

**Tartare de Noel**

\*

**Senfsüppchen mit Wachtel**

\*

**Rinderfilet Wellington**

**Thymian Portweinjus / Wintergemüse**

\*

**Bratapfel Tiramisu**

## Tartare deNoel

### Für den Thunfisch

300 g frischer Thunfisch (*Sushi-Qualität*)  
½ Schale Kresse  
1 TL Sesamöl  
Pfeffer & Salz  
1 TL Sesamkörner (*weiss oder schwarz*)

### Für die Avocado

2 Avocado, gereift  
1 Bio-Limette (*Abrieb optional*) benötigt wird circa 1 EL Limettensaft  
¼ Chilischote  
1 TL Sesamöl  
Pfeffer & Salz  
¼ Bund Koriander (*wer es mag*)

### Für den Salat:

Wintersalate gezupft, mit Olivenöl und weißem Balsamicoessig beträufeln.

### Der Thunfisch

Geben Sie für 5 bis 10 Min. ein paar Eiswürfel in eine Schüssel, um die Schüssel gut abzukühlen. Schneiden Sie den Thunfisch in max. 1 cm kleine Stücke – gerne feiner, entfernen Sie die feinen Silberhäutchen und geben Sie ihn in die vorgekühlte Schüssel. Behutsam salzen und pfeffern, Sesamöl hinzugeben, vorsichtig durchrühren, dann Schüssel in den Kühlschrank stellen.

### Die Avocado

Chilischote sehr fein schneiden. Avocado in max. 1 cm kleine Stücke – gerne feiner – schneiden und in eine Schüssel geben. Vor dem Auspressen etwas von der Schale der Bio-Limette abreiben. Limettensaft (ca. 1 EL) zur Avocado hinzugeben und verrühren. Achten Sie darauf, dass sich der Saft gut mit den Avocadostücken vermischt, denn sonst werden sie schnell braun. Salzen und pfeffern, Chili und Sesamöl zu der Avocado geben (*wer es mag* gibt jetzt auch den fein geschnittenen Koriander hinzu). Den Abrieb der Limettenschale vorsichtig unterheben, so erhält man etwas mehr Limettenpower.

### Alles zusammenbringen

Die Schüssel mit dem vorbereiteten Thunfisch aus dem Kühlschrank nehmen und etwas grob gehackten Dill untermischen. Den Anrichtring, benetzen mit etwas Wasser (dann klebt es weniger) platzieren Sie diesen auf einen angemessen großen Teller. Schichten Sie nun Ihren Thunfisch-Tatar abwechselnd mit dem Avocado-Tatar zu einem Thunfisch-Avocado-Tatar mit einem Löffel in den Ring. Pressen Sie die Masse dann ganz leicht in Form, aber seien Sie bitte vorsichtig, damit der Thunfisch und die Avocado nicht zermatschen.

Anrichtring abziehen und den Thunfisch-Avocado-Tatar mit Kresse und etwas Sesam bestreuen. Dazu stellen wir etwas Miso-Mayonnaise her. 1 TL Miso Paste mit der 4 Löffeln Mayonnaise vermischen.

Mayonnaise: 2 Eigelbe mit 1 TL Senf verrühren, dann nach und nach 100 ml Erdnuss oder Rapsöl mit einem Schneebesen einrühren. Mit 1 EL Limettensaft abschmecken.

Garnitur: gerösteter weißen und oder schwarzen Sesam, Granatpfelkerne

## Senfsuppe mit DijonSenf

2 Lauchstängel, nur heller Teil  
150 g mehlig kochende Kartoffeln  
½ TL Salz  
Butter zum Dämpfen  
3 EL körniger Senf  
200 ml Fleischbouillon, heiß  
30 ml Sahne  
1 EL scharfer Dijon-Senf  
einige Schnittlauchröllchen und/oder Estragonblättchen

Lauch putzen und in feine Ringe schneiden. Kartoffeln schälen (in kaltem Wasser lagern).

Lauch mit etwas Salz in Butter andämpfen. Kartoffeln dazu reiben und bei höherer Hitze andämpfen.

Senf und Bouillon zufügen.

Zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 15 Minuten köcheln.

Suppe pürieren. Mit Rahm und der Hälfte des Senfs verfeinern, abschmecken.

