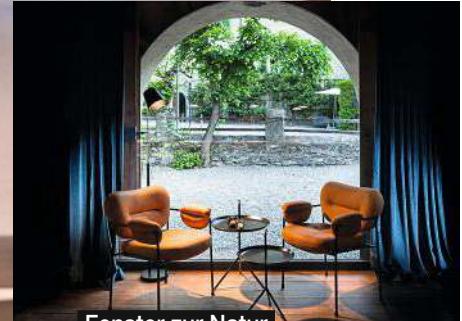
# GEMÜSE- GLÜCK AUF HÖCHSTEM NIVEAU

Fotos: Benjamin Chmura, Gaudenz Dänuser (2); Jennifer Braun, Kirchgasser Photography; Michael Wissing/BFF; Peter von Felbert

von Kopfsalat-Gazpacho mit Kräuteröl über pochiertes Eigelb auf Orangenpolenta und Aubergine mit Safran & Schwarzem Knoblauch:  
mit ihren vegetarischen Lieblingsrezepten zaubern diese namhaften Profi-Köche sommerliches Sternenflair in ihr zu Hause



VOM NEBENDARSTELLER ZUM STAR:  
TIMO FRITSCHE GENIESST ES,  
FRISCHES GEMÜSE MIT VIEL LIEBE UND  
FANTASIE AUF HÖCHSTEM NIVEAU ZU  
INSZENIEREN. „DAS IST NACHHALTIG,  
GESUND & SEHR MODERN.“



Fenster zur Natur

Koch und Gastgeber zugleich,  
denn das kleine, gemütliche OZ  
verfügt nicht nur über einen  
großzügigen Garten, sondern  
auch über eine offene Küche

## Gourmetrestaurant OZ, Timo Fritsche

Küchenchef

Aus den Vollen schöpfen, erhält bei Spitzenkoch Timo Fritsche eine ganz neue Dimension: Denn der Küchenchef des vegetarischen Sternerestaurants OZ im schweizerischen Fürstenau greift für seine verheißungsvollen Kreationen auf einen Garten von Spitzenkoch Andreas Caminada mit sage und schreibe über 700 Obst- und Gemüsesorten zurück. Dieser übermäßige kreative Input „drückt mich auch immer aus der Komfortzone heraus.“ Schließlich möchte er seine erntefrischen Zutaten wertschätzen und bestmöglich nutzen. Und so denkt er in der Fülle des Sommers auch direkt für den Winter und sorgt durch alte wie moderne Techniken für einen köstlichen Vorrat. **OZ – from garden to table, Obergass 2, 7414 Fürstenau, Schweiz, [www.oz-restaurant.com](http://www.oz-restaurant.com)**

# Brokkoli, Mole, Gemüsejus

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 4 Stunden

plus Warte-/Marinierzeit: mind. 48 Stunden

Zutaten für 4 Portionen

## DAS BRAUCHT MAN

Holzkohlengrill, Whiskey-Räucherchips oder Buchenholzspäne, Vakuumiergerät, Dampfgarer

## FÜR DEN BROKKOLI

1 Brokkoli (Bio-Qualität)  
helle Sojasauce

## FÜR DIE GEMÜSEJUS

1/4 Knollensellerie, 1 Rote-Bete-Kolle  
1/2 Zucchini, 1 Karotte, 3 Zwiebeln  
3 Knoblauchzehen  
5 Schalotten, etwas Öl, 1 TL Tomatenmark  
400 ml Rotwein, 0,5 l Sherry  
10 g schwarzer Knoblauch  
1/2 TL Pfeffer, 2 Lorbeerblätter  
1 Thymianzweig, Zucker, Salz

## FÜR DIE MOLE

210 g Sesamsamen

40 g Mandeln (geschält)

3 Knoblauchzehen (abgezogen und gewürfelt), ca. 3 EL Olivenöl

1 TL Ingwer (geschält und gewürfelt)

1/2 TL Senfsaat, 80 g Cherry-Tomaten

1 Tomate, 2 getrocknete Paprikaschoten  
20 g Rosinen, 80 g Sauerteigbrot vom Vortag (Würfel mit ca. 1 cm), Salz

## FÜR DIE KOHL-CHIPS

ein paar (verschiedene) Kohlblätter  
Salz, Olivenöl

## FÜR DIE SÜSSSAUEREN PFLAUMEN

250 g reife Pflaumen, 75 g Zucker  
35 ml dunkler Balsamico-Essig  
2 Gewürznelken, 3 Stück Langpfeffer  
2 Lorbeerblätter

**1** Brokkoli portionieren. Auf dem vorbereiteten Grill angrillen und mit der Sojasauce würzen.

**2** Für die Jus Gemüse, Zwiebeln, Knoblauch putzen, grob würfeln, im Ofen (170 Grad) dunkel rösten. Gemüse mit 2 l Wasser 3 Stunden kochen lassen. Schalotten abziehen, ca. 1 cm groß schneiden, in etwas Öl braun karamellisieren. Tomatenmark dazugeben, kurz mitrösten. Wein, Sherry nach und nach angießen, Alkohol komplett einkochen. Den Grundfond dazugeben, aufkochen, abschäumen. Schwarzen Knoblauch, Pfeffer, Kräuter hinzufügen und die Jus dicklich einkochen. Dann fein passieren. Gemüsejus mit Zucker und Salz abschmecken.

**3** Für die Mole Sesam und Mandeln im Backofen bei 160 Grad goldbraun rösten. Knoblauch im Öl hellbraun rösten, Ingwer und Senfsaat dazugeben. Alles kurz anrösten. Tomaten putzen, würfeln, zugeben und leicht andünsten. Übrige Mole-Zutaten zufügen, alles kurz anziehen lassen, dann 300 ml Wasser angießen. Aufkochen, etwas köcheln lassen. Zugedeckt 24 Stunden ziehen lassen. Dann fein mixen, mit Salz abschmecken.

**4** Für die Kohl-Chips die Kohlblätter zerzupfen, mit Salz und Olivenöl marinieren. Im Backofen bei 130 Grad in ca. 20 Minuten kross backen.

**5** Pflaumen waschen, mit einer Nadel einstechen, dann halbieren und vom Stein lösen. Aus den restlichen Zutaten mit 50 ml Wasser einen Fond kochen. Fond heiß über die Pflaumen gießen. Pflaumen vakuumieren, bei 92 Grad Dampf für 15 Minuten steamer und im Eisbad auskühlen lassen.

**6** Pflaumen vor dem Weiterverarbeiten mindestens 48 Stunden im Fond belassen. Dann einen Teil der Pflaumen mit etwas Fond zu einem Gel mixen und auf einem Holzkohle-Keramikgrill räuchern. Übrige Pflaumen klein schneiden. Alles zusammen (Brokkoli, Gemüsejus, Mole, Kohl-Chips und Pflaumen) auf Tellern anrichten.





## Aubergine, Safran, schwarzer Knoblauch

Zubereitungszeit: 3–4 Stunden  
plus Warte-/Marinierzeit: mind. 2 Tage

Zutaten für 4 Portionen

### FÜR DIE CONFIERTE AUBERGINE

2 Auberginen, 2 Knoblauchzehen (abgezogen, grob zerteilt)  
2 Thymianzweige, 1 Rosmarinzweig  
5 Lorbeerblätter, 10 schwarze Pfefferkörner, Meersalz, 1 l Olivenöl sowie 500 ml Sonnenblumenöl

### FÜR DAS ESSIGGEMÜSE

2 Karotten, 1 große Zwiebel  
2 rote Spitzpaprikaschoten, 100 ml Olivenöl  
1 Knoblauchzehe, 3 Lorbeerblätter  
5 schwarze Pfefferkörner, 0,5 g Safran  
200 ml Wermut (z. B. Noilly Prat)  
200 ml Sherry-Essig, Salz

### FÜR DEN SAFRAN-SUD

1 Fenchelknolle, 2 Karotten  
1 rote Spitzpaprikaschote  
1 Lauchstange, 1 große weiße Zwiebel  
Öl zum Braten, 3 Lorbeerblätter  
½ TL schwarze Pfefferkörner, 1,5 g Safran  
1 Flasche Wermut (z. B. Noilly Prat, 0,75 l)  
500 ml trockener Weißwein, Salz, Zucker

### FÜR DIE SAFRAN-ROUILLE

80 ml Wermut (Noilly Prat), 0,3 g Safran (gemahlen), 40 g Eigelb, 1 EL Essiggemüse  
2 kleine gekochte Kartoffeln (gepellt; 80 g), 180 ml Olivenöl

Salz, etwas Sherry-Essig  
etwas „Bergfeuer“ (Schweizer Tabasco)

### FÜR DIE SCHWARZE KNOBLAUCH-MAYO

80 g schwarzer Knoblauch, 20 g Eigelb  
ca. 10 g Marillen-Essig  
10 g Sojasauce, ca. 4 g Salz  
3 Tropfen „Bergfeuer“-Tabasco  
0,5 g Pfeffer, 175 g Olivenöl

### FÜR DIE GEGRILLTE AUBERGINE

1 Aubergine, etwas Olivenöl  
1 TL schwarze Kardamomkapseln  
1 geräucherte Chilischote, 2 Lorbeerblätter  
1 TL schwarze Pfefferkörner  
100 ml Sojasauce, 45 ml Sherry-Essig  
1 TL flüssiger Honig, 50 ml Weißwein

### FÜR DAS SAFRAN-ÖL

3 g Safran, 150 g Sonnenblumenöl  
20 g Ingwer (geschnitten)

**1** Auberginen schälen, längs vierteln und flach nebeneinander in eine Auflaufform legen. Knoblauch, Kräuter, Gewürze auf den Auberginen verteilen. Mit Öl bedecken. Mit Alufolie abdecken. Auberginen im Ofen bei 130 Grad 2 ½–3 Stunden garen. Dann im Öl auskühlen lassen. Confierte Auberginen portionieren.

**2** Für das Essiggemüse Karotten schälen. Zwiebel abziehen. Paprika längs halbieren, putzen. Alles fein würfeln. Olivenöl in einen Topf gießen. Knoblauch andrücken, mit Lorbeer, Pfeffer und Safran zum Öl geben. Gemüse in den Topf dazugeben und gut andünsten. Wermut angießen und fast völlig einreduzieren. Vorgang mit dem Sherry-Essig wiederholen. Gemüse abkühlen lassen und salzen.

**3** Für den Safran-Sud Gemüse waschen, schälen bzw. putzen, grob würfeln und in Öl andünsten. Gewürze und Safran zugeben, mit Wermut und Wein auffüllen. Komplett einreduzieren. 2 l Wasser dazugießen, aufkochen, alles 20 Minuten sieden lassen. Von der Hitze nehmen und 2 Stunden ziehen lassen. Sud durchpassieren und bis zur gewünschten Konsistenz einreduzieren. Mit Salz, Zucker abschmecken.

**4** Für die Safran-Rouille Wermut mit Safran aufkochen und auf die Hälfte reduzieren. Dann mit Eigelb, Essiggemüse und Kartoffeln im Mixer fein pürieren. Nach und nach das Öl einröhren. Rouille mit Salz, Essig und Bergfeuer abschmecken, in Dressierbeutel abfüllen.

**5** Für die schwarze Mayonnaise alle Zutaten – außer dem Öl – im Mixbecher kurz anrühren. Dann das Öl in einem Strahl langsam einfließen lassen und weitermixen, bis eine standhafte Mayonnaise entstanden ist. Mit Salz und Essig abschmecken.

**6** Aubergine schälen, längs aufschneiden (etwa 3 mm dick). Mit etwas Olivenöl in der Grillpfanne von beiden Seiten rösten. Alle anderen Zutaten zusammen mit ½ l Wasser zu einem Sud kochen. Die Auberginescheiben darin einlegen und mindestens 2 Tage im Sud marinieren lassen.

**7** Safran in Alufolie bei 160 Grad 15 Minuten rösten. Dann mit Öl und Ingwer fein mixen. Safran-Öl 24 Stunden ziehen lassen, dann passieren.

**8** Fertigstellen: Confierte Auberginen in etwas Öl erwärmen, mit Meersalz würzen und mit Essiggemüse, Safran-Rouille und den gebrillten Auberginescheiben anrichten. Safran-Sud erwärmen, angießen. Etwas Safran-Öl in den Sud tropfen. Knoblauch-Mayonnaise am Tellerrand anrichten.

# Süß eingekochte Gurke

Vor-Zubereitungszeit: ca. 2 Stunden

plus Warte-/Marinierzeit: mind. 1 Woche / 7 Tage

Zutaten für 4 Portionen

## DAS BRAUCHT MAN

Bügelglas, Flaschen, Dampfgarer, Entsafter

## FÜR DIE EINGELEGTEN GURKEN

100 ml Limettensaft, 100 g brauner Zucker  
4 g Verveine (Zitronenverbene)  
6 g Ingwer (geschält, in Scheiben geschnitten), 400 g Gurken (geschält, geviertelt, entkernt)

## FÜR DAS INGWERBIER

210 g brauner Zucker  
70 g Ingwer (geschält, fein geschnitten)  
35 g Zitronengras (fein geschnitten)  
20 g Zitronenschale (Bio)  
60 g Zitronensaft  
60 g Orangenschale (Bio)  
1 g Chardonnay-Hefe (ersatzw. Backhefe)

## FÜR DEN INGWERFOND

4 g Ingwer (geschält, geschnitten)  
12 g Zucker, 10 g Limettensaft

## FÜR DIE GRANITÉ

1 Teil Ingwerfond, 1 Teil Ingwerbeer

**1** Für die eingekochten Gurken Limettensaft, Zucker und 300 ml Wasser aufkochen. Verbene und Ingwer einlegen, 1 Stunde ziehen lassen. Gurken in ein sauberes Bügelglas schichten. Sud auf ca. 92 Grad erhitzen, über die Gurken seihen. Glas verschließen und bei 92 Grad im Steamer 15 Minuten garen. Gurken im Glas mind. 1 Woche gekühlt ziehen lassen. Zum Servieren fein würfeln.

