

Das DEICHLUST-Menü – Rezepte für 4 Personen



Vorspeise: Gebeizter Lachs im Sesammantel auf Spargel-Avocado-Salat & Mangochutney

Lachs:

250 g frisches Lachsfilet (ohne Haut & Gräten)
25 g Zucker
25 g Salz
½ TL Pfeffer
Abrieb ½ Zitrone
1 EL Sesam (hell & schwarz gemischt)

Salat:

250 g grüner Spargel
1 reife Avocado
½ Limette
1,5 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

Mangochutney:

1 reife Mango
1 kleine rote Zwiebel
1 cm Ingwer
1 rote Chili
2 EL Zucker
3 EL Weißweinessig
Zubereitung

1. Lachs beizen (am Vortag)

Salz, Zucker, Pfeffer und Zitronenabrieb mischen, Lachs vollständig damit einreiben
In Frischhaltefolie wickeln und 24 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen

Danach abwaschen, trocken tupfen
In Sesam wälzen und dünn aufschneiden

2. Mangochutney

Mango würfeln
Zwiebel, Chili und Ingwer fein hacken
Alles mit Zucker und Essig ca. 10-15 Minuten köcheln lassen, bis es leicht eindickt

3. Spargel-Avocado-Salat

Spargel im unteren Drittel schälen und in Stücke schneiden
4-5 Minuten in Salzwasser blanchieren, anschließend kalt abschrecken
Avocado würfeln
Mit Limettensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer vermengen

Hauptgang: Saltimbocca (gerollt) auf Bärlauch-Risotto mit glasierten Karotten



Saltimbocca:

4 Kalbsschnitzel (aus dem Rücken)
4 Scheiben Serranoschinken
4 Salbeiblätter
2-3 TL Tomatenpesto
Olivenöl & Butter

Risotto:

300 g Risottoreis
1 Zwiebel
1 l Gemüsebrühe
100 ml Weißwein
50 g Parmesan
1 Handvoll Bärlauch
30 g Butter
Karotten:
500 g Karotten
1 EL Butter
1 TL Zucker
Salz

1. Risotto

Zwiebel fein würfeln und in Butter glasig dünsten
Reis dazugeben und kurz mitschwitzen
Mit Weißwein ablöschen
Nach und nach Brühe zugeben und unter Rühren ca. 18-20 Minuten garen
Zum Schluss fein geschnittenen Bärlauch, Parmesan und Butter unterheben

2. Karotten

Karotten schälen und längs halbieren
In Butter, Zucker und etwas Wasser ca. 10 Minuten garen
Leicht einkochen lassen, bis sie glänzend glasiert sind

3. Saltimbocca (gerollt)

Schnitzel dünn klopfen und leicht würzen
Dünn mit Tomatenpesto bestreichen
Mit Serranoschinken und Salbei belegen
Eng aufrollen und ggf. fixieren
In Olivenöl rundherum anbraten
Butter zugeben und kurz nachziehen lassen
Anschließend bei 160 °C ca. 8 Minuten im Ofen fertig garen



Dessert: Rhabarber-Tarte mit Mascarpone-Creme & Apfelcrumble



Mürbeteig:

250 g Mehl
125 g Butter
80 g Zucker
1 Ei

Belag:

400-500 g Rhabarber
80 g Zucker

Guss:

400 ml Sahne
4 Eier
100 g Zucker
1 Päckchen Vanillezucker

Mascarpone-Creme:

150 g Mascarpone
150 ml Sahne
50 g Zucker
1 Päckchen Vanillezucker

Crumble:

2 Äpfel
80 g Mehl
50 g Butter
50 g Zucker
Zubereitung

1. Tarte

Teig herstellen und in eine Tarteform drücken
Rhabarber in Stücke schneiden, mit Zucker mischen und ca. 30 Minuten ziehen lassen
Entstandene Flüssigkeit abgießen
Rhabarber auf dem Teig verteilen
Bei 180 °C ca. 20-25 Minuten vorbacken
Tarte herausnehmen
Sahne, Eier, Zucker und Vanillezucker verrühren
Guss auf die Tarte geben
Weitere 20 Minuten bei 180 °C backen
Anschließend mindestens 1 Stunde auskühlen lassen

2. Crumble

Äpfel würfeln
Mit Mehl, Butter und Zucker zu Streuseln verarbeiten
Bei 180 °C ca. 20 Minuten backen

3. Mascarpone-Creme

Mascarpone, Sahne, Zucker und Vanillezucker mit dem Handrührgerät aufschlagen, bis eine stabile Creme entsteht

**DAS
DEICHLUST
MENÜ**

Ab sofort wird
dieses Menü im VOI
in Buxtehude
serviert.

