

| Kerners Menü: „Eine Prise Orient“ am 10. März 2006

1. Vorspeise: Kichererbsensuppe mit Minze-Frischkäse Wan-Tans von Sarah Wiener

Zutaten (für vier Personen)

500 g	eingeweichte Kichererbsen (mind. zwölf Stunden)
1,5 Liter	Gemüsebrühe
1 Liter	Sahne
1 TL	Kurkuma
2 Msp.	Safran
1	Zwiebel
2 Zehen	Knoblauch
4 EL	Olivenöl (kaltgepresst, Bio)
1TL	Kumin
	Meersalz
	Pfeffer
1 Bund	Minze
8 EL	Frischkäse (besser: Feta)
	Meersalz (Maldon)
8	Wan-Tan Blätter
1	Eiweiß
1 Liter	Bio-Rapsöl zum Braten

Zubereitung:

Die Zwiebeln fein gewürfelt und den Knoblauch fein geschnitten in Olivenöl glasig schwitzen. Anschließend Safran, Kumin, Kurkuma und die Kichererbsen dazugeben. Mit Gemüsebrühe und Sahne aufgießen und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Danach alles fein pürieren, durch ein feines Sieb passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Minze fein hacken und mit dem Feta (oder Frischkäse) und Meersalz mischen. Die Ränder der Wan-Tan Blätter mit Eiweiß bestreichen, die Minze-Käsemischung einfüllen und zu einem Beutelchen formen. Anschließend in schwimmendem Fett ausbacken bis sie goldbraun sind (ca. zwei Minuten).

Zwischengang: Seezungenfilet mit Nugada und Calamaretti von Kolja Kleeberg

Zutaten (für vier Personen)

2	Seezungen, im Ganzen, 400 – 600 g schwer
4	Calamaretti „Tuben“, jeweils 6 – 8 cm lang , plus Tentakeln
	Salz
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
2	Zitronen
	Olivenöl
	Butter
300 g	Mandelgrieß (Mandeln, gemahlen)
	Zucker
	Piment d'Espelette
2 Zehen	junger Knoblauch (ägyptischer)
120 ml	mildes Olivenöl
3 EL	Petersilie
3 EL	Minze
2 EL	türkischer Joghurt (mindestens 10% Fett, besser 20%)

Zubereitung:

Die Seezungen häuten und filieren. Die Calamaretti putzen und in Ringe schneiden. Die Mandeln in einen großen Mörser geben, Salz, Pfeffer und eine Prise Zucker zugeben. Den geschälten und zerdrückten Knoblauch und etwas Piment d'Espelette zugeben und alles mit dem Stöbel zermörsern. Dann den Saft einer Zitrone und das milde Olivenöl, zum Schluss die fein geschnittenen Kräuter und den Joghurt, locker unterheben – fertig ist die „Nugada“.

In einer flachen Pfanne Olivenöl und Butter aufschäumen lassen, die Seezungenfilets mit der Hautseite einlegen und ein bis zwei Minuten braten. Die Calamarettiringe und – Tentakel zugeben und mit den Filets kurz sautieren (d.h. von allen Seiten kurz anbraten). Zum Schluss mit einigen Tropfen Zitronensaft beträufeln.

Mit einem Löffel „Nugada“ und etwas Bratbutter anrichten.

Tipp:

Im Mixer wird die „Nugada“ etwas glatter, es geht natürlich schneller. Sie verliert aber auch die typische, etwas körnige Konsistenz. Falls man eine Art Sauce vermisst, röhrt man schnell etwas Joghurt mit Salz und kaltem Wasser glatt und trinkt dies als Getränk dazu.



1. Hauptgang: Krevetten im Tonkrug von Rafik Tlatli

Zutaten (für vier Personen)

1,5 kg	Krevetten (royale)
500 g	Tomaten
300 g	grüne Paprikaschoten
3 EL	Tomatenmark
1 TL	Harissa
10 cl	Olivenöl
2	Lorbeerblätter
1 TL	Kumina
0,5 TL	Kurkuma
0,5 TL	Rosenspitz-Pulver
1 Stange	Zimt
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung:

Die Krevetten waschen und trocken tupfen. Mit Salz, Pfeffer, Kumina, Kurkuma und Rosenspitz würzen.