**2** Für das Ingwerbier Zucker mit 1,4 l Wasser aufkochen. Alle weiteren Zutaten (bis auf die Hefe) einlegen, auf ca. 24 Grad abkühlen lassen. Hefe einrühren. Topf mit Folie bedeckt 2 Tage bei Raumtemperatur stehen lassen, dann für 2 Tage in den Kühlschrank stellen. Flüssigkeit durch ein Sieb in Flaschen füllen. Flaschen 3 Tage im Kühlschrank lagern, damit Kohlensäure entstehen kann (der Vorgang heißt Karbonisieren). Einen Teil Ingwerbier für die Granité verwenden, das übrige als Drink zum Gericht reichen.

**3** Für den Ingwerfond alle Zutaten mit 300 ml Wasser aufkochen, 1 Stunde ziehen lassen. Dann durch ein Sieb gießen. Für die Granité beide Flüssigkeiten verrühren. Dann in einem flachen Geschirr einfrieren. Ist die Masse komplett gefroren, in eine Schüssel umfüllen, zu feinen Eiskristallen zerstöbeln. Alle Komponenten anrichten, nach Belieben mit Sauerkleen garniert servieren.

**Info:** Im Restaurant komplettieren noch Gurken-Eis und Gurken-Espuma das Gericht. Das Rezept für diese Komponenten finden Sie inklusive Interview auf unserer Website [www.lust-auf-genuss.de](http://www.lust-auf-genuss.de)



# „NEUGIERIG, WISSBEGIERIG UND OFFEN FÜR ALLES!“

„GEMÜSE IN DEN FOKUS ZU RÜCKEN, HAT UNSERE KREATIVITÄT UNGLAUBLICH BEFLÜGELT“, MEINT JOACHIM KAISER. „FÜR UNS IST WICHTIG, DASS DIE GERICHTE NICHTS VERMISSEN LASSEN UND AUSDRUCKSSTARK SIND.“



Namensgeber des Restaurants ist der alte Brauereikeller unter dem Haus. Der Gastraum ist modern, leger – Wirtshaus und Fine Dining in einem



## Joachim (Jockl) Kaiser

Sternekoch & Gründungsmitglied der Jeunes Restaurateurs d'Europe

Wirtshaus, Sterneküche und Eventlocation in einem – dieses Kunststück gelingt Jockl Kaiser mit Bravour. Im Jahr 1984 übernahm der Schwabe als dritte Generation den Familienbetrieb „Meyers Keller“, seit 2009 hält er durchgängig einen Michelinster. Was ihn besonders auszeichnet, ist eine herzliche Atmosphäre, die den Gast nicht nur beim regionalen À la carte-Gericht, sondern auch in den mehrgängigen Gourmet-Menüs die Seele des Wirtshauses spüren lässt. Dabei hat es Kaiser stets geschafft, seine Handschrift weiterzuentwickeln, gleichzeitig aber die Tradition zu wahren. **Restaurant Meyers Keller, Marienhöhe 8, 86720 Nördlingen, [www.jockl-kaiser.de](http://www.jockl-kaiser.de)**

# Kopfsalat Marinierte Herzen / Kopfsalat-Parfait / eingelegte junge Lärchenzapfen / Haselnuss-Reduktion

Vor-Zubereitungszeit: ca. 2 Stunden

plus Warte-/Durchziehzeit: mehrere Tage

Zutaten für 4 Portionen

DAS BRAUCHT MAN: Spritzflasche,  
Vakuumbeutel, evtl. Dampfgarer

## VORBEREITUNG KOPFSALAT

4 kleine, feste Kopfsalate

½ TL Natron, heimisches Leindotteröl

1 Msp. Xanthan (glutenfreies Bindemittel,  
evtl. online bestellen), Salz, Zucker

## FÜR DAS KOPFSALAT-PARFAIT

1,5 Blatt Gelatine (für eine vegetarische  
Version bitte Agar-Agar verwenden)

250 g Kopfsalatcreme

100 g Sahne, Salz, evtl. weißer Pfeffer

## FÜR DIE EINGELEGTEN LÄRCHENZAPFEN

1 Handvoll Lärchenzapfen (siehe dazu die  
Info unter dem Rezept), 500 g Zucker

## FÜR DIE HASELNUSSREDUKTION

250 g Haselnüsse (geschält, enthäutet)

250 ml Gemüsebrühe, Salz

## AUSSERDEM ZUM ANRICHTEN

einige Haselnüsse (geröstet und grob  
gehackt), etwas Limettenschale (Bio)

Fleur de Sel oder Maldon-Salt

**1** Äußere Blätter vom Kopfsalat für die Creme verwenden, Salatherzen zur weiteren Verarbeitung beiseitestellen. Die Kopfsalatblätter in Natronwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. In einem Mixer mit Leindotteröl und Xanthan (das Xanthan wirkt hier als Emulgator) zu einer cremigen Sauce mixen. Kopfsalatmasse mit Salz und Zucker abschmecken, in eine Spritzflasche füllen, kühl stellen.

**2** Für Parfait Gelatine einweichen, in kleinem Teil der Kopfsalatmasse schmelzen (nur so weit erhitzen, dass die Gelatine gerade darin schmilzt). Dann unter schnellem Rühren mit 250 g der Kopfsalatcreme verrühren. Masse auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. Sahne halbfest schlagen, unterheben. Mit Salz und Pfeffer evtl. nachwürzen. Kühl stellen.

**3** Die Lärchenzapfen in ein Einweckglas geben. Aus dem Zucker mit ½ l Wasser einen Läuterzucker kochen. Diesen komplett erkalten lassen, dann die Lärchenzapfen im Glas damit bedecken. Gläser verschließen und für mehrere Tage in den Kühlschrank stellen, damit die Zapfen gut mazerieren können.

**4** Die Haselnüsse bei 160 Grad auf einem Blech im Ofen in 20 Minuten goldgelb rösten. Zusammen mit



der Gemüsebrühe in einem Mixer zu feinem Püree verarbeiten. In einem Topf um ein Drittel einkochen.

Mit Salz leicht würzen. Zimmerwarm servieren.

**5** Die Blätter der Kopfsalatherzen etwas öffnen und mit der Spritzflasche zwischen alle Blätter etwas Kopfsalatcreme spritzen. Leicht salzen und in einen Vakuumbeutel geben. Im Dampfgarer oder Wasserbad bei 84 Grad ca. 5 Minuten garen.

**6** Zwischenzeitlich die Haselnussreduktion auf 4 Teller verteilen. Die Kopfsalatherzen aus der Folie nehmen und auf der Haselnussreduktion anrichten. Mit der restlichen Kopfsalatcreme kleine Tupfen auf die Salatherzen spritzen, die eingelegten Lärchenzapfen darauf anrichten. Mit einem heißen Löffel

schön geformte „Eier“ aus dem Kopfsalat-Parfait stechen und neben den Herzen anrichten.

Das Ganze mit den gehackten Haselnüssen bestreuen. Etwas Limettenschale darüberreiben und mit Fleur de Sel oder Maldon-Salt würzen.

**Info:** Die Lärchenzapfen erntet Jockl Kaiser bereits Anfang April, denn zu dieser Zeit sind sie rosafarben und innen noch weich. Sie können die Zapfen also erst im nächsten Frühjahr selber einlegen. Und müssen sie diesmal leider (noch) weglassen. Eine alternative Garnitur (etwa mit Rosmarin und gerösteten Pinienkernen) würde den besonderen Geschmack der eingelegten Zapfen nicht treffen.



**Blumenkohl  
feines Püree / geröstete  
Walnüsse / eingekochte  
Johannisbeeren und Weißdorn /  
frittiertes Eigelb**

Vor-Zubereitungszeit: ca. 1 Stunde

plus Warte-/Marinierzeit: mehrere Tage

Zutaten für 4 Portionen

**FÜR DAS BLUMENKOHLPÜREE**

500 g Blumenkohl, Salz

50 ml braune Butter, 1 Prise Zucker

**JOHANNISBEEREN & WEISSDORNBLÜTEN**

Johannisbeeren, Weißdornblüten

(Menge optional), Zucker, Weißweinessig

**FÜR DAS FRITTIERTE EIGELB**

Semmelbrösel, 4 sehr frische Eier

Raps- oder Sonnenblumenöl

**AUSSERDEM ZUM ANRICHTEN**

ca. 50 ml braune Butter

Walnüsse (geröstet und grob gehackt)

**1** Blumenkohl in Salzwasser sehr weich kochen. In einem Mixer sehr fein pürieren. Braune Butter unterrühren und mit Salz und Zucker würzen.

**2** Johannisbeeren und Blüten in je ein Weck-Glas geben. Für den Einlegefond 2 Teile Wasser mit 1 Teil Zucker und 1 Teil Essig aufkochen. Heiß über die Johannisbeeren im Glas geben. Für die Blüten den Fond kalt verwenden, damit die Blüten nicht grau werden. Die Gläser verschließen und gekühlt aufbewahren; Beeren und Blüten sollten einige Tage Zeit haben zum Marinieren.

**3** Die Semmelbrösel in eine Schale geben. Mit den (noch ganzen) Eiern 4 Mulden in die Brösel drücken. Die Eier trennen und die Eigelbe vorsichtig in die Mulden geben. Die Eigelbe mit weiteren Semmelbröseln vorsichtig bedecken. Ca. 30 Minuten warten, bevor man die Eigelbe, die nun eine feine Panade gebildet haben, in 140 Grad heißem Öl frittieren: Das Eigelb sollte im Kern flüssig bleiben.

**4** Das Blumenkohlpüree auf 4 tiefe Teller verteilen. Mit der noch warmen braunen Butter übergießen. Mit einem Löffel jeweils eine kleine Mulde für das frittierte Eigelb formen. Je 1 Eigelb in der jeweiligen Mulde platzieren und mit gerösteten, gehackten Walnüssen sowie eingekochten Johannisbeeren und Weißdornblüten garnieren.

**Tipp:** Weißdorn blüht im Mai, Juni. Daher zum Garnieren für dieses Gericht ersatzweise andere kleine essbare Blüten der Saison verwenden.

## Paprika

### Paprika-Nage / geröstete Paprika / Kirschtomaten, in Holunder geschmort / gefüllte Himbeeren / Jalapeño

Vor-Zubereitungszeit: ca. 2 Stunden

plus Warte- /Marinierzeit: mehrere Tage

Zutaten für 4 Portionen

reichlich Rapsöl zum Frittieren  
4 rote Spitzpaprikaschoten

#### FÜR DIE PAPRIKA-NAGE

2 Paprikaschoten (geschält und entkernt)

100 g Himbeerpüree (ohne Kerne)

Salz, Zucker

etwas Limonen-Olivenöl oder Olivenöl

#### FÜR DIE PAPRIKA-RÖLLCHEN

2 Paprikaschoten (geschält und entkernt)

etwas Limonen-Olivenöl oder Olivenöl

etwas Paprika-Nage, Salz, Zucker

#### KIRSCHTOMATEN MIT HOLUNDERBLÜTE

12 Kirschtomaten, 100 ml Holunderblütensirup (am besten hausgemacht)

Fleur de Sel oder Maldon-Salt

#### FÜR DIE GEFÜLLTEN HIMBEEREN

500 g Himbeeren sowie 12 schöne, große Himbeeren zum Füllen

Zucker nach Geschmack, 5 g Agar-Agar

#### AUSSERDEM ZUM ANRICHTEN

1-2 Jalapeño-Chilischoten  
grober schwarzer Pfeffer

1 Frittieröl in einen möglichst hohen Topf geben (wichtig ist ein Deckel, mit dem man sich vor spritzendem Öl schützen kann). Öl sehr stark erhitzen, bis es etwas zu rauchen beginnt. Paprikaschoten einzeln ins Frittieröl geben und sofort abdecken, damit man sich nicht verbrennt. Nach ein paar Sekunden kann man den Deckel öffnen und die Paprikaschoten mit einer Schaumkelle zum Boden drücken, damit eine gleichmäßige Röstung entsteht. Wenn die Paprikaschoten fast schwarz sind, herausnehmen und auf einem Gitterblech abtropfen lassen.

Mit einem leicht feuchten Tuch bedecken. Nach kurzem Abkühlen lassen sich die Schoten wunderbar schälen – einfach mit einem Messer die Haut abstreifen. Schoten halbieren und die Kerne entfernen.

2 Für die Nage 2 Schoten und Himbeerpüree in einem Mixer zu einer sehr feinen, homogenen Masse pürieren. Mit Salz, Zucker, etwas Limonen-Olivenöl würzen; es sollte eine dicke Sauce entstehen.



3 Für die Röllchen die Paprikaschoten auf der Innenseite mit Limonen-Olivenöl und Nage bestreichen, mit Salz und Zucker würzen. Schoten längs in 2 cm breite Streifen schneiden; es sollten 12 Streifen entstehen. Streifen zu gleichmäßigen Röllchen wickeln.

4 Tomaten kurz in kochendem Wasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken und die Haut abziehen. Tomaten in Holunderblütensirup einlegen, darin mehrere Tage ziehen und mazerieren lassen.

5 Himbeeren (bis auf die 12 großen) in einem Topf unter Rühren zum Kochen bringen. Zucker nach Geschmack zugeben. Gezuckerte Beeren durch ein Sieb passieren. Noch mal in den Topf füllen, Agar-Agar einrühren. Zum Kochen bringen, mindestens

1 Minute leicht köcheln. Umfüllen und kalt stellen. Das entstandene Himbeergelee in einem Mixer so lange mixen, bis ein Gel entstanden ist (ohne Klümpchen). In Spritzbeutel füllen, kalt stellen. Später, kurz vor dem Anrichten, das Gel in die 12 Himbeeren füllen.

6 In die Mitte von jedem Teller mithilfe eines Schöpfels mit der Paprika-Nage einen Saucenspiegel angießen. Abwechselnd je 3 eingefügte Kirschtomaten, gefüllte Himbeeren und Paprikaröllchen darauf platzieren. Jalapeño(s) halbieren, die Kerne entfernen und die Chili(s) in sehr feine Streifen schneiden. Je nach gewünschtem Schärfegehalt Chilistreifen auf dem Gericht verteilen, mit Pfeffer bestreuen und evtl. mit essbaren Blüten garnieren.

