

Allerley Tafeleyen

Sizilien - viel mehr als Mafia

Sizilien? Na klar, Mafia! Diesen Automatismus hat sich der Verlag für sein Sizilienkochbuch mit viel Witz zu eigen gemacht und den Buchumschlag mit reihenweise Mafiosi (Kennzeichen: große Sonnenbrille) geschmückt. Im Inneren gibt es 60 (gefährlose) landestypische Gerichte und jede Menge Wissenswertes über die Insel vor der italienischen Stiefelspitze. Eine Küche, die geprägt ist von Eroberern und Einwanderern, an deren Anfang Phönizier, Griechen und Römer standen. Das Meer mit Sardinen, Schwertfisch, Tunfisch, aber auch das Landesinnere mit Hasen, Rebhühnern, Ziegen und sogar Rindern geben der Küche Siziliens den typischen Geschmack. Ein hinreißendes Kapitel ist



Sizilien Kochbuch, Verlag Kaleidoskop, 120 Seiten, 9,95 Euro.

dem Einfluss der arabischen Welt gewidmet. Und wer noch ein Urlaubsziel braucht, kann sich mit diesem Kochbuch auf Sizilien einstimmen lassen. (thr)

Gourmet-Ziele online erreichen

Die „Restaurant-Hitlisten“ und „Die besten Köche“ haben ein gastronomisches Online-Angebot entwickelt. Das Portal führt zu Köchen und Restaurants, zu regionalen und überregionalen Gourmet-Zielen. Über das Forum haben Nutzer die Möglichkeit zum Gedankenaustausch bzw. zur Interaktion. Suchfilter erleichtern die Recherche nach den Lieblings-Restaurants. Seit Neuestem gibt es ein Angebot für und über Sommeliers, die dem Menü oft erst die höheren Weihen geben.

➔ www.die-besten-koecher.com

Kochkurs Asiatisch

Die hochwertigen Kochbücher des Teubnerverlages, von denen wir drei am vergangenen Wochenende verlost haben, fanden reges Interesse. 210 Leserinnen und Leser meldeten sich unter der Glückstelefonnummer. Die „Kochkurse Asiatisch“ gingen an: Gabriele Grauert, Kassel; Elfriede Leimbach, Fulda; Gerhard Raabe, Kassel. Die Bücher wurden den Gewinnern zugeschickt.



Gutes noch besser machen: Gepökelter Kalbstafelspitz mit zweierlei Saucen. Fein geriebener frischer Meerrettich gibt dem Gericht von Chefkoch Jürgen Richter den letzten Kick. Foto: Lantelme



Jürgen Richter, Chefkoch im Restaurant „Zum Steinernen Schweinchen“ in Kassel.

Archivfoto: Lantelme

www.steinernes-schweinchen.de

ZUTATEN

Rezept für 4 Personen
600 g Kalbstafelspitz sauber pariert, der in 5 ltr. Wasser mit 2 EL Pökelsalz 24 Stunden eingelegt worden ist.
1 Stange Lauch,
1 Zwiebel,
2 Karotten,
1/4 Sellerie,
2 Knollen Rote Bete,
150 g Meerrettich frisch,
4 Stangen Zwibellauch,
200 g Kartoffeln,
0,1 ltr. Sahne,
0,1 ltr. Brühe,
Salz, Pfeffer, Pfefferkörner,
Lorbeerblatt,
1 Nelke,
2 Wacholderbeeren,
1/2 Knoblauchknolle.

