



Flying Ducks

Fine Cooking - Fine Dining

Kir

*2023er Grauer Burgunder
A. Diehl Edesheim*

*2023er Love & Hope Rosé
St. Antony Nierstein*

*2022er Masso Antico
Primitivo Salento Puglia*

Tegernseer Hell

Fiege Frei

Mineralwasser

Espresso

Kochabend in Bochum

16. November 2024

Meeresfrüchtesalat

Stangenbrot

Kalbsfilet

Pilzsauce

hausgemachte Spätzle

Lebkuchenparfait

Mangokompott

Meeresfrüchte Salat

Zutaten:

2 kg Meeresfrüchte
LolloRosso
2 Zitronen / etwas Balsamico
Ölivenöl
1 Bund Petersilie
Salz / Pfeffer / Zucker
Stangenbrot

Zubereitung:

Backofen auf 100°C vorheizen für das Brot.

LolloRosso waschen schleudern und in nicht zu kleine Blätter zupfen

Mit Hilfe des Induktionsfeldes ca. 2 Liter Wasser zu Kochen bringen.
Etwas Salz hinzugeben.

Die Meeresfrüchte hinzugeben und einmal kurz aufkochen lassen.
Die Tiere abseihen.

Aus dem Saft der Zitronen, Balsamico, Salz, etwas Zucker, und Pfeffer eine Salatsauce anrühren. Ev. etwas Wasser hinzugeben. Einen Teil zurückhalten

Die noch warmen Tiere und die Sauce in eine Schlüssel geben und umrühren.
Die Petersilie klein hacken und auch in die Schlüssel geben.

Den LolloRosso mit dem Teil Salatsauce nappieren.

Stangenbrot im Backofen erwärmen.

Anrichten:

Zuerst ein Nest aus LolloRosso auf dem Teller auslegen

Dann den Meeresfrüchtesalat darauflegen. (ca. 200gr pro Person) Ev. einen Ring benutzen. Brot aus dem Ofen aufschneiden und Salat und Brot einsetzen.

Spätzle

Zutaten:

1 kg Mehl

10 Eier

Salz

Muskatnussl

Zubereitung:

Mehl und Eier eine Prise Salz und geriebene Muskatnuss in der Küchenmaschine zu einem Teig schlagen. Der Teig sollte fluffig sein und nicht zu fest. Ev. etwas Wasser dazu geben.

Mit dem Indufeld einen großen Topf mit Wasser zum Kochen bringen.

Den Teig mit der Spätzlepresse in das kochende Wasser drücken. Spätzle mit dem Schaumlöffel aus dem kochenden Wasser rausholen und in einer Schüssel mit kaltem Wasser abschrecken.

Anrichten:

Kurz vor dem Einsetzen des Kalbsfilets sollen die Spätzle noch mal angebraten werden.

Die gebratenen Spätzle in vorgewärmte Schüsseln geben und ebenfalls einsetzen.

Pilzsauce

Zutaten:

2 Schalotten, 4 EL Öl

150 Whisky

1200 ml Waldpilzfond

2 Lorbeerblätter

4 EL getrocknete Mischpilze, Egerlinge oder Champignons

500 g frische Pilze (z.B. Steinpilze, Pfifferlinge oder Champignons)

1 EL gehackte Petersilie

Salz, Pfeffer aus der Mühle

50 ml Demi Glace

200 ml Sahne

5 EL kalte Butter

1 Prise Cayennepfeffer

Zubereitung:

1

Die Trockenpilze in Whisky einweichen.

Die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden und in einem Topf in

1 EL Öl glasig andünsten. Mit Waldpilzfond auffüllen, das Lorbeerblatt dazugeben und die Zwiebeln weich köcheln lassen. Die Sauce 20 Minuten ziehen lassen

2

Inzwischen die frischen Pilze putzen, und klein schneiden. In einer Pfanne im übrigen Öl anbraten, die Petersilie dazugeben, salzen und pfeffern.

3

Nach den 20 Minuten die Lorbeerblätter aus der Brühe nehmen, die Whiskypilze dazugeben und die Sauce mit dem Stabmixer pürieren.

Demi Glace mit der Sahne dazugeben, die kalte Butter einmixen. Die fertige Sauce mit Salz, und Cayennepfeffer abschmecken und die gebratenen Pilze daruntermischen.

Anrichten:

Einen Teil als Saucenspiegel für die Teller verwenden, den anderen Teil auf den Tisch einsetzen.

Kalbsfilet mit Pilzsauce

Zutaten:

2 kg Kalbsfilet

Butterschmalz

Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Den Herd auf 120°C vorheizen.

Das Fleisch salzen und in der Pfanne mit Butterschmalz anbraten.

Danach in den Herd geben.

Solange drin lassen, bis das Fleisch eine Kerntemperatur von 55 – 58°C hat.

(ca: 15min)

Danach raus aus dem Ofen und in Alufolie einwickeln und 5 Minuten ruhen lassen.

Anrichten:

Teller im Herd kurz erwärmen. Dann einen Saucenspiegel auf den Teller geben.

Das Fleisch in Tranchen aufschneiden und auf den Saucenspiegel geben, mit Pfeffer aus der Mühle bestreuen.

Die restliche Sauce in eine Sauciere geben.

Mangokompott

Zutaten:

3 Mangos
90 g Zucker
150 ml Wasser
20ml Orangenlikör

Zubereitung:

Die Mango waschen, schälen, entkernen und in 1 cm große Würfel schneiden. Die Hälfte der Mango Würfel mit Zucker und Wasser zusammen in einen kleinen Topf geben und für 5 Minuten auf mittlerer Stufe weichkochen. In einen hohen Becher geben und mit dem Pürierstab für einige Minuten sämig pürieren. Die restlichen Mango-Würfel, sowie den Orangenlikör dazu geben und alles mischen, das Kompott servieren.

Lebkuchenparfait (das Eis ca 5 Minuten vor dem Anrichten aus dem Froster nehmen)

Zutaten:

4 Eier (M)
600ml Sahne
100 g Zucker
4 TL Zimt
2 Msp. Lebkuchengewürz
4 Aachener Kräuterprinten

Zubereitung:

Die Eier trennen und die Eigelbe mit dem Zucker und den Gewürzen cremig hell aufschlagen.
Die Sahne steif schlagen und zunächst in den Kühlschrank stellen.
Das Eiweiß mit einer Prise Salz ebenfalls sehr steif schlagen.
Zuerst die Sahne vorsichtig unter die cremige Eigelbmischung rühren.
Danach das steif geschlagene Eiweiß unterheben.
Die Printen in feine Würfel schneiden und vorsichtig unter die Masse heben.

Eine kleine Kastenkuchenform mit Backpapier auslegen oder eine Silikonform nehmen und die Lebkuchenparfaitmasse einfüllen. Die Form für mindestens 4 Stunden, am besten aber über Nacht in den Tiefkühler stellen.

Anrichten:

Das Mangokompott in kleine Gläschen füllen.

Das Lebkuchenparfait aus der Kastenform herausnehmen und in Tranchen schneiden.

Auf einem Teller das Eis und das Gläschen mit Mangokompott anrichten. Mit Lebkuchen und Zintstern ausgarnieren.