# „GESCHMACK SOLLTE PUR, NATÜRLICH & UNVERFÄLSCHT SEIN!“

DOUCE STEINERS LEITFÄDEN  
FÜR'S LEBEN: DIE FREUDE UND  
LIEBE ZUM KOCHEN UND  
GENIESSEN, DER RESPEKT ZU  
UNSERER NATUR UND DEM  
WAS SIE UNS SCHENKT,  
BODENSTÄNDIG BLEIBEN,  
UM SO EIN GLÜCKLICHES  
LEBEN ZU MEISTERN

Edel mit antiken  
Akzenten und  
dennoch entspannt  
familiär. Im Hirschen  
föhlen sich auch  
Familien mit Kindern  
wohl und sind  
willkommen



## Douce Steiner & Udo Weiler

Einige Zwei-Sterneköchin Deutschlands

Landshaftlich wie kulinarisch ist der Schwarzwald immer eine Reise wert. Gourmetliebhabern ist besonders das Örtchen Sulzburg im Markgräflerland ans Herz zu legen. Hier führt seit 2008 Douce Steiner mit ihrem Mann Udo Weiler das Hotelrestaurant Hirschen. Geboten wird feinste französische Küche, traumhaft kombiniert, klar, leicht, mit viel Sorgfalt und Liebe zum Detail. Tipp: Wer kann, sollte einen Aperitif im schmucken Innenhof einplanen. **Hotel Restaurant Hirschen, Hauptstraße 69, 79295 Sulzburg, [www.douce-steiner.de](http://www.douce-steiner.de)**

## Avocado und Tomate

Vor-Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

plus Wartezeit: über Nacht

Zutaten für 4 Portionen

1 ½ kg sehr reife Tomaten

1 kleines Bund Basilikum

Salz, Pfeffer

Zucker, Piment d'Espelette

4 Blatt Gelatine (oder stattdessen  
Agar-Agar verwenden)

### FÜR DIE AVOCADOCREME

1 reife Avocado, Saft von ½ Zitrone

3 EL Limonen-Olivenöl, ½ Knoblauchzehe (ohne Schale und Keim)

Salz, Piment d'Espelette

### FÜR DIE EINLAGE

2 Avocados, 2 Flaschentomaten

Salz, Pfeffer, Basilikum

evtl. Limonen-Olivenöl

**1** Für die Essenz Tomaten grob schneiden, mit Basilikumblättern und Gewürzen im Mixer kurz zerkleinern. Masse in einem Passiertuch über Nacht über einer Schüssel kalt gestellt abtropfen lassen (es soll ca. 1 l Flüssigkeit entstehen).

**2** Gelatine in 100 ml Tomatenflüssigkeit einweichen. Erwärmen, damit sich die Gelatine gut darin auflöst. Anschließend unter die restliche, gut gekühlte Flüssigkeit rühren und kalt stellen.

**3** Für die Creme Avocado schälen, Kern entfernen. Fruchtfleisch mit den restlichen Zutaten

für die Avocadocreme in einem Mixer fein pürieren, abschmecken. Avocadocreme kalt stellen.

**4** Für die Einlage Avocados schälen, entkernen, in feine Scheiben schneiden. Tomaten waschen, in hauchdünne Scheiben schneiden. Avocado- und Tomatenscheiben im Wechsel auf Tellern anrichten, mit Salz, Pfeffer würzen. (Die Suppeneinlage schmeckt aromatischer, wenn sie 1–2 Stunden vorm Servieren zubereitet wird.)

**5** Tomatenessenz über die Suppeneinlage geben. Avocadocreme wird darauf verteilen und mit Basilikumblättern garnieren. Evtl. noch mit einem Spritzer Limonen-Olivenöl und etwas Piment d'Espelette verfeinern.

**Als Beilage:** Bruschetta bzw. Röstbrot.



## Leicht pochiertes Eigelb auf Orangenpolenta

Vor-Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

### FÜR DIE ORANGENSAUCE

$\frac{3}{4}$  l Orangensaft (frisch gepresst und passiert), 2 EL Zucker  
Abrieb von 2 unbehandelten Orangen  
3 EL Olivenöl, 1 TL Butter

### FÜR DIE POLENTA

$\frac{1}{2}$  l Gemüsebrühe  
1 Thymianzweig, 1 Rosmarinzweig  
100 g Maisgrieß (Polenta)  
 $\frac{1}{8}$  l Orangensause, 2 EL Olivenöl  
30 g geriebener Parmesan  
Pfeffer, Salz

### FÜR DASPOCHIERTE EIGELB

1 EL Butter, 4 Eier

**1** Orangensaft mit dem Zucker verrühren und etwa auf die Hälfte einkochen. Orangenabrieb

hinzugeben, mit dem Olivenöl und der Butter verfeinern und so die Orangensause leicht binden.

**2** Für die Polenta die Gemüsebrühe mit den Kräuterzweigen einmal aufkochen und ca. 10 Minuten ziehen lassen. Dann durch ein Sieb passieren. Erneut aufkochen, den Maisgrieß unter ständigem Rühren dazugeben und ca. 10 Minuten quellen lassen. Kurz vor dem Servieren  $\frac{1}{8}$  l Orangensause, das Olivenöl und den Parmesan unter die Polenta rühren. Polenta mit Pfeffer und eventuell Salz abschmecken.

**3** Für das pochierte Eigelb kurz vor dem Servieren den Backofen auf 40 Grad vorheizen. Ein kleines Blech mit Rand mit Butter bestreichen. Eier vorsichtig trennen, sodass das Eigelb ganz bleibt. Eigelbe aufs Blech setzen, 2–3 Minuten im Backofen angaren (Eiweiß anderweitig verwenden).

**4** Die Polenta auf Teller geben, die Eigelbe auf die Polenta legen und mit der restlichen Orangensause auszieren.

**Tipp:** Statt die Eigelbe zu pochieren können auch Spiegeleier gebraten werden. Eigelbe mit einem Ausstecher knapp heraustrennen.





## Burgunder-Weißkäse auf Kresse

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

plus Wartezeit: über Nacht

Zutaten für 4 Portionen

4 Burgunder-Weißkäse  
(ersatzweise stattdessen evtl. Burrata  
oder Mozzarella verwenden)

FÜR DIE KRESSESAUCE  
1 Bund Brunnenkresse  
evtl. ¼ Bund Blattpetersilie  
125 g Sauerrahm, Saft von 1 Zitrone  
Salz, Pfeffer

FÜR DEN KRESSESALAT  
verschiedene Kressesorten sowie

ein paar Kapuzinerkresseblüten  
etwas Limonen-Olivenöl  
1 Spritzer Zitronensaft

**1** Käse in Säckchen binden und über Nacht abtropfen lassen (dieser Schritt entfällt bei Verwendung von Burrata oder Mozzarella).

**2** Brunnenkresse- und Petersilienstiele entfernen. Alle Saucenzutaten in einer Küchenmaschine mixen. Mit Salz, Pfeffer würzen.

**3** Kurz vor dem Servieren den Kressesalat mit Limonen-Olivenöl und Zitronensaft anmachen.

**4** Die Kressesauce auf die Teller geben, die Käsebällchen in die Mitte legen und mit dem Kressesalat dekorieren.

**Tipp:** Die Blattpetersilie lässt die Kressesauce noch grüner werden.

„ES GEHT  
UMS KOCHEN  
MIT HERZ,  
LIEBE UND  
RESPEKT!“

STERNEKOCH BENJAMIN CHMURA  
IST EIN VISIONÄR DER GOURMET  
CUISINE. FÜR IHN LIEGT IN DER  
VEGETARISCHEN KÜCHE DIE  
ZUKUNFT DES KOCHENS. „DAHER  
STEHEN WIR KÖCHE IN DER  
VERANTWORTUNG MIT GUTEM  
BEISPIEL VORANZUGEHEN UND  
GÄSTE AN EINE UMWELTBEWUSSTE  
GASTRONOMIE ZU GEWÖHNNEN.“

Klassische und moderne  
Haut Cuisine serviert im  
extraordinären Seventies  
Style: der Gourmet und  
Interior-Tempel Tantris



## Tantris Maison Culinaire, Benjamin Chmura

Zwei-Sterne-Koch

Im Juli 2021 trat der gebürtige Kanadier die Nachfolge des großen Hans Haas an und arbeitet seitdem akribisch und erfolgreich daran, seine Gäste mit legendärer französischer Haut Cuisine glücklich zu machen. Seit Mai dieses Jahres hat er zudem die kulinarische Gesamtleitung des Maison Culinaires, also auch des à la carte-Restaurants „Tantris DNA“ übernommen. Stets im Blick steht bei Benjamin Chmura die Reduktion aufs Wesentliche und der Gedanke, dass pflanzliche Lebensmittel auch in der Sterneküche einen größeren Stellenwert einnehmen sollten. **Tantris Maison Culinaire, Johann-Fichte-Straße 7, 80805 München, [www.tantris.de](http://www.tantris.de)**

# Tartelette aus Steinpilzen, Salbei und PX-Essig

Vor-Zubereitungszeit: ca. 2 Stunden

Zutaten für 5 Portionen

DAS BRAUCHT MAN: Tartelette-Förmchen

## FÜR DIE STEINPILZMARMELADE

350 g Steinpilze, 50 g Lardo Colonnata (italienische Speckspezialität)  
75 g Schalotten, 2 Knoblauchzehen etwas Butter und Olivenöl  
Salz, Zucker, 40 g Kalbsjus, Pfeffer

## FÜR DIE UMAMI-VINAIGRETTE

150 g Champignons  
30 g Pedro-Ximenez-Essig (PX-Essig)  
30 g Haselnussöl, Salz, Pfeffer

## FÜR DAS SCHALOTENKOMPOTT

150 g Schalotten, Butter, Salz  
50 g getrocknete Steinpilze  
40 g weißer Portwein

## ZUM FERTIGSTELLEN

150 g Blätterteig

1 Birne, 1 Orange (Bio), Öl zum Frittieren  
½ Bund Salbei, Salz, 1-2 frische Steinpilze  
Fleur de Sel, Pfeffer

**1** Für die Steinpilzmarmelade die Steinpilze und den Speck in 1 cm große Stücke schneiden. Die Schalotten abziehen, klein würfeln. Die Knoblauchzehen schälen und am Rand des Herdes in einem kleinen Topf in Butter langsam confieren lassen. Einen Schuss Olivenöl in eine Pfanne geben, die Steinpilze darin zunächst auf einer Seite karamellisieren. Schalotten, Speck, Salz, Zucker hinzugeben. Leicht köcheln lassen, bis sich alles verbunden hat. Mit Kalbsjus ablöschen. Den Knoblauch hacken und zur Marmelade geben. Diese mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

**2** Für die Vinaigrette Pilze klein würfeln, mit Essig und Öl vermischen. Mit Salz, Pfeffer abschmecken.

**3** Für das Kompott die Schalotten abziehen, klein würfeln. Schalotten in etwas Butter glasig dünsten, mit 1 Prise Salz würzen. Die getrockneten Steinpilze zerkleinern, hinzufügen und mit Portwein ablöschen. Kochen lassen, bis die Flüssigkeit vollständig verdampft ist. Schalottenkompott abschmecken.

**4** Für die Tartelettes den Blätterteig ausrollen (auf eine Dicke von 2,5 mm). Mit einem Ausstecher Kreise in Förmchengröße ausstanzen. Kreise in die Form legen, evtl. überschüssigen Teig abschneiden. Eine weitere Form darüberlegen und den Blätterteig im Ofen bei 180 Grad Umluft 25 Minuten backen.

**5** Inzwischen die Birne waschen, in dünne Scheiben schneiden und (evtl. mit einer Spritztülle) Kreise von 3,5 cm Ø daraus ausstechen. Orange heiß waschen, trocken tupfen. Die Orangenschale abziehen und in feine Streifen schneiden. Das Öl auf 140 Grad erhitzen und die Salbeiblätter darin knusprig frittieren. Herausheben und mit Salz würzen.

**6** Die Törtchen werden schichtweise und heiß zusammengesetzt, beginnend mit dem Schalottenkompott, dann mit der Steinpilzmarmelade. Die Birmsenscheibchen mit etwas von der Vinaigrette würzen und auf die Oberfläche legen. Törtchen zum Schluss mit feinen Steinpilzspänen, frittiertem Salbei und einigen Orangenzenen bestreuen. Mit Fleur de Sel und mit Pfeffer aus der Mühle bestreuen. Verbleibende Vinaigrette separat dazureichen.



## Gnocchi mit Champignon-Farce und cremiger Vin-Jaune-Sauce

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 4 Stunden

Zutaten für 5 Portionen

### FÜR DIE GNOCCHI

400 g Kartoffeln, grobes Meersalz  
180–200 g Mehl (Type 550)  
2 Eigelb, 6 g Salz

### FÜR DIE FARCE

10 braune Champignons  
200 g Pfifferlinge, Butter  
50 ml Pilz-Glace, 150 ml Sahne  
10 gepickelte Shiitake-Pilze (gewürfelt)  
100 g Crème fraîche, Salz, Pfeffer

### FÜR DIE SAUCE VIN JAUNE

2 Schalotten

10 braune Champignons (inkl. Stielansätze)  
5 Shiitake-Pilze, 5 getrocknete Steinpilze  
Salz, Pfeffer, 200 ml Vin Jaune  
100 ml Pilz-Glace, 300 ml Sahne  
100 g Crème fraîche

### FÜR DIE GARNITUR

schwarze Trüffelcreme  
30 Scheibchen Champignons

**1** Die Kartoffeln mit der Schale auf grobem Salz im Ofen bei 130 Grad ca. 1 Stunde lang garen. Anschließend die Kartoffeln schälen, durch ein feines Sieb streichen und abkühlen lassen. Zum Schluss alle Zutaten für die Gnocchi in einer Schüssel mischen und zu einem glatten Teig kneten. Teig 1 Stunde ruhen lassen.

**2** Für die Farce die Champignons in kleine Würfel schneiden. Champignons und Pfifferlinge in einer Pfanne in Butter anbraten, bis sie eine schöne Farbe angenommen haben. Pilze in eine Schüssel umfüllen. Pilz-Glace und Sahne in die Pfanne gießen, cremig einkochen lassen (auf ein Drittel). Shiitake ebenfalls klein würfeln und alles vermischen. Crème fraîche unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kühl stellen.

