

Die RTL MIT-KOCH-SHOW VON KONSUM UND FRIDA

mit Spitzenkoch Gerd Kastenmeier

Weihnachten 3

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

Vorspeise

Lachstatar mit Kartoffelpuffer und Schmand

Hauptgang

**Rehrücken mit Steckrübenpüree,
weißer Pfeffersauce und Haselnuss-Schupfnudeln**

Dessert

**Spekulatius-Mousse
mit Punschsauce**



www.hitradio-rtl.de



www.konsum.de



www.frida.de

Kastenmeiers

www.kastenmeiers.de

Einkaufsliste

Zutaten für 4 Personen

Lachstatar mit Kartoffelpuffer und Schmand

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 200 g Lachsfilet
(ohne Haut, TK oder frisch) | <input type="checkbox"/> 50 g saure Sahne
(Schmand) |
| <input type="checkbox"/> 2 Zitronen | <input type="checkbox"/> Salz, Pfeffer |
| <input type="checkbox"/> Schnittlauch | <input type="checkbox"/> Mineralwasser |
| <input type="checkbox"/> Basilikum | <input type="checkbox"/> Olivenöl |
| <input type="checkbox"/> 3 große Kartoffeln (mehlig) | <input type="checkbox"/> Butterschmalz |

Spekulatius-Mousse mit Punschsauc

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 4 Eier | <input type="checkbox"/> 2 Blatt Gelatine |
| <input type="checkbox"/> 120 g Zucker | <input type="checkbox"/> 10 g Spekulatius-Gewürz |
| <input type="checkbox"/> 100 g Zartbitter-Kuvertüre | <input type="checkbox"/> 0,3 l Kinderpunsch |
| <input type="checkbox"/> 200 ml Schlagsahne | <input type="checkbox"/> 1 Zitrone |
| <input type="checkbox"/> 200 g Spekulatius | |

Rehrücken mit Steckrübenpüree, weißer Pfeffersauce und Haselnuss-Schupfnudeln

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 700 g Rehrückenfilet
(ohne Knochen)
oder Rehschnitzel
(aus der Keule) | <input type="checkbox"/> 1 große Steckrübe |
| <input type="checkbox"/> Tiroler Speck | <input type="checkbox"/> 50 g Haselnüsse
(gemahlen) |
| <input type="checkbox"/> 20 g schwarze Pfefferkörner | <input type="checkbox"/> 4 große mehlig |
| <input type="checkbox"/> 0,2 l Weißwein | <input type="checkbox"/> Kartoffeln |
| <input type="checkbox"/> 0,2 l Geflügelfond | <input type="checkbox"/> 200 g Mehl |
| <input type="checkbox"/> 0,4 l Sahne | <input type="checkbox"/> 2 Eier |
| <input type="checkbox"/> 0,2 l Milch | <input type="checkbox"/> Salbei |
| | <input type="checkbox"/> Salz, Pfeffer |
| | <input type="checkbox"/> Muskat |
| | <input type="checkbox"/> Wacholderbeeren |
| | <input type="checkbox"/> Pflanzenöl |

Liste für Kochutensilien

Bitte stellen Sie sich vor dem Kochen folgendes bereit:

- Für die Vorspeise
- 1 mittlere Schüssel zum Marinieren
 - 1 Vierkantreibe
 - 1 Pfanne für die Kartoffelpuffer
 - 1 kleine Schüssel für den Schmand

- Für den Hauptgang
- 1 Kartoffeltopf
 - 1 Kartoffelpresse
 - 1 Topf für die Rüben
 - 1 Schüssel für den Teig
 - 1 Kochtopf für die Schupfnudeln
 - 1 Sieb zum Passieren der Sauce
 - 1 Pfanne für die Schupfnudeln

- Des Weiteren benötigen Sie
- 1–2 Schneidebretter
 - scharfe Messer
 - 1 sauberes Küchentuch
 - Alufolie
 - 1 elektrischer Mixstab (Zauberstab)

- Für das Dessert
- 1 Topf mit passender Schüssel für das Wasserbad
 - 1 Schneebesen
 - 1 große Tasse
 - 1 mittlere Schüssel für die Mousse
 - 1 Stieltopf für die Punschsauc

Vorspeise

Lachstatar mit Kartoffelpuffer und Schmand

Vorbereitung

Für das Lachstatar den enthäuteten und grätenfreien Lachs in kleine Würfel schneiden (tiefgefrorenen Lachs vorher langsam auftauen lassen). Schnittlauch und Basilikum mit einem scharfen Messer klein schneiden und mit den Fischwürfeln in eine Schüssel zum Marinieren geben. Je einen Schluck Mineralwasser und Olivenöl dazugeben, mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen, verrühren und kalt stellen. Eine Pfanne mit Öl aufstellen und heiß werden lassen. Kartoffeln schälen und mit der Raspel in eine Schüssel reiben. Die geriebenen Kartoffeln gut durchkneten und vier Häufchen davon (ungewürzt) in die heiße Pfanne geben, etwas platt drücken und von beiden Seiten braten. Wenn die Kartoffelpuffer braun sind, auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Nun noch den Sauerrahm in einer kleinen Schüssel mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken.

Vorspeise

Lachstatar mit Kartoffelpuffer und Schmand

Zubereitung

Das Tatar aus dem Kühlschrank nehmen und den Zitronensaft dazugeben. Die Kartoffelpuffer auf einem flachen Teller legen, das Lachstatar darauf häufen und mit dem Sauerrahm bedecken. Als Deko ein paar gehackte Kräuter darüber streuen.

