



**SIEGENER
KOCHSCHULE**

Kochkurs

Ein Tag am Meer

26. Juni 2019

Vorspeise

Tagliatelle mit Basilikumsauce und Garnelenspieß

für 4 Personen

Grundrezept Nudelteig

Zutaten

350g Hartweizengrieß
150ml Wasser
1 Prise Salz

Zubereitung

Hartweizengrieß, Wasser und Salz in eine Schüssel geben und mischen. Alles auf die Arbeitsfläche geben und durchkneten bis der Teig glatt ist. Der Teig muss sich fest anfühlen und nichts darf mehr an den Fingern kleben bleiben. Teig in Folie wickeln und bei Zimmertemperatur ca. 30 Minuten ruhen lassen. Ein Viertel vom Teig ausrollen bzw. die Nudelmaschine zum Ausrollen nutzen. Teig in der Nudelmaschine durch den Tagliatelleaufsatz drehen und Nudeln 1-2 Minuten in kochendem Salzwasser garen.

Zubereitungszeit: 15 Minuten + 30 Minuten Ruhezeit

Schwierigkeitsgrad: einfach

Basilikumsauce

Zutaten

350ml Gemüsebrühe
200ml Rama Cremfine zum kochen
2 EL Basilikumpesto
1 EL Zwiebelwürfel
1 EL Butter
Mondamin
Salz, Pfeffer, Zucker

Zubereitung

Topf erhitzen. Zwiebelwürfel in Butter dünsten. Gemüsebrühe und Rama Cremfine hinzufügen. Basilikumpesto begeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nach dem Aufkochen mit Mondamin abbinden.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Schwierigkeitsgrad: einfach

Garnelenspieß

Zutaten

4 Garnelenspieße
1 Zweig Rosmarin
Salz, Pfeffer, Olivenöl

Zubereitung

Pfanne erhitzen und etwas Olivenöl in die Pfanne geben. Garnelenspieß von beiden Seiten anbraten bis Garnelen etwas Farbe haben. Rosmarin begeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Pfanne ausmachen und Garnelenspieß noch paar Minuten in der Pfanne ziehen lassen.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Schwierigkeitsgrad: einfach

Vorspeise

Forellenmousse

für 4 Personen

Zutaten

260g geräucherte Forellenfilets
240g Mascarpone
5 EL Kapern
5 TL Zitronensaft
1 Bund Dill
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Dill waschen, abtupfen und fein hacken. Forellenfilets und Kapern in ein hohes Gefäß geben und fein pürieren. Zitronensaft, Mascarpone und Dill zu dem Püree hinzugeben und alles zu einer glatten Masse verrühren. Mousse mit Salz und Pfeffer abschmecken und 20 Minuten kaltstellen.

Zubereitungszeit: 15 Minuten + 20 Minuten Ruhezeit

Schwierigkeitsgrad: einfach

Vorspeise

Tomatenbrot

für 4 Personen

Zutaten

700g	Mehl
150g	getrocknete Tomaten
10g	Meersalz
10g	Zucker
400ml	Milch
70ml	Olivenöl
1 Pck	Trockenhefe
½ TL	frischen Rosmarin
½ TL	frischen Thymian

Zubereitung

Getrocknete Tomaten in Streifen schneiden. Rosmarin und Thymian klein hacken. Milch erwärmen bis sie lauwarm ist. Alle Zutaten in einer Schüssel miteinander zu einem Teig verkneten. Teig für 60 Minuten ruhen lassen. Aus dem Teig 2 Brotlaibe formen und diese bei 40°C Umluft im Ofen für 30 Minuten gehen lassen. Brot bei 200°C Umluft für 20 bis 30 Minuten backen.

Zubereitungszeit: 1 ½ Stunden + 1 Stunde Ruhezeit

Schwierigkeitsgrad: einfach

Dip

Cocktaildip

für 4 Personen

Zutaten

80g Mayonnaise
80g geschlagene Sahne
60g Ketchup
3 EL Cognac
1 EL Zitronensaft
1 EL Orangensaft
1 EL Meerrettich
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Sahne schlagen. Mayonnaise, Ketchup, Cognac, Zitronensaft, Orangensaft und Meerrettich gut miteinander verrühren. Geschlagene Sahne unter den Dip heben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Schwierigkeitsgrad: mittel

Hauptgang
Doradenfilet mit Kräuterkruste
Rosmarinkartoffeln und Ratatouille-Gemüse
für 4 Personen

Dorade

Zutaten

70g	Butter
4 Scheiben	Toastbrot
1 Bund	Schnittlauch
1 Bund	Blatt Petersilie
8	Doradenfilets
3	Eigelb
	Salz, Pfeffer

Zubereitung

Doradenfilets mit der Hautseite anbraten. Filets mit der Hautseite auf Backpapier legen. Für die Kräuterkruste Schnittlauch und Blatt Petersilie waschen, abtupfen und klein schneiden. Toastbrot fein schneiden und mixen. Eigelb mit gehackten Kräutern, Toastbrotkrümmeln und weicher Butter mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Doradenfilet mit Kräuterkruste im Backofen bei 150°C Oberhitze im oberen Drittel des Ofens ca. 10-12 Minuten fertig garen.