**3** Für die Sauce die Schalotten abziehen, wie die Champignons in Scheiben schneiden. Beides in einer Kasserolle schön braun anbraten. Shiitake und getrocknete Steinpilze dazugeben. Leicht würzen, dann mit Vin Jaune und der Pilz-Glace ablöschen und um ein Drittel reduzieren. Mit Sahne und Crème fraîche aufgießen, 15 Minuten köcheln lassen. Passieren, mit Salz, Pfeffer abschmecken.

**4** Gnocchi-Teig 0,5 cm dick ausrollen. 10 runde Scheiben (Ø 10 cm) ausstechen. Je 1 EL Farce in die Mitte einer Scheibe geben, mit einer zweiten bedecken. Fest andrücken (ohne Luft). In leicht kochendem gesalzenen Wasser 3 Minuten garen. Sofort auf Teller geben. Mit etwas Trüffelcreme und feinen Champignon-Scheiben garnieren. Mit der Sauce au Vin Jaune servieren.



# L'Asperge Au Vert

Vor-Zubereitungszeit: ca. 1 Stunde

plus Wartezeit: 10 Tage

Zutaten für 5 Portionen

DAS BRAUCHT MAN: Pacojet oder Hochleistungsmixer

## FÜR DAS PISTAZIEN-PESTO

250 g geschälte Pistazien, 250 g grüner Spargelsaft, 1,5 g Salz, 15 g Estragon

## FÜR DIE BÉARNAISE-GRUNDLAGE

5 Schalotten, 1 l Weißweinessig  
1 Bund Estragon, 1 g zerstoßener Pfeffer

## FÜR DIE SPARGEL-PICKLES

2 Stangen weißer Spargel  
200 g weißer Orléans-Essig  
75 g Zucker, 40 g Honig, 2 g Salz

## FÜR DAS KRÄUTERPULVER

je 1 Bund Petersilie, Estragon, Minze

## FÜR DIE GEPLICKELEN CURRYZWIEBELN

50 g Perlzwiebeln, Salz  
250 g Weißweinessig, 75 g Zucker  
40 g Honig, 30 g Madras-Curry-Pulver

## AUSSERDEM

150 g Ziegenjoghurt, Salz  
10 dicke Stangen grüner Spargel  
10 g Pistazienkerne (geschält)  
evtl. etwas eingelegte Zitrone  
Kräuterblätter (z. B. Radieschenblättchen, Pimpinelle, Zitronenmelisse, Kapuzinerkresseblätter, Sauerampfer)

**1** Für die Curryzwiebeln die Perlzwiebeln schälen und in kochendem Salzwasser 2 Minuten blanchieren. Anschließend die Perlzwiebeln abgießen, halbieren und in ein Glasgefäß geben. Für die Einlegeflüssigkeit 200 ml Wasser mit Essig, Zucker, Honig und Curry-Pulver verrühren. Sud kurz aufkochen, dann über die Zwiebeln im Glas gießen und diese 10 Tage lang ziehen lassen.

**2** Für die Pickles Spargel schälen, Enden entfernen. Spargel in ein hohes Einmachglas mit Deckel geben. Alle anderen Pickles-Zutaten zusammen mit 200 ml Wasser 10 Minuten kochen lassen. Sud abschäumen, ohne die Brühe zu reduzieren. Nach 15 Minuten die Einlegeflüssigkeit über den Spargel gießen und für 48 Stunden ruhen lassen.

**3** Den Ziegenjoghurt salzen und über Nacht in einem Tuch über einem Sieb zum Abtropfen aufhängen (um die Säure zu konzentrieren).

**4** Für das Kräuterpulver alle Kräuter bei 30 Grad über Nacht trocknen lassen. In einer Küchenmaschine mixen, durch ein feines Sieb streichen.



**5** Alle Zutaten für das Pistazien-Pesto im Pacojet über Nacht gefrieren lassen. Mixen, bis die Masse glatt ist. Durch ein feines Sieb streichen.

**6** Schalotten abziehen, in Scheiben schneiden und mit allen anderen Zutaten für die Béarnaise vermengen. Auf ein Drittel einkochen. Dann durch ein Sieb streichen. Pistazien-Pesto vor dem Servieren mit der Béarnaise-Basis würzen und mit Salz abschmecken.

**7** Für die Zubereitung des Spargels die Stangen – bis auf ca. 3 cm von der Spargelspitze – schälen bzw. die äußeren Blätter abschneiden. Spargel in Salzwasser 5 Minuten auf kleiner Flamme kochen.

**8** Den Spargel abtropfen lassen, auf Teller legen und mit etwas von der Pistazienpaste glasieren. Einige gehackte Pistazien darüberstreuen. Etwas fein geschnittene eingelegte Zitrone und einige Curryzwiebeln darauflegen. Die verschiedenen Kräuter dekorativ auf den Spargelstangen drapieren.

**9** Eine Nocke des abgetropften Ziegenjoghurts daneben anrichten und mit dem feinen Kräuterpuder bestäuben. Zum Abschluss noch ein Bouquet aus gepickeltem weißen Spargel und ein paar Kräuterblättchen anlegen.

# „UNSERE ENTWICKLUNG STEHT NIEMALS STILL!“

DAS CREDO VON CHRISTOPH RÜFFER: „ICH MÖCHTE DAS RESTAURANT UND AUCH MICH STETS VERBESSERN – JEDEN TAG AUFS NEUE ETWAS TOLLES UND EINZIGARTIGES KREIEREN. DAS FUNKTIONIERT AUCH WUNDERBAR AUF DIE VEGETARISCHE ART.“

Auch privat zaubert Rüffer, je nach Vorliebe der Familienmitglieder und Anlass, großartige Kombinationen. Nachzulesen in seinem Buch „Zuhause kochen und genießen“ (Mosaik Verlag 19,50 Euro).



## Christoph Rüffer

2-Sterne-Koch

Der Genussmensch Christoph Rüffer versteht es, aus regionalen, bodenständigen Zutaten ungewöhnliche Aromaverbindungen und Textur-Raffinessen zu erschaffen. So interpretiert er traditionelle Gerichte auf raffiniertere und innovative Weise. Serviert werden seine eleganten Kreationen im vielfach preisgekrönten Gourmetrestaurant „Haerlin“, das zum traditionsreichen Hamburger Hotel Vier Jahreszeiten gehört. Hochgenuss zwischen chinesischen Seidentapeten, Goldelementen und mit einem eindrucksvollen Blick auf die Binnenalster. „Haerlin“, Neuer Jungfernstieg 9-14, 20354 Hamburg, [www.restaurant-haerlin.de](http://www.restaurant-haerlin.de)



## Bunter Tomatensalat mit Burrata-Schaum

Vor-Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

Zutaten für 2 Portionen

DAS BRAUCHT MAN:

Espuma-Flasche mit einer Patrone

### FÜR DEN TOMATENSALAT

Je 1 rote, grüne, gelbe und orangefarbene Tomate

je 3 rote und gelbe Cherrytomaten

1 Schalotte, 60 ml dunkler

Balsamico-Essig, Salz, Pfeffer, Zucker

80 ml Olivenöl

60 g Basilikumblätter

### FÜR DEN BURRATA-SCHAUM

100 g Burrata (gibt es auch mit mikrobiellem Lab), 40 ml Milch

30 g saure Sahne, 30 g Crème double

30 g Frischkäse, Tabasco

Zitronensaft, 8 Basilikumspitzen

1 Zweig Zitronenthymian

10 Safranfäden, etwas grober Pfeffer

Meersalzflocken

**1** Für den Salat die großen Tomaten waschen, halbieren und in Scheiben schneiden. Rote und gelbe Cherrytomaten waschen und halbieren. Schalotte schälen, fein würfeln. 20 g Schalottenwürfel in einer Schüssel mit Balsamico mischen, mit Salz, Pfeffer, Zucker würzen.

**2** Olivenöl in einem Topf auf 70 Grad erhitzen. Dann mit den Basilikumblättern im Mixer auf höchster Stufe 2 Minuten mixen. Durch ein Passiertuch geben, das grüne Öl auffangen.

**3** Für den Schaum den Käse zusammen mit der Milch pürieren, durch ein Sieb in eine Schüssel passieren. Saure Sahne, Crème double sowie Frischkäse zugeben und alles mit einem Schneebesen glatt rühren.

**4** Anschließend mit Tabasco, Zitronensaft und Salz abschmecken und in eine Espuma-Flasche abfüllen. Eine Patrone auf die Flasche schrauben und kraftig schütteln. Sollte der Schaum am Anfang noch etwas dünn sein, die Espuma-Flasche so lange schütteln, bis ein schöner Schaum entsteht.

**5** Die Tomaten auf 2 Teller verteilen und mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Die Balsamico-Vinaigrette und das grüne Basilikumöl über die Tomaten träufeln. Den Burrata-Schaum in die Mitte spritzen und mit Basilikumspitzen, Zitronenthymianblättern, Safranfäden, grobem Pfeffer und Meersalzflocken garnieren.

**Tipp:** Bitte darauf achten, dass alle Zutaten für den Schaum schön kalt sind.

## Kopfsalat-Gazpacho mit Kräuteröl und Knoblauch-Croûtons

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

Zutaten für 2 Portionen

### FÜR DEN KOPFSALAT-GAZPACHO

2 kleine Kopfsalatköpfe, Salz  
1 Salatgurke, 2 grüne Paprikaschoten  
1 kleine Schalotte, 1 Knoblauchzehe  
100 g Babyspinat, 60 ml Olivenöl  
Pfeffer, einige Spritzer Tabasco  
30 ml weißer Balsamico-Essig

### FÜR DAS KRÄUTERÖL

25 g Petersilie, 25 g Dill, 25 g Estragon  
100 ml Olivenöl, Salz

### FÜR DIE KNOBLAUCH-CROÛTONS

3 Toastscheiben, 60 g Butterschmalz  
3 Knoblauchzehen, Salz

**1** Für den Gazpacho die Kopfsalatblätter vom Strunk entfernen und waschen. Die äußeren grünen Blätter von den inneren gelben Blättern der Salatherzen trennen. Die grünen Blätter in kochendem Salzwasser kurz blanchieren und in kaltem Wasser abschrecken. Anschließend die Blätter gut ausdrücken.

**2** Gurke waschen, halbieren, entkernen und grob würfeln. Die grünen Paprika ebenfalls waschen, vierteln, entkernen und grob würfeln. Schalotte und Knoblauchzehe schälen und in Scheiben schneiden. Spinat waschen und abtropfen lassen.

**3** Ausgedrückte grüne Kopfsalatblätter zusammen mit Gurken- und Paprikawürfeln, Schalotten- und Knoblauchscheiben sowie dem Babyspinat in einen Mixer (oder Thermomix) geben, das Olivenöl hinzufügen. Auf höchster Stufe ca. 6 Minuten lang mixen, bis eine sämige Suppe entstanden ist.

**4** Gazpacho durch ein Sieb passieren und mit Salz, Pfeffer, einigen Spritzen Tabasco und zuletzt etwas weißem Balsamico abschmecken.

**5** Für das Kräuteröl die Kräuter waschen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Kräuterblätter von den Stielen zupfen. Das Olivenöl in einem kleinen Topf auf 70 Grad erhitzen und zusammen mit den Kräuterblättern und 1 Prise Salz in einen Mixer geben. Alles auf der höchsten Stufe 2 Minuten mixen. Anschließend durch ein Passiertuch geben und das grüne Kräuteröl auffangen.

**6** Für die Knoblauch-Croûtons die Ränder vom Toastbrot abschneiden und die Scheiben würfeln. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die halbierten Knoblauchzehen dazugeben. Die Toastwürfel im heißen Fett von allen Seiten goldbraun rösten und mit Salz würzen.

**7** Kopfsalat-Gazpacho in Schalen oder Tellern anrichten und die gelben Salatherzblätter darauflegen. Mit den Knoblauch-Croûtons bestreuen und das grüne Kräuteröl darüberträufeln.





## Gebackener Blumenkohl mit Ei-Kapern-Vinaigrette

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 90 Minuten

Zutaten für 2 Portionen

### FÜR DIE EI-KAPERN-VINAIGRETTE

2 Eier, 1 kleine rote Zwiebel

½ Bund Schnittlauch

20 g kleine Kapern

2 rote Tomaten und 1 gelbe Tomate

30 ml weißer Balsamico-Essig

50 ml Traubenkernöl

1 Msp. Vadouvan-Gewürzpulver

Salz, Pfeffer, Zucker

### FÜR DEN GEBACKENEN BLUMENKOHL

1 Blumenkohl, Salz

15 g Panko-Panierbrot, 30 g Butter

grobes Meersalz

1 Für die Ei-Kapern-Vinaigrette die Eier in 10 Minuten hart kochen, dann kalt abschrecken und pellen. Danach die Eier in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel umfüllen.

2 Die Zwiebel abziehen, fein würfeln. Schnittlauch in Röllchen schneiden, zusammen mit den Zwiebelwürfeln und den Kapern zu den Eiern geben.

3 Die Tomaten einritzen, kurz mit heißem Wasser überbrühen und in Eiswasser abschrecken.

Die Haut von den Tomaten abziehen. Danach die Tomaten vierteln, entkernen und in Würfel schneiden. Die Tomatenstücke zu den Eiern geben.

4 Den weißen Balsamico mit dem Traubenkernöl verrühren und mit Vadouvan-Gewürz, Salz, Pfeffer sowie Zucker abschmecken. Anschließend die Vinaigrette zu den geschnittenen Zutaten geben und alles vermengen.

5 Für den gebackenen Blumenkohl den Strunk vorsichtig so weit herausschneiden, dass der Blumenkohl noch in einem Stück zusammenbleibt.

6 Den Blumenkohl gut waschen, von allen Seiten salzen und in eine Auflaufform setzen. So viel Wasser angießen, bis der Boden der Form bedeckt ist. Den Blumenkohl bei 180 Grad Umluft im Backofen in ca. 60 Minuten braun rösten.

7 Nach Ablauf dieser Zeit den Garpunkt des Blumenkohls überprüfen (mit einem Schaschlikspieß hineinstechen). Ist der Blumenkohl noch zu fest, den Garprozess verlängern.