Anrichten: Die Suppe mit dem Stabmixer schaumig aufmixen, ggf. mit geschlagener Sahne aufschlagen. In Tassen oder Bowls verteilen. Mit Schnittlauch und/oder Estragon bestreuen.

Garnituren Ideen: Rote Beete Sprossen, Räucherlachsstreifen, Lauchöl

## **Wachteln auslösen**

Das Auslösen von Wachtelbrust und Wachtelkeule erfolgt in mehreren Schritten:

Die Wachteln einzeln auf dem Küchenbrett bereit legen.

Zuerst die Keulen seitlich von den Brüsten einschneiden und nach unten klappen.

Die Wachtelkeulen einschneiden

Die Haut der Brust spannen, so kann man mittig das Brustbein gut erkennen.

Die Haut der Wachtelbrust spannen

Die erste Brust durch einen feinen Schnitt entlang dem Brustbein-Knochen ablösen.

Die Wachtelbrust einschneiden

Die Brust am Knochen entlang sauber ausschneiden, das Gelenk am Flügelknochen durchtrennen.

Wachtelbrust abschneiden

Die zweite Wachtelbrust ebenso entlang dem Knochen abschneiden bzw. auslösen.

Die Wachtel an der ersten Keule halten und umdrehen.

Die Keulen am Knochen entlang durch das Gelenk einschneiden und die Keule abnehmen.

Die zweite Wachtelkeule ebenso auslösen.

Die unteren Knochen der Wachtelkeulen mit zwei Finger umschließen und das Fleisch mittig zurück schieben.

Der untere Knochen der Wachtelkeule ist so frei gelegt.

Die unteren Knochen der Wachtelkeule am Gelenk lösen und abnehmen.

Den oberen Kopf der Wachtelkeule mit mit einem großen Kochmesser abhacken.

Den oberen Knochen der Wachtelkeulen entsprechend der Länge der Wachtelkeule kürzen.

Den verbliebenen Keulen-Knochen durch das Keulen-Fleisch und die Haut stechen.

## Filet Wellington

1 kg Rinder- oder Kalbsfilet

3 Schalotten

20 g getrocknete Steinpilze

300 g Champignons

1 Bund glatte Petersilie

2 EL Crème fraîche

300 g Blätterteig

2 Eigelbe

50 g Olivenöl

Steinpilze in kaltem Wasser einweichen. Das Fleisch in heißem Öl rundherum etwa fünf Minuten anbraten, herausnehmen salzen, pfeffern und abkühlen lassen.

Schalottenwürfel glasig dünsten und die feingehackten Champignons und Steinpilze zufügen und dünsten, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Die Crème fraîche untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken, erkalten lassen. Die Masse sollte eine streichfähige Konsistenz haben.

Den Blätterteig zu einem Rechteck von 30 x 40 cm ausrollen. Das Filet mit der Pilzmasse bestreichen und mit der gehackten Petersilie bestreuen. Nun das Fleisch in den Teig einschlagen. Die Seiten fest zusammendrücken. Die Teigoberfläche kann mehrmals eingeschnitten und ggf. mit Teigresten verziert und mit Eigelb bestrichen werden.

Das Filet auf ein Backblech legen, mit Wasser besprengen und in den Backofenschieben. Auf 200°C etwa 40 Minuten backen.

## Thymian-Portweinjus

1,5 kg Kalbsknochen oder Rinderknochen  
1 Stange Porree grob geschnitten  
3 Karotten grob geschnitten  
2 Zwiebeln grob geschnitten  
½ Selleriekrolle grob geschnitten  
100 g Tomatenmark  
2 L Brühe alternativ Wasser  
5 Knoblauchzehen  
10 Wacholderbeeren  
2 L Rotwein alternativ roten Traubensaft  
5 Lorbeerblätter  
1 Bund Rosmarin  
1 Bund Thymian  
Öl zum Anbraten

Die Knochen scharf anbraten bis sie dunkelbraun geröstet sind. Das in grobe Würfel geschnittene Gemüse, die Kräuter, Wacholderbeeren, Lorbeerblätter und Knoblauch dazugeben. Das Tomatenmark ebenfalls dazugeben und weiterrösten.

Mit 1,5 Litern Rotwein - alternativ Traubensaft - und ½ Liter Wasser oder Brühe ablöschen und einkochen lassen. Das ganze mehrmals wiederholen. Ca. 4 Stunden köcheln lassen.

