



Die Küstenkerls kochen für die Küstenladies

DAS MENUE

Amuse-Bouche

Nordsee-Krabben | Brioche | Zitronenbutter | Schnittlauch

Vorspeise

Lauwarmer Spargel | Dijon-Vinaigrette | confierte Kirschtomate | geröstete Pinienkerne

Zwischengang

Kleine Soupe à l'oignon | Gruyère | Baguette-Croûton

Hauptgang

Coq au vin | Speck | Schalotten | Champignons | Kartoffelstampf
geschmortes Wurzelgemüse

Dessert

Tarte Tatin | Apfel aus dem Alten Land | Calvados | Vanillesahne | Meersalz

Digestiv

Kir Royal. Cremant und Crème de Cassis.

Amuse Bouche Nordsee-Krabben auf Brioche mit Zitronenbutter und Schnittlauch

Zutaten:

100 g Nordsee-Krabben
4 Scheiben Brioche
80 g weiche Butter
Abrieb 1 Bio-Zitrone
1 TL Zitronensaft
2 EL fein geschnittener Schnittlauch
Fleur de Sel
Frisch gemahlener weißer Pfeffer

Zubereitung:

Die weiche Butter mit Zitronenabrieb und Zitronensaft verrühren. Mit einer Prise Fleur de Sel und etwas weißem Pfeffer abschmecken.

Die Brioche-Scheiben in einer Pfanne ohne Fett oder im Toaster goldbraun rösten. Anschließend in kleine Rechtecke, Kreise oder Dreiecke schneiden.

Die noch leicht warmen Brioche-Stücke mit der Zitronenbutter bestreichen.

Die Nordsee-Krabben locker darauf verteilen und mit fein geschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Bis zum Servieren kühl stellen und kurz vor dem Servieren auf Raumtemperatur kommen lassen.

Vorspeise

Lauwarmer Spargel mit Dijon-Vinaigrette, confierten Kirschtomaten und Pinienkernen

Zutaten:

800 g weißer Spargel
250 g Kirschtomaten
2 EL Olivenöl
1 Zweig Thymian
40 g Pinienkerne
Dijon-Vinaigrette
1 EL Dijon-Senf
2 EL Weißwein- oder Himbeeressig
1 TL Honig
5 EL mildes Olivenöl
Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Den Backofen auf 120 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kirschtomaten ganz oder halbiert (dann mit der Schnittfläche nach oben) in eine kleine Auflaufform legen. Mit Olivenöl beträufeln und den Thymian zufügen. Die Tomaten etwa 60 Minuten im Ofen langsam garen, bis sie leicht geschrumpft und aromatisch sind.

Den Spargel sorgfältig schälen und die holzigen Enden entfernen.

Wasser mit etwas Salz und einer kleinen Prise Zucker zum Kochen bringen. Den Spargel je nach Dicke 10 bis 12 Minuten garen, bis er weich, aber noch leicht bissfest ist.

Für die Vinaigrette Senf, Weißweinessig und Honig verrühren. Das Olivenöl langsam einarbeiten, bis eine cremige Emulsion entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Pinienkerne in einer trockenen Pfanne goldbraun rösten und anschließend aus der heißen Pfanne nehmen.

Den noch warmen Spargel auf Tellern anrichten. Die Dijon-Vinaigrette darüber verteilen und mit den confierten Kirschtomaten sowie den gerösteten Pinienkernen garnieren.

Zwischengang: Kleine Soupe à l'oignon gratinée

Zutaten (für 4 Portionen):

800 g Zwiebeln (gelb oder gemischt, fein in Ringe geschnitten)
40 g Butter
1 EL Olivenöl
1 TL Zucker
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
1 EL Mehl
1 Liter Rinder- oder Gemüsebrühe (kräftig!)
100 ml trockener Weißwein (optional, aber klassisch)
Salz, Pfeffer, Thymian (nach Geschmack)
1 Lorbeerblatt

Zum Überbacken:

4 Scheiben Baguette oder Landbrot
100 g geriebener Gruyère, Emmentaler oder Comté

Zubereitung:

Zwiebeln karamellisieren:

In einem großen Topf Butter und Öl erhitzen.

Zwiebeln und Zucker dazugeben, bei mittlerer Hitze langsam 25–30 Minuten schmoren, bis sie goldbraun und süßlich sind.
(Geduld ist hier das Geheimnis!)

Aromatisieren:

Knoblauch hinzufügen, kurz mitbraten.

Dann das Mehl über die Zwiebeln streuen, einrühren und 1–2 Minuten anschwitzen (das bindet die Suppe leicht).

Ablöschen:

Mit Weißwein ablöschen, kurz einkochen lassen.

Dann Brühe, Lorbeerblatt und Thymian zugeben.

Etwa 20 Minuten sanft köcheln lassen, bis sich alles gut verbunden hat.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Brot & Käse:

Währenddessen Brotscheiben im Ofen rösten.

Danach mit Käse bestreuen und kurz überbacken, bis der Käse schmilzt und goldbraun wird.

Servieren:

Suppe in feuerfeste Schalen füllen, die Käse-Brotscheiben darauflegen und unter dem Grill (oder im Ofen bei 220 °C) 5–7 Minuten gratinieren, bis alles schön überbacken ist.