8 Die Panko-Krümel zusammen mit der Butter in einer kleinen Pfanne zu goldbraunen Bröseln rösten und leicht salzen.

9 Den gebackenen Blumenkohl auf eine Servierplatte setzen, die Butterbrösel darüber verteilen und mit etwas grobem Meersalz bestreuen. Die Ei-Kapern-Vinaigrette um den Kohl herumgießen oder in einer Saucièrere dazureichen.

# GERICHTE, DIE EINFACH GLÜCKLICH MACHEN

DAS KOCH-DUO SONJA BAUMANN

UND ERIK SCHEFFLER IST SICHER:

„VEGETARISCHE STERNEKÜCHE IST NICHT NUR EIN KOMPROMIß, SONDERN EINE VOLLWERTIGE KULINARISCHE RICHTUNG, DIE GENAU SO VIEL AUFMERKSAMKEIT VERDIENT, WIE JEDE ANDERE.“



Für Frühstück mit Sternenflair müssen Sie nicht nach Köln. Sonja Baumann und Erik Scheffler verraten ihre besten Ideen nämlich im Buch „Brunch ist tot: Lang lebe das Frühstück!“ (Südwest Verlag, 22)



## Sonja Baumann & Erik Scheffler

Sterneköche und beste Freunde

✓ Dass Haut Cuisine auch lässig und cool aus der Reihe tanzen kann, beweist das dynamische Kochduo mit ihrem Restaurant NeoBiota. Weiße Tischdecken, Tafelsilber & Co. sucht man hier vergebens und aus der Musikbox dringt schon mal Rockmusik. Auch das Konzept ist außergewöhnlich: Bis 15 Uhr servieren Baumann und Scheffler nämlich köstliches Frühstück, ab 18.30 Uhr Fine Dining-Menüs auf höchstem Niveau. Egal für was Sie sich entscheiden, beides lohnt sich. **Restaurant NeoBiota, Ehrenstraße 43c, 50672 Köln** [www.restaurant-neobiota.de](http://www.restaurant-neobiota.de)

# Bauernkörbchen

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

Zutaten für 6 Portionen

## FÜR DEN BAUERNSALAT

200 g Gurke, 200 g Paprikaschote  
170 g Tomate, 100 g Feta (gibt es  
auch mit mikrobiellem Lab)  
50 g grüne Oliven, 10 ml Olivenöl  
20 g heller Balsamico-Essig  
Salz, Zucker, Pfeffer  
10 g frischer Oregano

## FÜR DIE BLÄTTERTEIGKÖRBCHEN

2 Pck. Blätterteig (im Kühregal)  
2 Eigelb, 100 ml Milch  
2 g Maldon-Salz bzw. Fleur de Sel  
6 Eier

## FÜR DEN KRÄUTERSALAT

250 g junger Mangold oder Wild-  
kräutersalat, 30 g frischer Oregano  
Salz, Pfeffer, 10 ml Olivenöl  
10 g heller Balsamico-Essig

**1** Für den Salat Gurke, Paprika (entkernt), Tomate, Feta und die Oliven klein würfeln. Mit Olivenöl, Essig, Salz, Zucker, Pfeffer und dem frisch geschnittenen Oregano würzen.

**2** Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Für die Körbchen eine Lage Blätterteig (lange Seite nach unten) ausbreiten und vertikal in 3 gleich große Stücke teilen. Die Stücke noch mal horizontal dritteln, sodass man nun 9 Rechtecke hat. Das Ganze mit der zweiten Lage Teig wiederholen, sodass nun 18 etwa gleich große Stücke entstehen.

Aus 12 Teigstücken mit einem runden Ausstecher mittig Löcher ausstanzen.

**3** Beide Eigelbe mit der Milch verrühren, alle Teigstücke damit bestreichen. Nun je 2 ausgestochene Teigstücke auf eins ohne Loch legen. Die oberste Schicht der Körbchen mit Salz bestreuen und die Körbchen auf ein Blech mit Backpapier setzen.

**4** Jedes Körbchen mit etwas Bauernsalat befüllen und je 1 Ei hineinschlagen. Im vorgeheizten Ofen 15–20 Minuten backen.

**5** Inzwischen die Salat- bzw. Kräuterblätter waschen, trocken schütteln und mit den übrigen Zutaten marinieren. Blätterteigkörbchen mit etwas Salat anrichten, servieren.



## Arancini

Vorbereitungs-/Abkühlzeit: ca. 90 Minuten

Zutaten für 2 Portionen

### FÜR DIE RISOTTO-BÄLLCHEN

2 Schalotten, 2 EL Olivenöl  
200 g Gerste, 50 g Haferflocken  
100 ml Weißwein, 1 l Gemüsefond  
1 Lorbeerblatt, 50 g gehobelter  
Parmesan, 7 g Salz, 10 g Zucker  
30 g Essig, 6 Cocktailtomaten  
Mehl fürs Blech, Öl zum Frittieren

### FÜR DIE PANADE

100 g Mehl, 2 Eier, 250 g grobes  
Paniermehl, 20 g Haferflocken

### FÜR DAS PESTO

40 g Basilikum, 20 g Petersilie  
10 g Minze, 50 g Parmesan  
30 g geröstete Pinienkerne  
3 g Salz, schwarzer Pfeffer, Olivenöl

**1** Schalotten abziehen, fein würfeln, im Öl glasig dünsten. Getreidekörner, Haferflocken zugeben, kurz mitdünsten. Wein angießen. Sobald der fast verkocht ist, ein Drittel vom Fond angießen, Lorbeerblatt zufügen. Hitzezufuhr halbieren und alles unter Rühren köcheln, bis die Brühe fast aufgesogen ist. Vorgang wiederholen, bis die Masse schön schlotzig ist, mit leicht bissfesten Körnern. Parmesan unterrühren und mit Salz, Zucker und Essig würzen. Dann abkühlen lassen.

**2** Abgekühlte Masse in 6 Portionen teilen. Mit angefeuchteten Händen jede Portion flach drücken, je 1 Tomate in die Mitte legen. Masse um die Tomate herum zur Kugel formen. Auf ein mehliertes Blech legen.

**3** Zum Panieren Mehl, verquirte Eier und Paniermehl-Haferflocken-Mischung jeweils in eine Schüssel füllen. Bällchen durchs Mehl rollen, abklopfen. Dann im Paniermehl-Mix, im Ei und noch mal im Paniermehl wälzen.

**4** Öl (evtl. in Fritteuse) auf 180 Grad erhitzen, Bällchen darin goldbraun ausbacken. Herausheben, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Fürs Pesto alle Zutaten (außer dem Öl) im Mörser oder Mixer zerkleinern. So viel Öl unterrühren, bis eine Paste entsteht. Arancini (kalt oder heiß) mit Pesto servieren.



# Helenes Birnen-Pancakes

Vor-Zubereitungszeit: ca. 70 Minuten

Zutaten für 6 Portionen

DAS BRAUCHT MAN: Metallringe  
(Ø ca. 8 cm, ca. 5 cm hoch)

## FÜR DEN PANCAKE-TEIG

7 Eier, 1 l Vollmilch, 200 g Zucker  
600 g Mehl, 3 EL Kakaopulver

## FÜR DEN SCHOKOPUDDING

500 ml Milch, 50 g Zucker  
200 g dunkle Schokolade  
30 g Speisestärke, 1 Eigelb

## FÜR DAS BIRNENKOMPOTT

1 kg Birnen, 100 g Zucker  
50 ml Zitronensaft  
Mark von 1/2 Vanilleschote

## AUSSERDEM

etwas Öl zum Einfetten

2 feste Birnen, Saft von 1 Zitrone  
Granola bzw. Müsli als Topping

**1** Eier trennen. Milch, Zucker und Eigelbe mixen. Mehl und Kakao einsieben und unterrühren. Eiweiß steif schlagen, Eischnee vorsichtig unterheben. Teig kalt stellen.

**2** Für den Pudding Milch (etwas Milch für die Stärke abnehmen) und Zucker aufkochen. Schokolade hacken, darin schmelzen. Stärke mit übriger kalter Milch glatt rühren, in die heiße Schokomilch rühren. Einmal aufkochen, vom Herd nehmen. Weiterrühren, bis die Masse nicht mehr kocht. Eigelb (mit Stabmixer) einmixen, Pudding bis zum Servieren etwas abkühlen lassen.

**3** Birnen waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen. Birnen in Stücke schneiden. Mit Zucker, Zitronensaft und Vanillemark zugedeckt garen, dabei ab und zu umrühren.

**4** Metallringe gut einfetten, in eine gusseiserne Pfanne stellen. Pfanne mitsamt den Ringen auf dem Herd erhitzen. Dann den Teig in die Ringe füllen und alles in den auf 190 Grad Umluft vorgeheizten Ofen schieben und 10–15 Minuten backen.

**5** Aus dem Ofen nehmen, Ringe entfernen. Pancakes auf Stufe 1 auf dem Herd noch je 1 Minute pro Seite nachbacken.

**6** Aus je 3 Schoko-Pancakes einen Turm bauen. Schokopudding darauflöffeln und mit Birnenkompott, dünn gehobelten frischen Birnscheibchen (vorher in Zitronensaft mariniert) und etwas Granola toppen.



# FULMINANTER ABSCHLUSS

Feinste Kuvertüre, erlesene Früchte sowie ausgewählte Gewürze treffen hier auf brillante Art und Weise aufeinander. So entstehen süße Träume wie Heidelbeer-Baisers mit Crème Chantilly oder Kokos-Schoko-Würfel mit einer Brombeer-Variation. Welch gelungenes Finish!

## Gefüllte Schokopraline, Engelshaar, Cassis

In der hauchdünn gegossenen Kugel verbirgt sich eine luftige Mousse aus Johannisbeeren und weißer Kuvertüre. Edles Blattgold on top verleiht Glamour pur.

REZEPT AUF SEITE 87



## Geeiste Pfirsich-Ravioli mit Himbeer-Ricotta

Das Sorbetbettet sich  
im fruchtigen Mantel,

**Limoncello** rundet ab.

Highlight dazu: **selbst  
gemachter Frischkäse**.

Bereit für diese neue  
Version der Teigtaschen?

Wir sind es!

REZEPT AUF SEITE 87





**Heidelbeer-Baisers  
mit Crème Chantilly**

Aprikosengelee,  
zarte Blütenblätter,  
**Limetten-Blaubeer-  
Sauce**, geeiste Früchte  
und **süße Tuffs**:

Diese Komponenten  
vereinen sich hier zu  
einem kulinarischen  
Gemälde. So edel!

REZEPT AUF SEITE 88

KUNST AUF  
DEM TELLER

## Geeiste Früchte auf Holundersirup

Drachenfrucht und vier Melonensorten bilden die Basis. Das im Grunde so simple Dessert überzeugt mit einer äußerst gelungenen Darstellung von Zutaten und Garnitur. Welche süßer Sommertraum.

REZEPT AUF SEITE 88





## RAFFINIERTES AROMENSPIEL

### Kokos-Schoko-Würfel, Brombeer-variationen

Mousse aus Kokosmilch, geschlagener Sahne, Rum und Limettensaft wird in weiße Kuvertüre gehüllt. Beeren im Ganzen sowie in Form von Sauce und Eis ergänzen gekonnt.

REZEPT AUF SEITE 89

### Passionsfrucht-Kaltschale mit Kokos-Baisers

Ob Erinnerung oder Vorfreude – das kühlende Mango-Passionsfruchtsüppchen mit Noten von Ingwer, Honig und Limette versprüht Urlaubsgefühle.

REZEPT AUF SEITE 89



# Traumhafte Dessert-Kreationen



## Gefüllte Schokopraline, Engelshaar, Cassis

Bild auf Seite 82

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 2 Stunden plus Wartezeit: über Nacht + ca. 3 Stunden

Zutaten für 4 Portionen

DAS BRAUCHT MAN: 8 Halbkugel-Silikonformen (Ø ca. 4 cm), kleine Muffin-Form (4 Mulden), Spritzbeutel, Flambierbrenner

170 g Zartbitter-Kuvertüre

200 g Schlagsahne

130 g weiße Kuvertüre

3 EL Schwarzer Johannisbeergeist

250 g Schwarze Johannisbeeren

4 EL Crème de Cassis (Johannisbeerkör), 140 g Zucker

40 g Agar-Agar-Mischung (siehe dazu die Info rechts am Seitenrand)

30 g Burrata (mit mikrobiellem Lab sowie 30 ml vom Einlegefond

30 ml Limettensirup

½ TL Lecithin, 2 EL Xanthan-Gelee (siehe dazu die Infos unterm Rezept)

100 g Kadayif (auch als „Engelshaar“ bekannte hauchdünne Teigfäden; in türkischen Lebensmittelläden)

50 g Butter

1 TL geriebene Orangenschale (Bio)

nach Belieben noch etwas Blattgold

(in den Lebensmittelabteilungen großer Kaufhäuser, in Feinkostläden oder online bestellen)

1 Am Vortag die dunkle Kuvertüre hacken und in einer Schüssel über einem heißen Wasserbad schmelzen. Halbkugel-Silikonformen innen vorsichtig mit Kuvertüre bestrichen. Kühlen, bis die Kuvertüre fest geworden ist. Vorgang noch mal wiederholen.

2 Für die Mousse die Sahne erhitzen. Die weiße Kuvertüre hacken und in der heißen Sahne schmelzen. Den Johannisbeergeist unterrühren. Die Mischung in eine Schüssel umfüllen und über Nacht auskühlen lassen.

3 Johannisbeeren waschen, putzen. Ein paar Beeren zum Garnieren beiseitenehmen. Die restlichen Beeren mit Crème de Cassis,

140 ml Wasser sowie 60 g Zucker aufkochen. 5 Minuten köcheln lassen. Dann die Beerenmischung pürieren und durch ein Sieb streichen. Nun mit der Agar-Agar-Mischung verquirlen und auskühlen lassen.

4 Burrata abgießen, dabei den Einlegefond auffangen. Käse mit 30 ml der Einlegeflüssigkeit, dem Limettensirup, Lecithin sowie dem Xanthan-Gelee fein pürieren.

