

Seelachs in Ciabattakruste

Gemeinsam einkaufen, zusammen kochen und mit der ganzen Familie genießen.

Vorspeise

**Gebackene Austernpilze
mit Tatar-Sauce**

Hauptgang

**Seelachs in Ciabattakruste
mit Zuckerschoten, Tomaten und kleinen Kartoffeln**

Dessert

Topfen-Palatschinken

Einkaufsliste

Zutaten für 4 Personen

Gebackene Austernpilze mit Tatar-Sauce

- 200 g Austernpilze
- 40 g Parmesan
- 150 g Mayonnaise
- 1 Zitrone
- 6 Eier
- 1 Bund Schnittlauch
- Knoblauch
- etwas Butter
- Olivenöl
- Mehl
- Semmelbrösel
- Salz, Pfeffer
- etwas Milch
- Kräuter zum Garnieren

Seelachs in der Ciabattakruste mit Zuckerschoten, Tomaten und kleinen Kartoffeln

- 600 g Seelachs
- 300 g kleine Kartoffeln
- 200 g Zuckerschoten
- 100 g Butter
- 1 Ciabattarohling
- 1 Schale Kirschtomaten
- 1 Zitrone
- frische Kräuter (Thymian, Rosmarin ...)
- Salz, Pfeffer
- Pflanzenöl
- etwas Zucker

Topfen-Palatschinken

Palatschinkenteig:

- 80 g Mehl
- 70 g Butter
- 0,2l Milch
- 2 Eier
- etwas Salz + Zucker

Royale:

- 30 g Vanillezucker
- 0,25l Milch
- 2 Eier

Füllung:

- 200 g Quark
- 70 g Zucker
- 2 Eigelb
- 10 g Stärke
- 1 Orange
- 1 Zitrone
- Butter
- Rosinen
- Vanillezucker
- etwas Puderzucker

Liste für Kochutensilien

Bitte stellen Sie sich vor dem Kochen folgendes bereit:

- Für die Vorspeise
- 1 Topf für die Eier
 - 1 Schüssel für die Tartar-Sauce
 - 1 Schüssel für die Pilze
 - 3 Schüsseln für die Panade
 - 1 Pfanne zum Ausbacken

- Für das Dessert
- 1 Crêpespfanne (handelsübliche Pfanne geht auch)
 - 1 Schüssel für den Teig
 - 1 Schüssel für Topfenmasse
 - 1 Schüssel für die Royale
 - 1 Auflaufform

- Für den Hauptgang
- 1 Topf für die Kartoffeln
 - 1 Topf für die Zuckerschoten
 - 1 Schüssel für die Butter
 - 1 Pfanne für den Fisch
 - 1 Pfanne für das Gemüse
 - 1 Schüssel mit Eiswasser zum Abschrecken der Zuckerschoten

- Des Weiteren benötigen Sie
- 1–2 Schneidebretter
 - scharfe Messer
 - Schneebesen
 - 1 elektrischer Handmixer
 - Backpapier
 - Küchentrepp
 - Alufolie

Vorspeise

Gebackene Austernpilze mit Tatar-Sauce

Vorbereitung

Für die Tatar-Sauce 4 Eier in kochendes Wasser geben und ca. 10 Min. hart kochen. Danach mit kaltem Wasser abschrecken, abschälen, kleinschneiden und grob durchhacken oder mit dem Eierschneider würfeln. Die Eier in eine Schüssel geben, die Mayonnaise und einen Schluck Milch dazugeben, den Schnittlauch in kleine Röllchen schneiden, dazugeben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zum Servieren kalt stellen.

Austernpilze flach, mit den Lamellen nach oben aufs Brett legen, den Strunk abschneiden und den Pilz in gleichgroße Stücke zerkleinern. Die Stücke in einer Schüssel mit Olivenöl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer marinieren und beiseite stellen. Währenddessen die Panadestrecke in folgender Reihenfolge aufbauen: 1 Schüssel mit Mehl, 1 Schüssel mit verquirltem Ei und eine mit den Semmelbröseln. Die Pilzstücke in dieser Reihenfolge panieren und die Panade fest andrücken.

Notizen

Vorspeise

Gebackene Austernpilze mit Tatar-Sauce

Zubereitung

Eine Pfanne mit reichlich Butter oder Öl aufstellen, heiß werden lassen, die Pilze darin von beiden Seiten ausbacken (wie ein Schnitzel) und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Die fertigen Pilze mit Alufolie abdecken und zum Warmhalten in den bereits vorgeheizten Ofen geben.

Nun nur noch die Tatar-Sauce in die Mitte eines Tellers geben, die Austernpilze aus dem Ofen nehmen und rings um die Sauce auf den Tellern verteilen. Zum Schluss mit einem Kräutersträußchen garnieren.

Fertig ist die Vorspeise.