Die Tomaten würfeln und Paprikaschoten in Scheiben schneiden.

Tomatenmark mit etwas Wasser verdünnen, mit dem Gemüse, Harissa und den Krevetten mischen. Die Lorbeerblätter hinzugeben, das Öl dazu gießen und in den Krug füllen. Den Krug mit Alufolie schließen und in dem vorgeheizten Ofen bei 200°C für 20 Minuten backen.

2. Hauptgang: Johanns Couscous von Johann Lafer

Zutaten (für vier Personen)

4	Hühnerkeulen
50 ml	Olivenöl
2	rote Zwiebeln
4 Zehen	Knoblauch
2 EL	Tomatenmark
500 ml	Geflügelbrühe
1 EL	Carvi Pulver (gemahlener Kümmel)
1 EL	gemahlener Koriander
1 EL	Harissa
	Salz
	Pfeffer

Für den Couscous:

200 g	Couscous
8 EL	Olivenöl con limone
100 ml	Wasser
300 g	Fenchelgrün
	Salz
40 g	Butter

Zubereitung

Die küchenfertigen Hühnerschenkel im Gelenk halbieren und in heißem Olivenöl in einem Couscous-Topf von allen Seiten goldbraun anbraten. Die in feine Streifen geschnittenen roten Zwiebeln zusammen mit dem fein gewürfelten Knoblauch zugeben und mitbraten. Das Tomatenmark zugeben, kurz mitrösten und das Ganze mit der Geflügelbrühe ablöschen. Kümmel, Koriander, Salz, Pfeffer und Harissa zugeben und auf kleiner Flamme köcheln lassen.

Den Couscous mit fünf Esslöffeln Olivenöl con limone und Wasser begießen und mit 200 Gramm fein geschnittenen Fenchelgrün und Salz gut vermischen. Den Couscous in den Dämpfeinsatz geben und auf das köchelnde Hähnchen setzen. Das Ganze ca. 20 Minuten dämpfen.

Den gegarten Couscous aus dem Dämpfeinsatz in eine Schüssel geben und mit einer Gabel auflockern. Die Butter und drei Esslöffel Olivenöl con limone dazugeben und alles gut vermischen. In den Couscous eine Mulde drücken und die Hühnerschenkel mit der Sauce hineingeben, etwas ziehen lassen. Alles mit frisch gehacktem Fenchelgrün bestreuen.

Dessert: Zerde mit Estragon von Ralf Zacherl

Zutaten (für vier bis sechs Personen)

120 g	Rundkornreis oder Milchreis
600 ml	Wasser
250 g	Zucker
1 TL	Safranfäden
0,5 TL	Kurkuma
2 EL	Rosenwasser
1 TL	Pfeilwurzelmehl
3 EL	warmes Wasser
	Salz
2 TL	Zimtpulver
100 g	Pinienkerne
50 g	Rosinen
1-2	Granatäpfel
1 EL	frisch gerebelter Estragon (vom Stiel gezupft)

Zubereitung:

Als erstes die Safranfäden in dem Rosenwasser einweichen und zur Seite stellen. Den Reis kurz unter kaltem Wasser waschen und mit 600 ml leicht gesalzenem Wasser bei mittlerer Hitze 20 Minuten garen. In der Zwischenzeit die Pinienkerne ohne Fett rösten, die Granatäpfel aufschneiden und die Samen aus den Schalen „klopfen“.

Wenn der Reis weich ist, die Rosenwasser-Safranmischung, Kurkuma und ein Drittel des Zuckers unterrühren. Drei Esslöffel Wasser mit dem Pfeilwurzelmehl vermischen und unter Rühren in den Reis geben. Diesen noch weitere vier Minuten kochen, dabei ständig rühren und den restlichen Zucker unterarbeiten. Danach den Reis auf vier bis sechs Schälchen verteilen und ca. 30 Minuten kaltstellen.

Kurz vor dem Servieren mit den restlichen Zutaten – Zimt, Estragon, Rosinen – bestreuen: Guten Appetit.