5 Kadayif mit einem angefeuchteten Tuch bedecken, in ca. 30 Minuten weich werden lassen. Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Butter schmelzen und in 4 kleine Muffin-Mulden verteilen.

6 Teigfäden portionsweise (mit einer Gabel) einrollen bzw. zusammendrehen und in die Mulden legen. Im vorgeheizten Ofen in 12–15 Minuten goldbraun backen.

7 Inzwischen übrigen Zucker (80 g) und 50 ml Wasser zu Sirup kochen. Orangenschale unterrühren. Die goldbraunen Teigröllchen sofort und noch heiß mit dem Orangensirup übergießen. Dann erkalten lassen.

8 Mousse mit dem Handrührer aufschlagen, in Spritzbeutel füllen und auf 4 Schoko-Halbkugeln verteilen. Für 2 Stunden kühlen.

9 Halbkugeln vorsichtig aus den Formen lösen. Gefüllte Halbkugeln auf eine stabile Unterlage (z. B. einen Eierkarton) stellen, oberen Rand mit einem Flambierbrenner vorsichtig erwärmen. Zweite Kugelhälfte aufsetzen, gefüllte Kugeln kalt stellen.

10 Zum Anrichten Johannisbeerman und Schaum auf Teller verteilen. Engelshaar mittig anrichten. Schokokugeln evtl. mit etwas Blattgold belegen und daraufsetzen. Mit Johannisbeeren garnieren und servieren.

**Tipp:** Für die Geleekreise 150 ml Johannisbeersaft mit 1 Msp. Agar-Agar-Pulver 2 Minuten kochen. In einem mit Frischhaltefolie ausgelegten flachen Gefäß gelieren lassen. Nach dem Erkalten kleine Kreise ausstechen.

**Info:** Lecithin ist ein pflanzlicher Emulgator, sorgt also dafür, dass sich einzelne Bestandteile bzw. Zutaten besser miteinander verbinden. Das Granulat oder Pulver gibt es auf Soja- und auf Rapsbasis. Man bekommt es in Drogeriemärkten, Reformhäusern, kann es auch gut online bestellen (z. B. bei www.hobbybaecker.de). Infos über Xanthan siehe Seite 88, unterm Rezept Heidelbeer-Baisers.



## Geeiste Pfirsich-Ravioli mit Himbeer-Ricotta

Bild auf Seite 83

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 100 Minuten

plus Wartezeit: über Nacht / ca. 4 Stunden

Zutaten für 4 Portionen

750 ml Milch, 110 g Schlagsahne

3 EL Zitronensaft, Salz

4 Pfirsiche, Mark von ½ Vanilleschote

100 g Zucker, 6 EL Limoncello

1 TL fein abgeriebene Zitronenschale (Bio), 3 EL gefriergetrocknete Himbeeren (gehackt), ca. 12 Himbeeren evtl. Minzeblättchen, essbare Blüten

1 Milch und Sahne in einem Topf auf 80 Grad erhitzen. Zitronensaft einrühren und weiterröhren, bis die Mischung ausflockt. Mit einem Tuch bedeckt ca. 30 Minuten stehen lassen. Etwas Salz einröhren. Dann die Mischung in einem mit einem Tuch ausgelegten Sieb über Nacht abtropfen lassen.

2 Pfirsiche waschen. 2 Pfirsiche halbieren, entsteinen, in Stücke schneiden und mit der Hälfte Vanillemark, 80 g Zucker, 100 ml Wasser und 4 EL Limoncello unter Rühren erhitzen, bis die Pfirsiche sehr weich sind. Mischung in einem Mixer fein pürieren und durch ein Sieb streichen. Pfirsich-Mus einfrieren, dabei alle 15 Minuten mit einem Pürerstab aufschlagen. Wenn die Masse Sorbet-Konsistenz hat, mit 2 Löffeln kleine Nocken davon formen und auf einem gekühlten Teller im Froster aufbewahren.

3 Übrige Pfirsiche (am besten mit der Aufschnittmaschine) in feine Scheiben schneiden. Pfirsichscheiben mit 2 EL Limoncello einstreichen, je 1 geeiste Nocke daraufsetzen. Die Pfirsichscheiben zusammenklappen und erneut in den Froster stellen.

4 Entstandenen Ricotta mit Zitronenschale, übrigem Vanillemark, 20 g Zucker verrühren. Evtl. mithilfe von Dessertringen (Ø ca. 4 cm) auf Teller verteilen. Himbeerbrösel aufstreuen. Pfirsich-Ravioli anrichten, mit frischen Beeren und evtl. Minze / Blüten garnieren.

## Agar-Agar-Mischung

Dieses pflanzliche Geliermittel auf Algenbasis ist ein vegetarischer Ersatz für Gelatine.

Das Pulver muss allerdings erst in Flüssigkeit gekocht werden. Was oft nicht nur dem Aroma schadet,

sondern bei kleinen Mengen und bei Speisen, die nicht so stark erhitzt werden dürfen, zu Schwierigkeiten bei der Anwendung führt. Die praktische Lösung dafür: eine neutrale Mischung daraus kochen.

Die abgekühlte in alles, was angedickt werden soll, eingerührt werden kann – ohne dass man die Speise noch mal extra kochen müsste. Das Rezept für die Agar-Agar-Mischung siehe auf Seite 42.



Passende Weine finden Sie auf S. 54/55

# Cremig-fruchtige Kunstwerke, mit der



## Heidelbeer-Baisers mit Crème Chantilly

Bild auf Seite 84

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 2 Stunden plus Wartezeit: ca. 2 Stunden  
Zutaten für 6 Portionen

DAS BRAUCHT MAN: 2 Spritzbeutel mit Sterntüllen, 1 Spritzbeutel mit Lochtülle

3 EL gefriergetrocknete Heidelbeeren (pulverisiert)  
2 Eiweiß, 160 g Zucker  
1 Vanilleschote, 1 TL Essig  
1 Prise Salz, 200 g Aprikosen  
20 ml Zitronensaft  
1 Msp. Agar-Agar (vegetarisches Geliermittel), 70 g Heidelbeeren  
200 g Schlagsahne  
½ TL fein abgeriebene Orangenschale (Bio), 30 g Puderzucker  
3 EL Reissirup, 1 EL Limettensirup  
1 EL Xanthan-Gelee (siehe dazu die Info unter dem Rezept)  
blaue Blütenblätter (z. B. vom Borretsch, einer Kräuterpflanze)

1 Für die Baisers die Heidelbeeren in der Küchenmaschine noch feiner mahlen. Die Eiweiß mit 120 g Zucker und dem ausgekratzten Mark von einer halben Vanilleschote in einem Topf mischen. Alles unter Röhren erwärmen, bis sich der Zucker aufgelöst hat.  
2 Dann die Eiweißmischung in der Küchenmaschine aufschlagen. Essig und etwas Salz dazugeben und weiterschlagen, bis steifer Eischnee entstanden ist. Die Hälfte der Baiser-Masse in einen Spritzbeutel (mit mittlerer Sterntülle) einfüllen. Etwas vom Heidelbeer-Pulver unter die übrige Baiser-Masse mischen, den eingefärbten Schnee ebenfalls in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen.

3 Backofen auf 100 Grad Umluft heizen. Ein Blech mit Backpapier auslegen. Mit beiden Baiser-Massen (evtl. verschiedene große) Tufts auf das Backpapier spritzen. Tufts mit der Hälfte vom übrigen Beeren-Puder bestreuen.

4 Die Baiser-Tupfen im vorgeheizten Ofen in ca. 60 Minuten trocknen lassen (dabei einen Löffelstiel in die Backofentür klemmen und diese etwas geöffnet halten). Baisers abkühlen bzw. erkalten lassen und bis zum Servieren in einem luftdicht verschlossenen Gefäß aufbewahren.

5 Für das Gelee die Aprikosen waschen, entsteinen und würfeln. Fruchtstücke mit Zitronensaft, übrigem Zucker (40 g) und ca. 80 ml Wasser in 15 Minuten weich kochen. Das Agar-Agar einrühren und alles noch mal 2 Minuten kochen lassen. Mischung im Mixer fein pürieren und durch ein Sieb passieren. Dann in eine kleine rechteckige Form füllen. Masse fest werden lassen (dauert im Tiefkühler ca. 1 Stunde).

6 Die frischen Heidelbeeren auf einen Teller streuen und einfrieren.

7 Für die Crème Chantilly die Sahne steif schlagen und mit dem restlichen Vanillemark, der Orangenschale sowie dem Puderzucker aromatisieren. Crème Chantilly in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen.

8 Für die Sauce Reissirup, Limettensirup und das übrige Heidelbeerpulver verrühren. Das Xanthan-Gelee unterrühren.

9 Zum Anrichten die Sirup-Heidelbeer-Sauce dekorativ auf Teller verteilen (evtl. mit einem Pinsel aufstreichen und / oder mit den Zinken einer Gabel ein Muster bzw. Linien formen). Das Aprikosengelee in sehr kleine Würfel schneiden und diese auf die Sauce streuen. Die Crème Chantilly in kleinen Tupfen auf die Teller spritzen. Die Baisers darauf anordnen. Die gefrorenen Heidelbeeren auf den Tellern verteilen und mit Blütenblättern bestreut servieren.

**Info:** Xanthan ist ein rein pflanzliches Verdickungs- und Geliermittel, das noch dazu glutenfrei ist. Man verwendet es zum Andicken und Binden von Saucen, Desserts, Backwaren und auch für Eis. Xanthan (auf Englisch: Xanthan Gum) ist in Pulverform erhältlich, man findet es in gut sortierten Supermärkten oder bestellt es online. Wenn man das Pulver mit Wasser oder Saft anröhrt, erhält man fix eine angedickte Mischung. Die man dann in die gewünschte Speise einröhrt, was den Vorteil hat, dass man nicht warten muss, bis das Ganze geliert. Wie man dieses Xanthan-Gelee herstellt, siehe auf Seite 43.



## Geeiste Früchte auf Holundersirup

Bild auf Seite 85

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten plus Warte-/Gefrierzeit: ca. 1 Stunde  
Zutaten für 6 Portionen

¼ Wassermelone (am besten eine möglichst kernarme Sorte)

¼ Honigmelone

¼ Galia-Melone

¼ Cantaloupe-Melone

½ Drachenfrucht (diese Kakteenfrucht wird auch Pitahaya genannt)

4 EL Erdbeerpulver (fein gemahlene gefriergetrocknete Erdbeeren)

ca. 120 ml Holundersirup

essbare Blüten bzw. Blättchen zum Garnieren (z. B. Tagetes-, Erdbeerblätter) oder gefrorene Holunderblüten (siehe Tipp unten)

1 Alle Melonen und die Drachenfrucht schälen. Das jeweilige Fruchtfleisch in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und diese dann in Streifen teilen. Den Großteil der Streifen auf eine Länge von ca. 6 cm einkürzen, einige Streifen in Würfel schneiden.

2 Ein Backblech mit Frischhaltefolie überziehen und die Fruchtstücke abwechselnd dicht an dicht zu 6 Portionen zusammenlegen. Alles 1 Stunde einfrieren.

3 Beerenpulver (evtl. mit einer Schablone) auf einer Tellerhälfte verstreuen. Den Sirup auf die Tellerträufeln. Die Fruchtpäckchen mit einer Palette vom Blech abheben und auf den Sirup-Spiegel platzieren. Mit Blüten bzw. Blättern garnieren und servieren.

**Tipp:** Die Zeit der Holunderblüte ist kurz. Man kann die zarten weißen Blüten als ganzjährige Garnitur verwenden, wenn man kleine Dolden davon – locker in Gefrierboxen verstaut – einfriert.

## Brombeereis herstellen

**So macht man das Eis (zum Rezept „Kokos-Schoko-Würfel, Brombeer-variationen“, siehe rechts):**

200 g Kokosmilch mit ca. 200 g Brombeeren, 70 g Zucker, 2 EL Rum und 2 EL Limettensirup verühen. Fein pürieren, durch ein Sieb streichen und für mind. 2 Stunden tiefkühlen. Dabei die gefrierende Masse etwa alle 15 Minuten mit dem Stabmixer gut durchpürieren, bis ein cremiges Eis entstanden ist.

**Vom Eis mit einem Esslöffel kleine Nocken abstechen und diese auf einem Teller bis zum Servieren wie der einfrieren.**

# Garantie zum Verlieben!



## Kokos-Schoko-Würfel, Brombeervariationen

Bild auf Seite 86 links oben

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 90 Minuten  
plus Warte-/Gefrierzeit: ca. 6 Stunden

Zutaten für 4 Portionen

DAS BRAUCHT MAN:

4 Silikon-Eiswürfelformen (ca. 5 cm),  
Spritzbeutel mit sehr kleiner Lochtülle

400 ml Kokosmilch, 4 EL weißer Rum  
20 ml Limettensaft, 130 g Zucker  
ca. 2 g Agar-Agar, 160 g Schlagsahne  
320 g weiße Kuvertüre, 600 g Brombeeren, 80 ml Zuckerrohrsirup  
2 EL Zitronensaft, 2 EL Orangenlikör  
2 EL Limettensirup, evtl. Brombeerblättchen, Kokosnusscheiben

**1** Für die Würfel 200 ml Kokosmilch, 2 EL Rum, Limettensaft, 60 g Zucker und 1,5 g Agar-Agar aufkochen. 2 Minuten sprudelnd kochen, dann unter Rühren abkühlen lassen. Sahne steif schlagen, unterheben. Creme in die Eiswürfelformen verteilen, einfrieren.

**2** Weiße Kuvertüre hacken, über einem heißen Wasserbad schmelzen. 12 Brombeeren zur Hälfte in die Kuvertüre tauchen und auf einem Streifen Backpapier trocknen lassen.

**3** Gefrorene Mousse-Würfel aus der Form lösen und mit geschmolzener Kuvertüre (ca. 250 g) überziehen. Auf einem Gitter abtropfen lassen, dann in den Kühlschrank stellen.

**4** Für die Sauce 300 g Brombeeren mit Zuckersirup, Zitronensaft, Likör und 1 Msp. Agar-Agar 2 Minuten kochen. Pürieren, durch ein Sieb streichen, erkalten lassen.