Erfrischendes Bad in Salz

Zart errötet und wunderbar würzig - Kalbstafelspitz von Jürgen Richter

Als Tafelspitz wird in Bayern und Österreich das spitz zulaufende, zarte Schwanzstück vom Rind bezeichnet. Das Stück hat einem berühmten Gericht der Wiener Küche den Namen gegeben. Immer wird das Schwanzstück im Ganzen mit Suppengrün in Wasser oder Fleischbrühe gekocht, in Scheiben geschnitten mit Apfel- oder Semmelkren (einer Mischung aus geriebenem Kren und Äpfeln bzw. Semmeln) und etwas

von der entstandenen Brühe serviert. Beilagen sind in Brühe gekochte Wurzelgemüse und Kartoffeln, Röstkartoffeln oder auch Erdäpfelschmarrn, Dillrahmfisolen (Grüne Bohnen in einer Sauce aus Sahne und Dill) oder Spinat. Auch Schnittlauchsauce (eine Art Mayonnaise mit Schnittlauch) ist üblich.

Sterne Koch Jürgen Richter hält sich an solche Vorgaben nur locker. Kalb statt Rind,

dazu noch gepökelt und mit zweierlei Saucen: ein kulinarisches Gedicht.

Zubereitung

Kalbstafelspitz nach dem Pökeln ca. 1 Stunde mit Lauch, Zwiebeln, Karotte, Sellerie, wenig Salz, Pfefferkörnern, Lorbeerblatt, 1 Nelke, 2 Wacholderbeeren, 1/2 Knoblauchknolle gar kochen.

Salzkartoffeln gar kochen. Rote Bete in Scheiben ausstechen, auf Teller anrichten. Ta-

felspitz dazugeben.

Sauce von Meerrettich und Roter Bete angießen. Von der Hälfte der gekochten Kartoffeln mit restlicher Rote Bete ein Püree herstellen. Ebenso mit dem restlichen Meerrettich und den restlichen Kartoffeln.

Beides als Rosetten auf den Teller spritzen. Mit Kartoffelchips und blanchiertem Zwibellauch garnieren, auf das Fleisch wenig geriebenen Meerrettich geben.

Expertentipp

Welcher Wein wozu?

Eine Leibspeise der K.u.K.-Dynastie. Ein feiner, edler Tafelspitz, ob geadelt oder nicht, verlangt nach einer standesgemäßen Begleitung. Ein Wein aus gutem Hause mit besten Referenzen - versteht sich. Fündig wird man für dieses Arrangement in „Richters Weinkarte“ am ehesten im Heimatland von Franzl und Sissi. Das EU-Musterland Österreich hat derzeit auch in Sachen Wein Beeindruckendes und Vielseitiges zu bieten.



Michael Kugel

Für dieses Gericht würde mir die konservative Regel „Helles Fleisch = Weißwein“ am ehesten zusagen. Aus dem sonnenverwöhnten Burgenland (eigentlich eher bekannt für die besten Rotweine des Landes) kommt ein körperreicher Grüner Veltliner vom Weingut Würzinger. Dieser Weißwein entfaltet sich am Gaumen cremig, kräftig, mit überraschend schöner Länge. Im Abgang zeigt er sich ganz typisch mit einer pfeffrigen Note. Im Duft gibt's noch Aromen von reifen Früchten obendrauf. Der Meerrettich kann kaum milder gestimmt werden.

In der Wachau füllt das Weingut Emmerich Knoll einen gehaltvollen und wunderbaren Riesling Smaragd trocken in die Flasche. (Smaragd = höchste Kategorie der Winzer-Vereinigung Vinea Wachau Nobilis Districtus für die wertvollsten und reifsten Weißweine allerbesten Lagen). Der Wein bietet neben der Noblesse (wir denken an das zarte Fleisch) auch alle Raffinesse, sich mit der Roten Bete einzulassen. mail@weintip.de