Über Nacht kaltstellen, am nächsten Tag nochmal aufsetzen und nach 1,5 Std. köcheln die Sauce durch ein feines Sieb passieren. Mit 0,2 Litern Rotwein - alternativ Traubensaft - angießen und ca. 30 Minuten köcheln lassen.

Danach mit den Gewürzen abschmecken, Salz, Pfeffer Säure und je nach Konsistenz mit etwas Stärke abbinden.

## Glasiertes Wintergemüse

3 mittelgroße Karotten  
3 Pastinaken  
2 Petersilienwurzeln  
½ Selleriekopf  
2 kleine rote Bete, vorgekocht  
2 EL Butter  
2 EL Olivenöl  
2 EL Honig oder Ahornsirup  
100 ml Gemüsefond  
1 EL Balsamico oder Apfelessig  
2 Zweige frischer Thymian  
2 Zweige Rosmarin  
*Optional:*  
1 TL Orangenzesten  
1 EL Granatapfelkerne zum Garnieren  
1 MSP Kreuzkümmel oder Piment für die winterliche Würze

Gemüse vorbereiten: Alles schälen, in gleichmäßige Stifte oder Rauten schneiden. Rote Bete separat halten, damit sie das restliche Gemüse nicht verfärbt.

Anschwitzen: In einer großen Pfanne oder einem breiten Topf Butter und Öl erhitzen. Wurzelgemüse (außer Roter Bete) zugeben und bei mittlerer Hitze anschwitzen.

Glasieren: Honig zugeben, leicht karamellisieren lassen. Mit Gemüsefond und Balsamico ablöschen. Kräuter dazugeben. Zugedeckt 8–10 Minuten garen, bis das Gemüse bissfest und glasiert ist.

Rote Bete: Vorgekochte Rote Bete zuletzt separat in etwas Butter und Honig erwärmen, dann vorsichtig unter das Gemüse heben.

Mit Salz, Pfeffer und optional Orangenzeste und winterlichen Gewürzen abschmecken.

## Bratapfel Tiramisu

### Biskuit

4 Eier  
150 g Zucker  
1 Prise Salz  
100 g Mehl  
50 g Speisestärke

Backofen auf 180 Grad (Umluft: 160 Grad) vorheizen.

Eier mit Zucker und Salz in etwa 10 Minuten dickschaumig aufschlagen.

100 g Mehl mit 50 g Speisestärke mischen, sieben und mit einem Teigschaber vorsichtig unter die Eimasse heben.

Biskuit backen und weiterverarbeiten.

Flach ausgestrichen auf einem mit Backpapier/Backmatte ausgelegten Backblech benötigt der Biskuit ca. 10-12 Minuten.

Da die Backzeit je nach Ofentyp und Alter des Backofens etwas variieren kann, sollte man den Biskuit während des Backens im Auge behalten und ggf. 1–2 Minuten länger oder kürzer backen.

### Bratapfeltiramisu

250 g Mascarpone  
200 g Schlagsahne  
60 g Zucker  
1 Päck. Vanillezucker  
100 g Spekulatius (oder Biusquit)  
2 Äpfel  
35 g Butter  
1 TL. Zimt/Zuckerd  
1 20 g Mandeln gestiftelt  
20 ml Amaretto  
20 ml Apfelsaft  
Kakaopulver zum beztrüben

Die Butter in der Pfanne zerlassen. Den geschälten und klein gewürfelten Apfel in die Pfanne geben, kurz bei mittlerer Hitze braten, Zimtzucker und die gehackten Mandeln dazugeben, verrühren und mit Apfelsaft und Amaretto ablöschen. Kurz köcheln lassen und zum Abkühlen auf die Seite stellen. Danach die Sahne steif geschlagen. In einer anderen Schüssel Mascarpone, Zucker und Vanillezucker vermischen. Die Sahne vorsichtig unter den Mascarpone heben.

Die Spekulatius Kekse zerbröseln, z.B. in einem Gefrierbeutel mit dem Hammer draufklopfen.

Dann in kleinen Gläschchen anfangen zu schichten: Erst die Creme, danach den Bratapfel und dann die Kekskrümel, danach wieder Creme.

Am besten über Nacht kühl stellen.

Vor dem Verzehr mit Kakao bestäuben!