**5** Wie man das Brombeereis macht, siehe links am Seitenrand.

**6** Zum Anrichten die übrige Kuvertüre evtl. noch mal schmelzen. In Spritzbeutel mit sehr kleiner Lochtülle füllen und als „Markierung“ für die Sauce auf die Teller spritzen. Brombeersauce darin verteilen. Brombeeren, halbierte Mousse-Würfel und Eisnöcken daneben anrichten. Evtl. mit Brombeerblättern und dünnen Kokosnusscheiben garnieren.



## Passionsfrucht-Kaltschale mit Kokos-Baisers

Bild auf Seite 86 rechts unten

Vor-/Zubereitungszeit: ca. 80 Minuten  
plus Warte-/Abkühlzeit: mind. 1 Stunde

Zutaten für 4 Portionen

FÜR DIE BAISERS

60 g Kokosraspel, 2 Eiweiß

60 g Puderzucker

1 TL Speisestärke, 1 TL Apfelessig

FÜR DIE KALTSCHALE

1 Mango, 1 Stück Ingwer (ca. 2 cm)

100 ml Kokosmilch

ca. 2 EL Honig oder Agavendicksaft

ca. 400 ml Passionsfruchtsaft

Saft von ½ Limette

2 reife Passionsfrüchte

## Ihr persönliches Kochbuch mit CEWE und Lust auf Genuss

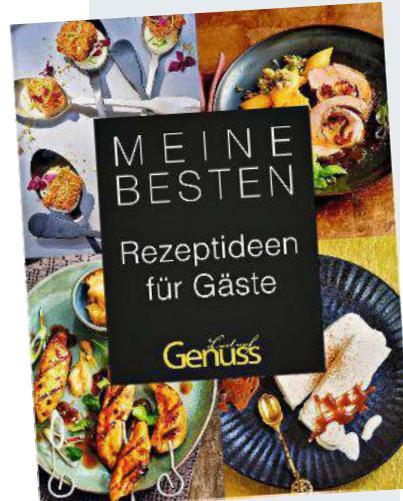
Sie suchen ein besonderes Geschenk oder möchten Ihre Lieblingsrezepte in einem persönlichen Album sammeln? Dann ist unser schönes, individuell gestaltbares Foto-Kochbuch genau das Richtige.

Kreieren Sie ein Kochbuch mit Ihren eigenen Lieblingsrezepten und Fotos – oder auch mit den besten Rezepten aus Lust auf Genuss.

Klicken Sie rein! Mehr Infos: <https://www.daskochrezept.de/lust-auf-genuss/foto-kochbuch>

Verschiedene Ausführungen möglich, zum Beispiel im Großformat mit Hardcover und 26 Seiten ab 26,95 EUR (zzgl. Versandkosten).

<https://www.cewe.de/cewe-fotobuch/fotokochbuch.html>



## ANZEIGE



Übernachtung im Luxushotel „Steigenberger Hotel Hamburg“, welches durch seine Kombination von hanseatischem Flair sowie Moderne ab Sommer vollständig in seinem neuen Glanz erstrahlen wird und wo exzellenter Hotelkomfort mit erstklassigem Service vereint wird



„Farm-to-Table“-Workshop mit Thomas Martin mit gemeinsamer Zubereitung einer Vorspeise sowie anschließendem Mittagessen



ÜBERRASCHUNG  
Freuen Sie sich auf  
einen exklusiven  
Kochkurs mit einem  
noch geheimen  
Spitzenkoch!

Tea-Taster Stefan Feldbusch sorgt dafür, dass Meßmer Tee das gewohnte „Mehr“ an Geschmack und Aroma bietet. Erfahren Sie Spannendes über hochwertige Tees und erleben Sie neue Genussmomente bei einem exklusiven Tea-Tasting

Mit freundlicher Unterstützung von:

STEIGENBERGER  
HOTEL  
HAMBURG



magazin *Lust auf*  
**Genuss**

# WOCHE NENDE IN HAMBURG



Das Hummer  
Pedersen zwischen  
Fischmarkt und  
Dockland hat lange  
Tradition und  
serviert besten  
Fisch und  
feine Meeresfrüchte

LUST AUF EINE KLEINE KULINARISCHE AUSZEIT?  
DANN SEIEN SIE BEI UNSEREM ERSTEN  
GENUSS-WOCHE  
NENDE IN HAMBURG DABEI

**Tauchen Sie ein ganzes Wochenende lang in unsere Genusswelten bei exklusiven Verkostungen, Workshops und Kochkursen ein. Nutzen Sie die Chance, sich zwei Tage lang mit Sterneköchen des Lust auf Genuss-Freundeskreises und gleichgesinnten Genussmenschen auszutauschen und inspirieren zu lassen.**

## PROGRAMM:

**Übernachtung** Zwei Übernachtungen im 5 Sterne Steigenberger Hotel Hamburg

**Freitag 27.10.2023:**

15:00 Ankunft & Get-together mit Redaktion  
Kochkurs mit gemeinsamen Abendessen

**Samstag 28.10.2023:**

Gemeinsames Frühstück  
Workshop: Fischwarenkunde: Einkaufen wie die Spitzenköche und gemeinsames Mittagessen im Hummer Pedersen

Workshop: Tee Verkostung  
mit Tee Sommelier Stefan Feldbusch  
Gemeinsamen Abendessen

**Sonntag 29.10.2023:**

Gemeinsames Frühstück  
Farm-to-Table Workshop mit Thomas Martin  
und gemeinsamen Mittagessen in Carls Bistro  
15:00 Verabschiedung und individuelle Abfahrt

**Preis:** 499 Euro pro Person im Doppelzimmer und 599 pro Person im Einzelzimmer. Inbegriffen sind zwei Übernachtungen mit Frühstück, Mittagessen und Abendessen (ohne Getränke) und das komplette Rahmenprogramm.



Ein Glas nicht ganz  
mittig auf den Teller  
stellen und das Pulver  
rundherum sieben



# PUDER ANRICHTEN

Kontraste setzen, Highlights hervorheben, Rahmen schaffen: Möchten Sie ein Gericht einmal ganz anders inszenieren, gelingt das easy mit Fruchtpulver, Kakao, gemahlenen Gewürzen oder Puderzucker. Hier Ideen, wie man Pulver innovativ und gekonnt einsetzt



Diese und weitere  
Tipps von Autorin  
Anke Noack gibt es im  
Buch „Der perfekte  
Teller“ (Christian  
Verlag, um 40 Euro)



Einen Schaumlöffel auf  
dem Teller platzieren,  
Pulver darauf sieben  
und dann den Löffel  
behutsam entfernen





Einen kleineren Teller umgedreht auf die Hälfte des Tellers legen. Puder rundherum sieben, sodass ein Halbkreis entsteht



Das Pulver vollflächig auf den Teller streuen. Mit einem Teelöffel von außen zur Mitte hin Linien ziehen



Wenig Pulver stoßweise quer auf den Teller sieben, sodass eine grobe Linie entsteht



Hälfte des Tellers mit einem Blatt Papier bedecken. Puder als breiten Strich auf den Teller sieben



# GEMÜSE IN FEINSTER FORM

KAROTTEN, ZUCCHINI UND KOHLRABI SIND IN DER GEHOBENEN KÜCHE  
LÄNGST HELDEN AUF DEM TELLER. WIR HABEN FÜR SIE 10 TIPPS  
FÜR AUSGEZEICHNETEN GENUSS „À LA LÉGUMES“



**KREATIV & NACHHALTIG**  
Maurizio Oster liebt es, Gemüse  
in all seinen verschiedenen  
Aroma-Facetten zu zeigen



#### STILVOLLES INTERIEUR

Entspannt zurücklehnen und den Abend genießen, das gelingt mühelos im „ZEIK“

#### ZEIK, HAMBURG

## Gaumenschmeichler aus dem Garten

**G**emüse hat eine so unglaubliche Vielfalt an Geschmäckern, das fasziniert mich“, erzählt Maurizio Oster, Inhaber und Küchenchef des Restaurants „ZEIK“. „Gepickt hat Kohlrabi zum Beispiel ein ganz anderes Aroma, als gebeizt. Wir arbeiten auch gern mit entsafteten und geräuchertem Kohlrabi als Sauce. Man kann so eine unglaubliche Tiefe erzeugen, ob-

wohl es eigentlich nur Kohlrabisaft mit ein bisschen Salz und Zucker abgeschmeckt ist.“ Schon als Kind aß der Sternekoch selbst gern Gemüse, am liebsten frisch geerntet aus dem großen Gemüsebeet des Vaters. Spargel, Rüben & Co.

stehen auch heute im Fokus seiner Küche. Im Prinzip gibt es nur ein Menü, das erstmal rein vegetarisch entwickelt wird. Die Gäste haben dann die Möglichkeit, es bei zwei Gängen mit Fleisch oder Fisch aufzustocken. „Eine herausragende Qualität unserer Lebensmittel ist uns wichtig, egal ob bei Gemüse, Fleisch oder Eiern“, sagt Oster, der bei Produzenten aus dem Hamburger Umland einkauft. „Der Winter ist natürlich eine Herausforderung, da ist die Vielfalt an Gemüse einfach knapp. Das lösen wir, indem wir beispielsweise Fonds, Pürees oder eingelegtes Gemüse im Sommer vorproduzieren.“

[www.zeik.de](http://www.zeik.de)

(2): Simone Schneider (3); Wim Jansen (4)



#### INTENSIU, HILDEN

## Veganes Fine-Dining-Paradies

Wer das Restaurant „intensiū“ betritt, dem fällt sofort das große Graffiti eines Mannes mit Brille ins Auge, das der Streetart-Künstler „NAC Smrt“ gestaltete (Bild rechts). Eine Hommage an Kristjan Bratec Opa, der das Hotel mit Gaststätte, in den 1960er-Jahren gründete. „Es war immer mein Plan, den Familienbetrieb zu übernehmen“, erzählt Kristjan Bratec, der sein Vorhaben, nach verschiedenen Stationen in der Hotellerie und Gastronomie, 2021 umsetzte.

„Gastro ist meine Leidenschaft“, erklärt Bratec. „Daher war mir klar, mit der Übernahme des Familienhotels eröffne ich auch ein Gourmetrestaurant.“ Gemeinsam mit seinem Küchenchef Lukas Jakobi serviert er den Gästen eine „mitteleuropäische Küche mit südostasiatischen Einflüssen. Der Genuss steht bei uns im Mittelpunkt, wir machen keine Kompromisse in der Qualität, aber bei uns geht es locker zu“, so der Hildener. „Die Gäste sollen sich wie bei Freunden auf der Couch fühlen, nur das Essen ist besser.“ Neben dem Menü mit Fisch und Fleisch stehen auch sechs rein vegane Gänge auf der Karte. „Wir entwickeln die Menüs auf Augenhöhe, das kommt gut an und hat sich mittlerweile hervorragend gesprochen. So sind wir ein bisschen das vegane Fine-Dining-Mekka im Rheinland geworden.“

[www.monopol-intensiue.de](http://www.monopol-intensiue.de)

#### TOLLES TEAM

Inhaber und Gastgeber Kristjan Bratec (rechts) mit seinem Küchenchef Lukas Jakobi





## GASTGEBER

### MIT HERZ

Andrea und Marcello Gallotti haben einen besonderen Gourmet-Ort geschaffen



## ERASMUS, KARLSRUHE

### Genuss mit Sinn

Wie kann man Schönes mit Gutem verbinden – darüber habe ich mir schon immer Gedanken gemacht“, erzählt Andrea Gallotti. „In unserem Restaurant streben mein Mann und ich eine möglichst ganzheitliche Nachhaltigkeit an.“ Die verwendeten Lebensmittel sind biozertifiziert und stammen fast ausschließlich aus der Region oder Europa. „Auch Handwerklichkeit ist uns wichtig, ein Produkt sollte eine Seele haben“, erklärt Gallotti, die bei Lieferanten ebenso auf soziale Standards achtet, wie beispielsweise Arbeitsbedingungen oder integrative Ansätze. „Gut ist, was schmeckt, das reicht einfach nicht mehr.“ Gekocht wird modern-italienisch mit französischen Einflüssen. „Die Familie meines Mannes stammt aus Napoli, der Toskana und dem Burgund, das hat natürlich auch seinen Küchenstil geprägt.“ Wählen kann man zwischen drei Menüs: „Flora e Prato“ (vegetarisch), „Terra e madre“ (mit Fleisch/Fisch) und „Plantae“ (vegan). „Bei uns können alle gemeinsam genießen, egal wie man sich ernährt.“

[www.erasmus-karlsruhe.de](http://www.erasmus-karlsruhe.de)

## AHEAD BURGHOTEL, LENZEN

### Vegane Auszeit auf der Burg

Das Hideaway ist der perfekte Ort für einen (Kurz-)Urlaub für alle, die sich vegan ernähren oder dies einmal ausprobieren möchten. Im „ahead Burghotel“ gibt es ausschließlich pflanzliche Speisen, vom leckeren Rührtofu über fluffige Pancakes oder knuspriges Müsli zum Frühstück im sonnendurchfluteten Wintergarten über „Curry Vurst“, Wildkräutersalat oder Pasta zum Lunch im Restaurant „place to V“. Besonders schwärmen die Gäste aber vom Dinner, bei dem das Küchenteam saisonale Köstlichkeiten in drei Gängen auf die Teller bringt. Spannend: Für alle Gerichte sind die CO2-Werte auf der Speisekarte angegeben. Auch außerhalb des Restaurants wird Nachhaltigkeit und klimabewusstes Handeln großgeschrieben. So sind die Zimmer beispielsweise mit Naturholzmöbeln, Bio-Bettwäsche und bioveganer Kosmetik ausgestattet. Ein kleines Paradies ist auch der große biozertifizierte Burggarten.