Fertig ist die Vorspeise.

Notizen

Hauptgang

Rehrücken mit Steckrübenpüree, weißer Pfeffersauce und Haselnuss-Schupfnudeln

Vorbereitung

Für die Schupfnudeln zuerst Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen (Wichtig: Es müssen mehlig kochende Kartoffeln sein!). Wenn die Kartoffeln gar sind, abgießen und auskühlen lassen. Für das Steckrübenpüree die Rüben schälen und in gleichmäßige Würfel schneiden. Würfel in einen Topf geben, mit Salz und Pfeffer würzen, $\frac{3}{4}$ mit Milch aufgießen und mit Sahne auffüllen bis die Rüben bedeckt sind. Das Ganze zum Kochen bringen und leicht weiter köcheln lassen. Für die Pfeffersauce den Schinkenspeck würfeln und zusammen mit den Pfefferkörnern in einem Stieltopf anbraten – wenn der Speck sehr fett ist wird kein Öl zum anbraten benötigt. Mit Weißwein ablöschen. Mit Fond und Sahne auffüllen und einkochen lassen. Die ausgekühlten Kartoffeln durch die Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken oder stampfen. Mehl, Eier, gemahlene Haselnüsse, Salz und Pfeffer zugeben, verkneten bis der Teig nicht mehr klebt. Mehl auf ein Brett streuen und den Teig zu mehreren langen Rollen drehen, 1–2 cm große Stücke abstechen und diese zu kleinen Kipfeln/Hörnchen abdrehen. In kochendes Wasser geben, wenn sie auftauchen sind sie fertig (4 Min.) In kaltem Wasser abschrecken, auf Küchenkrepp zum Trocken legen und leicht einölen.

Hauptgang

Rehrücken mit Steckrübenpüree, weißer Pfeffersauce und Haselnuss-Schupfnudeln

Zubereitung

Nun die Steckrüben in einen hohen Behälter abseihen, etwas von der Kochflüssigkeit dazugeben und alles zu einem Püree mixen bis es geschmeidig ist. Die Sauce durch ein Sieb passieren und beiseite stellen. Den Rehrücken von Knochen und Sehnen befreien und das Filet in 15 cm lange Stücke teilen. Eine Pfanne mit Öl und einer Butterflocke erhitzen. Wacholderbeeren mit dem Messerrücken zerdrücken, in die Pfanne geben und die Rehfilets bei mittlerer Hitze von allen Seiten anbraten, bis sie braun sind. Danach die Filets mit dem Bratfett auf ein Stück Alufolie geben, schließen und ruhen lassen. In der Zwischenzeit wieder Öl und eine Butterflocke in eine beschichtete Pfanne geben, die Schupfnudeln darin anbraten bis sie braun sind und mit ein wenig gemahlene Nüssen bestreuen. Das Rehrückenfilet oder Rehschnitzel aus der Folie nehmen und entgegen der Faser aufschneiden. Die Schupfnudeln auf einen Teller geben, das Püree daneben und die Filethälften darauf anrichten. Die Sauce um alles herum träufeln.

Fertig ist der Hauptgang.

Notizen

Dessert

Spekulatius-Mousse mit Punschsauce

Vorbereitung

Mit der Mousse beginnen: Dafür einen Topf mit Wasser (bodenbedeckt) erhitzen. Kuvertüre zerkleinern in eine Schüssel geben und über dem Wasserbad zum Schmelzen bringen. Ab und zu umrühren. Vorsicht, es darf kein Wasser in die Schokolade kommen! In der Zwischenzeit die Sahne mit einem elektrischen Handrührgerät steif schlagen. Die Gelatine in einer Tasse mit kaltem Wasser einweichen (darf nicht warm sein, sonst löst sie sich auf). Danach die vier Eier trennen (Eiklar wird nicht benötigt) und das Eigelb in eine Schüssel geben. Den Zucker zum Eigelb geben und über dem Wasserbad mit dem Schneebesen schaumig schlagen. Vorsicht, dass das Wasser nicht zu heiß ist, sonst gerinnt das Eigelb! Wenn sich der Zucker langsam auflöst, die Schüssel vom Wasserbad nehmen, die eingeweichte Gelatine kräftig ausdrücken und in die Schüssel geben. Zuletzt die geschmolzene Schokolade einfließen lassen, das Spekulatius-Gewürz, den kleingebröselten Butterspekulatius und die Schlagsahnen mit dem Schneebesen nach und nach unterheben und in eine Schüssel füllen. Bis zum Essen in den Kühlschrank stellen und kurz vorher anrichten.

Dessert

Spekulatius-Mousse mit Punschsauce

Zubereitung

Für die Punschsauce den Kinderpunch aufstellen, den Zucker und die Schale einer unbehandelten Zitrone zugeben und zum Kochen bringen. Ein wenig Speisestärke oder Puddingpulver in kaltem Wasser anrühren und nach und nach die Sauce damit abbinden. Die noch lauwarme Sauce auf einen Teller geben, mit einem Löffel Nocken von der Mousse abstechen und diese auf dem Saucenspiegel anrichten. Als Deko noch ein wenig Spekulatius darüber bröseln.

Fertig ist das Dessert.

Notizen