Hauptgang

Klassischer Coq au Vin mit Kartoffelstampf und geschmortem Wurzelgemüse

Zutaten

1,5 kg Hähnchenschenkel oder Keulen
150 g durchwachsener Speck
250 g Schalotten
250 g Champignons
1 Flasche kräftiger Rotwein (Burgunder)
300 ml Geflügelfond
2 EL Tomatenmark
2 Knoblauchzehen
2 Lorbeerblätter
2 Zweige Thymian
2 EL Butter
1 EL Mehl
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Die Hähnchenteile zusammen mit Knoblauch, Lorbeer, Thymian und Rotwein mindestens 12 Stunden marinieren. Das Fleisch aus der Marinade nehmen und sorgfältig trocken tupfen. Die Marinade aufbewahren.

Den Speck in kleine Würfel schneiden und in einem großen Schmortopf langsam auslassen. Sobald er leicht knusprig ist, herausnehmen und beiseitestellen.

Die Hähnchenteile im ausgelassenen Speckfett rundum kräftig anbraten, bis sie eine goldbraune Farbe angenommen haben. Die geschälten Schalotten zufügen und einige Minuten mitrösten. Anschließend das Tomatenmark einrühren und kurz anschwitzen.

Mit der Rotweinmarinade und dem Geflügelfond ablöschen. Speck, Lorbeer und Thymian zugeben. Einmal aufkochen lassen und anschließend bei geringer Hitze etwa 60 bis 75 Minuten sanft schmoren.

Die Champignons putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Kurz vor dem Servieren in Butter kräftig anbraten und zum Coq au Vin geben.

Die Sauce nach Geschmack etwas einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Fleisch sollte am Ende besonders zart sein und sich leicht vom Knochen lösen.

Tarte Tatin vom Apfel mit Calvados, Vanillesahne und Meersalz

Zutaten (4 Personen)

6 säuerliche Äpfel
120 g Zucker
60 g Butter
2 EL Calvados
1 Rolle Blätterteig
Fleur de Sel
Vanillesahne
250 ml Schlagsahne
1 Vanilleschote
20 g Zucker

(Runde Pieform 24-26 cm Durchmesser)

Zubereitung

Die Äpfel schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen.

Den Backofen auf 190 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Zucker in einer ofenfesten Pfanne oder Tarteform bei mittlerer Hitze langsam schmelzen lassen. Sobald ein goldbraunes Karamell entstanden ist, die Butter zugeben. Die Butter schäumt zunächst stark auf; durch vorsichtiges Rühren verbinden sich Butter und Karamell zu einer homogenen Masse - diese Masse dann in einer mit Backpapierausgelegten Pie- oder glatten Backform verstreichen

Den Calvados drüberträufeln und anschliessend die Apfelviertel dicht und möglichst dekorativ / im Kreis in das Karamell setzen. Die Äpfel dürfen sich leicht überlappen, da sie beim Garen an Volumen verlieren.

Den Blätterteig auf die Größe der Form zuschneiden und über die Äpfel legen. Die Ränder vorsichtig zwischen Äpfel und Formrand einschlagen.

Die Tarte 30 bis 35 Minuten backen, bis der Blätterteig goldbraun und knusprig ist.

Nach dem Backen die Form etwa fünf Minuten ruhen lassen. Anschließend einen großen Teller auflegen und die Tarte vorsichtig stürzen.

Für die Vanillesahne das Vanillemark mit dem Zucker vermischen und unter die geschlagene Sahne heben.

Die Tarte kalt oder noch leicht warm servieren und mit Vanillesahne sowie einer kleinen Prise Fleur de Sel vollenden.

Kochevent: Die Küstenkerls kochen für die Küstenladies
Beilagen: Kartoffelstampf & Wurzelgemüse

Kartoffelstampf

Zutaten:

800 g mehligkochende Kartoffeln
80 g Butter
150 ml heiße Milch
Salz
Muskatnuss

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen und in gleich große Stücke schneiden.
In leicht gesalzenem Wasser etwa 20 Minuten weich kochen.
Das Kochwasser abgießen und die Kartoffeln kurz ausdampfen lassen.
Die Kartoffeln mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken.
Butter und heiße Milch nach und nach zugeben und zu einer cremigen Konsistenz verarbeiten.
Mit Salz und frisch geriebener Muskatnuss abschmecken.

Der Kartoffelstampf sollte locker und luftig bleiben und nicht zu stark gerührt werden.

Geschmortes Wurzelgemüse

Zutaten:

2 Möhren
2 Petersilienwurzeln oder halbe kleine Sellerieknolle
1 Pastinake
1 EL Butter
100 ml Geflügelfond
1 TL Honig
Salz

Zubereitung:

Möhren, Petersilienwurzeln und Pastinake schälen und in gleichmäßige Stifte schneiden.
Die Butter in einer großen Pfanne erhitzen und das Gemüse darin einige Minuten anschwitzen.
Geflügelfond und Honig zugeben und die Pfanne mit einem Deckel verschließen.
Das Gemüse etwa 15 Minuten sanft schmoren, bis es weich ist.
Den Deckel entfernen und die Flüssigkeit fast vollständig einkochen lassen. Dabei erhält das Gemüse einen feinen Glanz. Mit etwas Salz, Pfeffer abschmecken und warm servieren.