Notizen

Hauptgang

Seelachs in Ciabattakruste mit Zuckerschoten, Tomaten und kleinen Kartoffeln

Vorbereitung

Die kleinen Kartoffeln werden ungeschält in reichlich Salzwasser als Pellkartoffeln gekocht, bis sie gar sind, und danach einfach abgossen. Einen zweiten Topf mit Wasser für die Zuckerschoten aufstellen und diese darin bissfest ca. 4 Min. blanchieren. Sofort in eine Schüssel mit Eiswasser geben, damit der Garprozess unterbrochen wird und die Schoten ihre grüne Farbe behalten.

Den Seelachs von den Gräten befreien (Mittelstrang herausschneiden) und mit Salz und Pfeffer würzen. Das halbgebackene Ciabatta schräg in 1–2 mm dünne Scheiben schneiden (gleiche Größe wie der Fisch), den Fisch zwischen 2 Scheiben Ciabatta legen und bis zum Braten in den Kühlschrank geben.

Die Butter für die Kräuterbutter schon mal aus dem Kühlschrank nehmen und neben den Herd zum Anwärmen stellen, damit sie sich anschließend gut verarbeiten lässt. Verschiedene frische Kräuter kleinschneiden und zusammen mit dem Saft einer halben Zitrone, Salz und Pfeffer zur Butter geben und ordentlich vermengen. Die Butter auf einen Streifen Backpapier geben, das Papier darüber falten und eine Rolle formen.

Notizen

Hauptgang

Seelachs in Ciabattakruste mit Zuckerschoten, Tomaten und kleinen Kartoffeln

Zubereitung

Nun müssen die etwas abgekühlten Kartoffeln geschält und längs halbiert werden. Eine Pfanne mit etwas Öl aufstellen, die Kartoffeln auf der Schnittseite anbraten und einen Rosmarinzwig für das Aroma dazulegen. Die gewaschenen Kirschtomaten dazugeben und mitschmelzen lassen. Kurz vor dem Anrichten die Zuckerschoten mit in die Pfanne geben, einen Löffel Butter, etwas Salz, Pfeffer und eine Prise Zucker dazugeben, kurz schwenken und ziehen lassen.

Eine zweite Pfanne mit Öl aufstellen und den Fisch in der Ciabattakruste langsam bei milder Hitze darin anbraten. Vorsicht, das Brot wird schnell braun! Wenn es goldgelb gebacken ist, einmal wenden, kurz mit in den Ofen schieben und den Fisch gar ziehen lassen.

Das Gemüse auf einem Teller mittig anrichten, den Fisch auf das Gemüse geben und eine Scheibe von der selbstgemachten Kräuterbutter auf den Fisch legen.

Fertig ist der Hauptgang.

Notizen

Dessert

Topfen-Palatschinken

Vorbereitung

Für den Teig eine Pfanne aufstellen und die Butter darin schmelzen, bis sie flüssig ist. Das Mehl in eine Schüssel sieben, mit der Milch glattrühren, je eine Prise Salz und Zucker, die 2 Eier und die geschmolzene Butter zugeben und alles mit dem Schneebesen gut verrühren, bis alle Klümpchen weg sind. Wenn der Teig dennoch etwas klumpig ist, einfach durch ein Sieb geben. In der Zwischenzeit kann schon mal der Backofen auf 160 °C vorgeheizt werden. Die Pfanne von eben zurück auf den Herd stellen und mit Butter auspinseln. Etwas Teig in die Pfanne geben, so dass der Boden ganz dünn bedeckt ist, und hauchdünne Palatschinken ausbacken (ca. 2 Stück pro Person). Zwischendrin den Palatschinken einmal wenden (von jeder Seite ca. 1 Min. backen). Die fertig gebackenen Palatschinken auf einen Teller geben und beiseite stellen.

Für die Royale Milch, Eier und Vanillezucker mit dem elektrischen Handrührgerät aufmixen und beiseite stellen.

Notizen

Dessert

Topfen-Palatschinken

Zubereitung

Für die Füllung den Quark in eine Schüssel geben, 2 Eigelb, den Abrieb von je einer unbehandelten Zitrone und Orange, Zucker und Vanillezucker, Rosinen sowie Stärke und ein wenig flüssige Butter dazugeben und alles gut verrühren.

Die Palatschinken wieder hernehmen, etwas von der Quarkmasse in die Mitte geben, zusammenrollen und in die feuerfeste Auflaufform legen, bis alle Palatschinken verarbeitet sind. Die Royale gleichmäßig über die Palatschinken gießen bis diese bedeckt sind und die Form für 20–25 Min. in den Ofen geben. Wenn die Royal gestockt ist, können die Palatschinken aus dem Ofen. Nur noch mit Puderzucker bestäuben und in der Auflaufform servieren – himmlisch!

Fertig ist das Dessert.

Empfehlung: Zu dem Menü empfehlen wir einen Sauvignon blanc aus Italien.

Notizen