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Schwierigkeitsgrad: mittel

Rosmarinkartoffeln

Zutaten

600g Heidekartoffeln
25g Butter
1 Bund Rosmarin
Salz

Zubereitung

Kartoffeln gut waschen und 15 bis 20 Minuten mit der Schale kochen. Gekochte Kartoffeln mit Butter und Rosmarin in einer Pfanne goldbraun braten und mit Salz abschmecken.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Schwierigkeitsgrad: einfach

Ratatouille-Gemüse

Zutaten

200g Tomatenmark
90ml Olivenöl
50ml Gemüsebrühe
1 Bund Rosmarin
1 Bund Thymian
2 Zucchini
2 rote Paprika
2 gelbe Paprika
2 Knoblauchzehen
1 Gemüsezwiebel
1 Aubergine
Salz, Pfeffer, Zucker

Zubereitung

Zucchini, Aubergine und rote und gelbe Paprika waschen und alles in gleichmäßige Würfel schneiden. Knoblauch und Gemüsezwiebel fein hacken. Knoblauch und Gemüsezwiebel in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen. Gemüsewürfel in die Pfanne geben und mit anschwitzen. Thymian, Rosmarin und Tomatenmark hinzugeben und mit Gemüsebrühe auffüllen. Alles für 5 bis 10 Minuten köcheln lassen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Schwierigkeitsgrad: einfach

Hauptgang

Scholle mit Mangold und Kräuterkartoffelstampf

für 4 Personen

Maischolle mit Mangold

Zutaten

4 Maischolle
500g Mangold
250g Crème fraîche
2 Zitronenstücke
Mehl
Riesling
Olivenöl
Butter, Salz, Pfeffer

Zubereitung

Maischolle waschen und mit Küchenrolle trocken tupfen. Fisch mit der dunklen Hautseite nach oben auf ein Schneidebrett legen und das Messer direkt neben dem Auge am Rand des Kopfes ansetzen. Der erste Schnitt geht am Kopf entlang bis zur Mitte. Der zweite Schnitt geht entlang des Flossensaums vom Kopf bis zum Schwanz. Der dritte Schnitt geht entlang der Mittelgräte. Das erste Filet kann vom Schwanz aus in einem Stück ausgelöst werden. Messer bei dem anderen Filet ganz flach unter dem Fleisch und direkt über der Gräte ansetzen und entlang der Gräte schneiden, um das zweite Filet abzulösen. Scholle drehen und dasselbe mit der anderen Seite machen. Filets mit der Hautseite nach unten auf das Schneidebrett legen und Haut am Schwanzende gut festhalten. Entlang der Haut vom Schwanzende aus das Filet von der Haut schneiden.

Mangold waschen, Strunk entfernen und kleinschneiden. Stücke in einer Pfanne leicht mit Olivenöl anschwitzen und mit Crème fraîche, Salz und Pfeffer abschmecken.

Schollenfilets mit Salz und Zitronensaft würzen, danach mehlieren und in Butter goldbraun braten.

Zubereitungszeit: 40min

Schwierigkeitsgrad: mittel

Kartoffel -Kräuterstampf

Zutaten

700g mehlig kochende Kartoffeln
je ½ Bund Schnittlauch, Petersilie
80g Butter
Salz und Pfeffer
Muskat
Milch

Zubereitung

Kartoffeln schälen und in gleichgroße Stücke schneiden. Kartoffelwürfel in Salzwasser ca. 20 Minuten weich kochen. Nach dem Kochen die Flüssigkeit abgießen, den Sud aber nicht entsorgen. Zu den Kartoffeln Salz, Pfeffer, Muskat und Butter geben. Nach Belieben mit etwas Milch aufgießen und Kartoffeln mit einem Stampfer zerdrücken. Gehackten Kräuter dazu geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Schwierigkeitsgrad: mittel

Dessert
Erdbeeren
mit Prosecco - Zabaione
für 4 Personen

Erdbeeren

Zutaten

600g Erdbeeren
1Pck Vanillezucker

Zubereitung

Erdbeeren waschen, putzen und vierteln. Erdbeerviertel mit Vanillezucker vermengen.

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Schwierigkeitsgrad: einfach

Prosecco - Zabaione

Zutaten

100ml Prosecco
2 EL Zucker
1 Pck Vanillezucker
3 Eigelb

Zubereitung

Einen flachen Topf mit 3-4cm Wasser auffüllen. Wasser im Topf erhitzen, aber nicht kochen. Eigelb in eine Metallschüssel geben und Zucker, Vanillezucker und Prosecco hinzufügen. Metallschüssel in den Topf stellen*. Mit einem Schneebesen kräftig umrühren bis die Zabaione dickschaumig wird. Die Temperatur der Zabaione muss ca. 70 Grad erreicht haben.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Schwierigkeitsgrad: einfach

** der Schüsselboden darf das Wasser nicht berühren, sonst gerinnt die Masse*