Fitmacher Rosenkohl

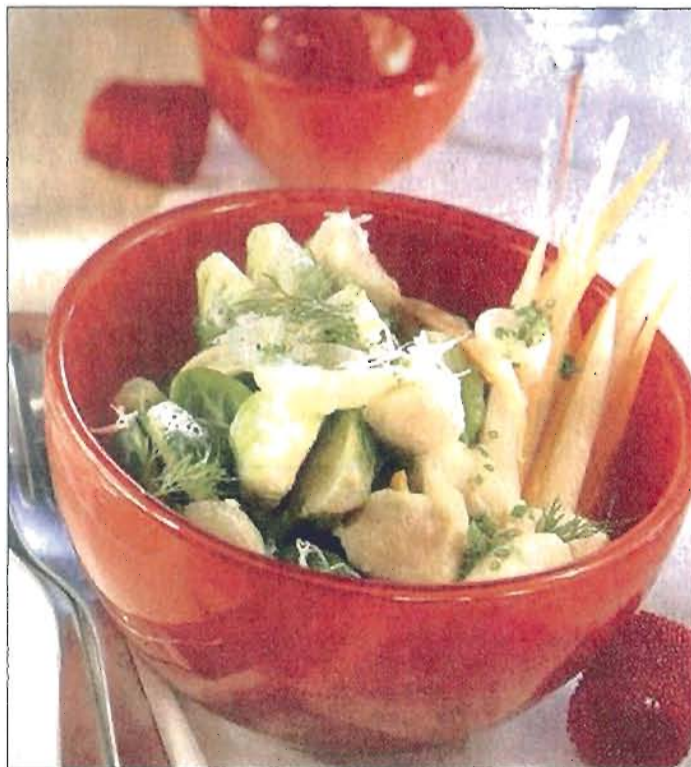
Die kleinen Kohlköpfchen schmücken jede Gemüseplatte

Rosenkohlröschen machen sich auf Gemüseplatten mit ihrer schönen Form einfach gut. Von September bis März kommt das herzhaft-würzige Gemüse frisch vom heimischen Feld. Neben Kalium und Eisen trumpft Rosenkohl vor allem mit durchschnittlich 115 Milligramm Vitamin C pro 100 Gramm auf. Damit erweisen sich die Röschen als echter Fitmacher für das Immunsystem.

Unser Vorschlag: Rosenkohl-Ragout mit Wurzelgemüse und Quarkknocken.

2 Zwiebeln, 100 g Möhren, 150 g Petersilienwurzeln, 3 EL Haselnusskerne, 500 g Rosenkohl, 2 EL Butterschmalz, 400 ml Gemüsebrühe, 1 Bund gemischte Kräuter, 2 EL geriebener Meerrettich, 200 g Quark (20 % Fett), 160-180 g trockenes Weißbrot, 150 g Sauerrahmbutter, 1 Ei, 1 Eigelb, Salz, Pfeffer, Muskat.

➔ Quark zum Abtropfen auf das Sieb legen. Weißbrot im Mixer oder Blitzhacker fein zerbröseln. Die Butter schaumig-weiß schlagen. Zwei Drittel der schaumigen Butter abtrennen und kühl stellen. Zwei EL der Weißbrotbrösel unter die restliche Butter schlagen, dann Ei und Eigelb zugeben. Die restlichen Brösel und den Quark unterrühren und alles mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Teig kurz ruhen lassen. ➔ Zwiebeln schälen und in



Rosenkohl-Ragout mit Quarkknocken - Augenweide und wohl schmeckender Fitmacher zugleich. Foto: cma/jnh

Scheiben schneiden. Möhren und Petersilienwurzeln schälen und klein würfeln. Haselnusskerne grob hacken. Den Rosenkohl putzen, Strunk kreuzweise einschneiden. Große Rosenkohlstücke halbieren. Bis auf den Rosenkohl alles mit Butterschmalz zwei Minuten unter Rühren anbraten. Dann den Rosenkohl zugeben, das Gemüse mit der Brühe aufgießen, mit Salz und

Pfeffer würzen und zugedeckt zehn Minuten garen.

In der Zwischenzeit die Kräuter waschen, trocken schütteln, zupfen und hacken. Mit feuchten Händen Quarteigknödelchen formen, in einem großen Topf in Salzwasser zehn Minuten gar ziehen lassen. Die kalte, schaumige Butter löffelweise unter das Ragout rühren, Kräuter und Meerrettich zugeben.