

Rezepte zum Livekochen am Samstag, dem 02.05.2020

Die drei Gänge:

Vorspeise:

Zweierlei Spargelsalat
mit Bärlauch und geräucherter Forelle

Hauptgang:

Schweinefilet in Kräutern pochiert
mit Erbsen und confierter Kartoffel

Nachspeise:

Schokoladenkuchen
mit Rhabarberkompott und marinierten Beeren

Zubereitungshinweise

Vorspeise

Spargelsalat:

Den Spargel schälen und die holzigen Enden abschneiden. In kochendem Salzwasser mit Zitronensaft, Salz und Zucker bissfest garen.

Bärlauch und Petersilie waschen und in einen Mixbecher geben. Rapsöl und Honig zugeben und mit dem Pürierstab mixen, gehackte Pinienkerne und Parmesan zugeben mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Spargel mit dem Bärlauch Pesto marinieren und anrichten.

Hauptgang

Schweinefilet:

Kräuter waschen und fein schneiden. Das parierte Schweinefilet mit Rapsöl bestreichen und in Kräutern rollen, dann in Frischhaltefolie und Alufolie zu einem Bonbon einpacken. Das Fleisch in einem Topf mit Wasser (Dampfgarer / Sous-vide-becken) bei 70-80 °C 20 Minuten garen.

Erbsenpüree:

Die Schalotten schälen und in Würfel schneiden. Diese in einem Topf mit 50 g Butter angehen lassen, 400 g aufgetaute Erbsen hinzufügen. Etwas angehen lassen, mit Weißwein ablöschen, kurz einkochen, mit Salz, Pfeffer, Zucker würzen.

Sahne hinzufügen und fünf Minuten dünsten. Danach im Mixer sehr fein pürieren.

Karotten & Erbsen:

Möhren schälen und in kleine Würfel schneiden. In einem Topf mit Gemüsebrühe geben und leicht köcheln lassen, nach 10 Minuten die 200 g Erbsen dazugeben und fertig garen.

Confierte Kartoffel:

Die geschälten Kartoffeln in Würfel schneiden.

500 ml Rapsöl mit Knoblauch, Rosmarin, Thymian in einem Topf erhitzen. Die Kartoffeln hinzugeben, die Temperatur runter schalten und 30 Minuten im Rapsöl confieren. Etwa 2-3 mal während des confieren die Kartoffeln vom Topfboden lösen.

Nachspeise

Schokoladenkuchen:

Butter mit der Schokolade über dem Wasserbad schmelzen.

Kakaopulver und Mehl sieben und unter die aufgelöste Schokolade rühren. Den Zucker mit einem Stabmixer unter das Vollei mixen, dann vorsichtig unter die Schokoladenmasse geben.

Den Teig in einen Spritzbeutel geben und kalt stellen. Die Masse in gebutterte Förmchen (ca. 7,5 cm Durchmesser und 4 cm Höhe) geben, im vorgeheizten Backofen bei 220 °C Ober-/Unterhitze, 7 bis max. 10 Minuten backen.

Rhabarber:

Die Rhabarberstangen schälen und klein schneiden, mit Zucker vermischen und 20 Minuten ziehen lassen. Rhabarber abtropfen, den Saft mit der Vanilleschote aufkochen lassen und den Rhabarber hinzufügen und garen, so dass der Rhabarber einen leichten Biss behält. Den Rhabarber abkühlen lassen.

Beeren-Marinade:

5 cl Wasser mit Vanillemark, Zitronensaft und Zucker aufkochen und abkühlen lassen. Die gewaschenen und geschnittenen Beeren einige Minuten in der Marinade ziehen lassen.