[www.aheadhotel.de](http://www.aheadhotel.de)



## GEMÜSE DE LUXE

Absolut köstlich und ein echter Hingucker sind die rein pflanzlichen Gerichte

## WEITERE TIPPS:

### SCHLOSS PRIELAU, ZELL AM SEE

#### Schlemmen am See

Feinstes Kopfkino entsteht schon beim Lesen des Titels des vegetarischen Menüs von Andreas Mayer: „Der Duft von Gemüse“. Die fünf bis sieben Gänge schmecken dann auch genauso wunderbar, wie sie klingen! Tipp: Reservieren Sie ein Zimmer im schönen Schlosshotel und genießen Sie ein ganzes Wochenende am Zeller See. [www.schloss-prielaus.at](http://www.schloss-prielaus.at)

### THE STAGE, DORTMUND

#### Dinner mit Aussicht

Der ideale Ort für einen besonderen Abend ist das schicke Restaurant in der 7. Etage des Dula-Centers in Dortmund. Den Gästen stehen zwei Menüs zur Wahl, vegetarisch oder mit Fisch und Fleisch. Restaurantmanager Ciro De Luca empfiehlt auf Wunsch die passenden Weine.

[www.thestage-dortmund.de](http://www.thestage-dortmund.de)

### COOKIES CREAM, BERLIN

#### Veggie Hauptstadt

Das Cookies Cream ist die erste Adresse für Liebhaber gehobener vegetarisch-veganer Küche in Berlin (vom Guide Michelin mit 1 Stern ausgezeichnet). Edle Leckerbissen mit Zutaten der Saison werden hier in fünf bis sieben Gängen serviert. Nach dem Dinner gehts noch auf einen Drink in die Bar. [www.cookiescream.com](http://www.cookiescream.com)

### MONDI, KASSEL

#### Green Cuisine

Genuss, Nachhaltigkeit und Regionalität vereinen Pelle Kossmann und sein Team in den beiden Menüs (vegetarisch oder omnivor). Neu ist die „Walk-In-Karte“ mit kleiner Speisenauswahl für alle, die unter der Woche gern spontan im Mondi vorbeischauen. [www.mondi-restaurant.de](http://www.mondi-restaurant.de)

### SEVEN SWANS, FRANKFURT

#### Vegan mit Sternchen

Das Seven Swans ist das einzige rein vegane Restaurant in Deutschland, das vom Guide Michelin mit einem Stern ausgezeichnet ist. Wahrlich große Kochkunst, was Küchenchef Ricky Saward und sein Team aus Gemüse, Wildkräutern & Co. auf die Teller zaubern. [www.sevenswans.de](http://www.sevenswans.de)

### FRIEDA, LEIPZIG

#### Modern & Regional

Die feinen Köstlichkeiten von Lisa Angermann und Andreas Reinke lässt man sich im Sommer am besten auf der schönen Terrasse des Restaurants servieren. Vegetarier bestellen das Menü „Frieda naturell“. [www.frieda-restaurant.de](http://www.frieda-restaurant.de)

# DU TRÄUMST VON DEINEM EIGENEN FERIENHAUS?



**Jetzt 2 Mio. €  
gewinnen &  
das Klima schützen.**

- ✓ Wöchentliche Gewinnchance auf 2 Mio. €
- ✓ Tägliche Gewinnchance auf 1.000 €
- ✓ Gewinne schon ab 2 richtigen Endziffern
- ✓ Klimaschutzprojekt deiner Wahl



**Clima-Los kaufen,  
gewinnen & Traum erfüllen.**

**Jetzt bestellen unter:  
[www.climaclic.de/lustaufgenuss](http://www.climaclic.de/lustaufgenuss)  
oder anrufen unter: 0781 969 039 709  
(Mo-Fr 8-18 Uhr, Sa 9-15 Uhr)**

**Clima  
Clic.**  
Die Klimalotterie.

Chance für den Höchstgewinn:  
1:10 Mio. – Ab 18 Jahren – Sucht-  
gefahr: Hilfe unter [www.bzgsg.de](http://www.bzgsg.de)

# REZEPT-REGISTER

Agar-Agar-Mischung (Basic) .....	42
Arancini .....	80
Aubergine, Safran, schwarzer Knoblauch .....	60
Auberginenpraline, Rote-Bete-Gelee, Sesamkrokant .....	31
Avocado und Tomate .....	67
Bauernkörbchen .....	79
Blumenkohl .....	64
Blumenkohl, gebackener, mit Ei-Kapern-Vinaigrette .....	77
Brokkoli, Mole, Gemüsejus .....	59
Bulgur-Zimtblüten-Granola und Brie-Espuma .....	19
Burgunder-Weißkäse auf Kresse .....	69
Burrata mit Topping aus pikanten Cerealien .....	41
Champignons, gefüllte, und panierte Artischocken .....	52
Crostini mit Rote-Bete-Kaviar und Wasabi .....	18
Eigelb, leicht pochiertes, auf Orangenpolenta .....	68
Früchte, geeiste, auf Holundersirup .....	88
Gnocchi mit Champignon-Farce und cremiger Vin-Jaune-Sauce ..	72
Gurke, süß eingelegte .....	61
Gurken-Gazpacho, geeister, mit Sumach .....	18
Heidelbeer-Baisers mit Crème Chantilly .....	88
Helenes Birnen-Pancakes .....	81
Höhlenkäsefondue, pochiertes Ei, Trüffelspanne .....	41
Kartoffelfond (Basic) .....	43
Kichererbsenfond (Basic) .....	43
Knusper-Brick mit Kirschsause .....	21
Kohlrabi-Soufflé mit Liebstöckel-Öl .....	50
Kohlrabi-Sorbet auf Estragon-Öl .....	40
Kokos-Schoko-Würfel, Brombeervariationen .....	89
Kopfsalat .....	63
Kopfsalat-Gazpacho mit Kräuteröl und Knoblauch-Croûtons .....	76
L'Asperge Au Vert .....	73
Lauch mit schwarzem Estragonreis .....	52
Meeresspaghetti mit Safransauce und Fenchel .....	51
Mini-Auberginen und Granatapfel-Honig .....	19
Paprika .....	65
Passionsfrucht-Kaltschale mit Kokos-Baisers .....	89
Pfirsich-Ravioli, geeiste, mit Himbeer-Ricotta .....	87
Radieschen und Möhren, Sous-vide-gegarte .....	50
Ravioli mit Kichererbsenfüllung .....	41
Rettichröllchen auf Brunnenkresseschaum .....	30
Salat von bunten Beten mit Stachelbeer-Dressing .....	30
Schokopraline, gefüllte, Engelhaar, Cassis .....	87
Selleriecremesuppe mit schwarzem Trüffel .....	19
Silberohrsalat mit Shiso und Daikon-Kresse .....	40
Steinpilz-Dim-Sum auf Ponzu-Schaum .....	40
<b>Titelrezept</b> Tarte Tatin von Kürbis und Schwedenkartoffeln .....	51
Tartelette aus Steinpilzen, Salbei und PX-Essig .....	71
Tofu-Carpaccio mit Yuzu-Miso-Dressing .....	29
Tomaten – aus dem Ofen .....	22
Tomaten – Carpaccio .....	23
Tomaten – Cocktail .....	22
Tomaten – gefüllt .....	22
Tomaten – im Pastakörbchen .....	22
Tomaten-Consommé .....	30
Tomatenbrot mit grün-schwarzer Guacamole .....	18
Tomatenfond (Basic) .....	42
Tomatensalat, bunter, mit Burrata-Schaum .....	75
Xanthan-Gelee (Basic) .....	43
Ziegenkäseröllchen in der Amaranth-Panade .....	31

Titelmotiv: Stockfood Studios/Julia Hoersch



## IMPRESSUM

Chefredakteurin: Gaby Höger (V.i.S.d.P.)

Stellv. Chefredakteurinnen: Sonja Vignold

Art-Direktorin: Katharina Schindler-Schwede

Produktionsleitung: Anna Talla

Textchefin Rezepte: Irmgard Schultheiß

Chefin vom Dienst: Kathrin Brandenburg

Redaktion Print + Online: Tina Eder, Mandy Giese (Bildredaktion),

Anja Hanke (Textchefin), Regina Hemme (Workflowmanagerin),

Christina Hofer, Svenja Köllmer (Volontärin),

Marianne Schüsseler (Praktikantin), Nicole Steinbrecht

Fotografie: Julia Hoersch

Rezeptautor/ Foodstyling: Nicole Reymann

Styling: Krisztina Zombori

Mitarbeiter dieser Ausgabe: Christina Hilkner (fr.),

Maren Zimmermann (fr.)

Repo: Florian Kraft

Redaktionssekretariat: mfh-office@burda.com

Leserservice: leserservice.lustaufgenuss@burda.com

Verantwortlich für den Redaktionsteil: Gaby Höger,

Anschrift siehe Verlag.

Lust auf Genuss erscheint 13 x jährlich im

BurdaVerlag Publishing GmbH,

Hubert-Burda-Platz 1, 77652 Offenburg.

Anschrift Redaktion:

Arabellastraße 23, 81925 München,

Telefon +49 (0) 89 9 25 00

www.lust-auf-genuss.de

Verleger: Prof. Dr. Hubert Burda

Geschäftsführung: Oliver Eckert, Manuela Kampp-Wirtz, Elisabeth Varn

Brand Director: Regina Runte

Marketing & Business Development: Hannah Rackwitz

Senior Operations Manager: Frauke Fabel

BCN Brand Community Network GmbH

Geschäftsführung: Tobias Conrad, Philipp Welte

Telefon +49 (0) 89 92 50 27 70 oder +49 (0) 81 84 34 34

Verantwortliche Management: Meike Nevermann (Ltg.), Andrea Reindl

Verantwortlich für den Anzeigenenteil: Katja Schomaker,

AdTech Factory GmbH, Hauptstraße 127, 77652 Offenburg.

Es gilt die aktuelle Preisliste, siehe bcn.burda.de

Burda Service-Handel-Märkte GmbH

Head of Retail: Klara Marton

Tel. 0781/84 2265

Einzelpreis in Deutschland: € 4,50 inklusive MwSt.,

Abonnementpreis: € 4,50 pro Heft inklusive MwSt.,

Abonnenten-Service: BurdaVerlag Publishing GmbH,

Postfach 290, 77649 Offenburg, Telefon +49 (0) 781 63 96 535,

Anruf zum Ortsruf, E-Mail: burdaverlag@burdadirect.de,

Bestell-Hotline: +49 (0) 1806 - 93 94 00 66,

20 Cent/Verbindung aus allen deutschen Netzen.

Einzelheftbestellung:

Internet: www.burda-foodshop.de

E-Mail: Kundenservice@meine-zeitschriften.de

Datenschutzanfrage:

Tel. +49 (0) 7 81 6 39 61 00, Fax +49 (0) 7 81 6 39 61 01,

E-Mail: lustaufgenuss@datenschutzanfrage.de

Druck: Quad/Graphics Europe Sp. z o.o.,

Ul. Pultuska 120, 07-200 Wyszków, Polen

Nachdruck nur mit Erlaubnis der Redaktion.

Alle Rechte vorbehalten. ISSN 0933-0828.

Mit dem Wort ANZEIGE gekennzeichnete Seiten sind vom Werbetreibenden gestaltet und nicht Teil des redaktionellen Inhalts.

[www.facebook.com/lustaufgenuss](https://www.facebook.com/lustaufgenuss)



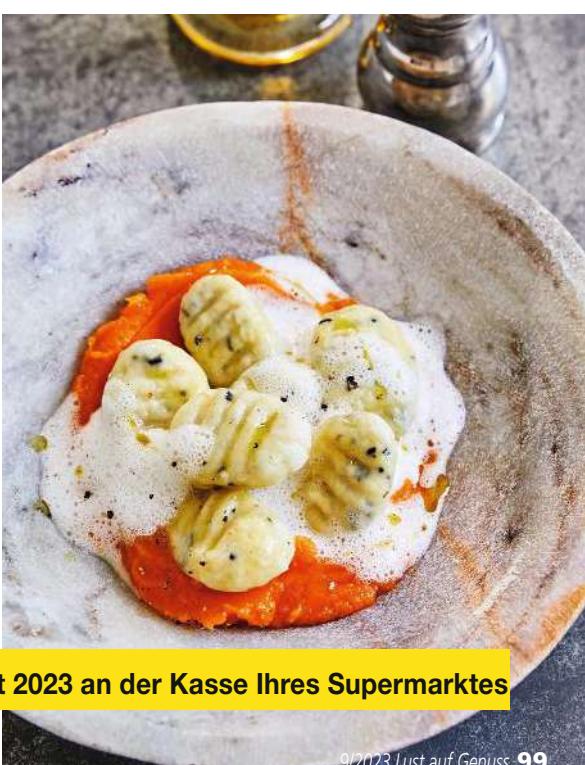
magazin

# Lust auf Genuss

EINE KULINARISCHE REISE  
DURCH DIE TOSKANA  
WIR LIEBEN BELLA ITALIA!



Feinstes Olivenöl, sonnengereifte Tomaten oder frisches Brot? Träumen Sie sich mit den besten Gerichten der Toskana auf dem Teller in charmante Dörfer oder in malerische Landschaften. Genießen Sie Urlaub zu Hause und erleben Sie die beliebten Aromen und Traditionen einer der schönsten Region Italiens auf Ihrer Terrasse oder dem Balkon.

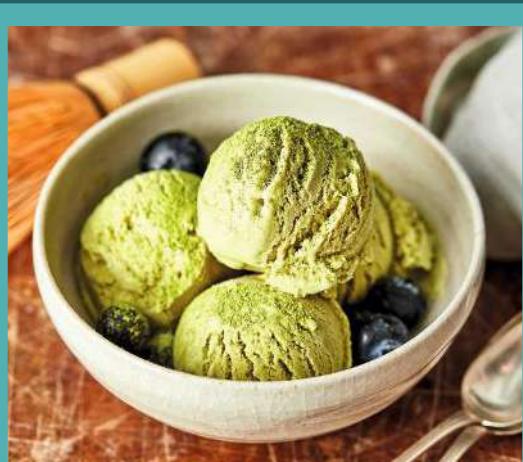


Freuen Sie sich aufs nächste Heft! Ab 23. August 2023 an der Kasse Ihres Supermarktes

# WIR MACHEN KOCHEN EINFACH!

Die neue digitale Plattform für Food-Lover und Kochanfänger – **hier findet jeder das beste Rezept:**

**einfachkochen.de**



Jetzt **ENTDECKEN** und  
**NACHKOCHEN**

**EINFACH  
KOCHEN**