

## Menuvorschlag von esepopese

Lauwarme Vorspeise

### Kalbsfleischfarce mit Brunnenkresse im Schinkensäckchen

Zutaten

200 g mageres Gehacktes vom Kalb  
1 Schalotte  
½ Bd. Brunnenkresse  
Salz  
Pfeffer  
1 TL Chiliflocken  
Schnittlauchhalme, blanchiert  
8 Scheiben luftgetrockneter Schinken  
4 Scheiben Ziegenkäse  
2 Scheiben Pumpernickelbrot

Zubereitung

Schalotte fein hacken und mit Olivenöl in einer Pfanne andünsten. Das mit einer Prise Salz und Pfeffer gewürzte Hackfleisch hinzufügen und anbraten. Mit den Chiliflocken würzen und mit gesalzener Kresse vermengen. Zwei Schinkenscheiben über Kreuz legen und in die Mitte ein Häufchen Fleischfarce setzen, zum Säckchen hochziehen und mit blanchierten Schnittlauchhalmen zusammenbinden.

Zum Servieren Pumpernickelscheiben (ø 5 cm) ausstechen, mit einer ebenso großen Scheibe Ziegenkäse belegen und die Säckchen darauf setzen. Mit Schnittlauchröllchen garnieren.

Suppe

### Exotisches Schaumsüppchen mit grünen Spargelspitzen

Zutaten

Für die Suppe

500 g grüner Spargel  
40 g Butter  
1 TL Zucker  
100 ml Sahne  
2 Kugeln Beurre manié  
Salz, Pfeffer, Zitrone, Muskat

Für die Butter

4 EL Butter  
½ TL Chiliflocken

2 Knoblauchzehen  
4 Scheiben Ingwer  
1 Vanilleschote  
½ TL Kurkuma

Für die Croûtons  
2 Scheiben Weißbrot  
4 EL Butter  
1 TL Chiliflocken

### Zubereitung

Spargel waschen, trocknen und die Enden sorgfältig schälen. Das obere Drittel abtrennen und die unteren Stangen bspw. für den Hauptgang verwenden. Spargelköpfe in leicht gesalzenem Zuckerwasser mit Butter 5 Minuten köcheln lassen und herausnehmen. Sahne mit 2 Eigelben mixen, in die Spargelbrühe einrühren, kurz aufkochen lassen und mit der Beurre manié etwas andicken. Mit Salz, Pfeffer, Zitrone und Muskat abschmecken.

Für die Chilibutter Ingwer und Knoblauch in Scheiben schneiden und die Vanilleschote anritzen. Die Butter in einer Pfanne zerlassen, alle Gewürze hinzu geben und kurz durchziehen lassen.

Für die Croûtons zunächst das Weißbrot in Würfel schneiden. Die Butter in einer unbeschichteten Pfanne zerlassen und das Brot darin anrösten. Mit Chiliflocken würzen und gut darin wenden.

Die Suppe mit einem Pürierstab kräftig aufschäumen. In vorgewärmte Schüsseln nun zunächst den Schaum gießen, dann einige Spargelspitzen zugeben und mit Chilibutter und –croûtons garnieren.

### Hauptgang

Mit Vollkornbulgur gefüllte Dorade an grünem Spargel mit gerösteten Pinienkernen und Mandelsauce

### Zutaten

4 küchenfertige Doraden  
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
Öl

500 g grüner Spargel  
1 TL Zucker  
40 g Butter  
Salz

50 g Pinienkerne

Für den Bulgur  
200 g Vollkornbulgur

250 ml Gemüsebrühe  
100 g rote Linsen  
100 g entsteinte getrocknete Datteln  
1 TL Cumin  
1 TL Zimt  
1 TL Kardamom  
½ TL Koriander  
½ TL Kurkuma  
1 Knoblauchzehe  
Ingwer  
Chiliflocken  
4 EL braune Butter  
2 EL frische Minze  
1 EL frische Petersilie

Für die Sauce

1 hart gekochtes Eigelb  
100 g gemahlene Mandeln  
250 ml Milch  
125 ml Sahne  
½ EL Petersilie  
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Den Vollkornbulgur mit der heißen Brühe übergießen und zugedeckt quellen lassen. In der Zwischenzeit die Linsen 5 Minuten zugedeckt köcheln lassen, so dass sie schön sämig sind. Die Datteln zerkleinern und unter den Bulgur heben. Knoblauch und Ingwer fein reiben und mit den anderen Gewürzen ebenfalls hinzufügen. Nun das Wasser von den Linsen abgießen und den aufgelockerten Bulgur untermischen. Noch etwas köcheln lassen, dann die braune Butter und die frischen Kräuter unterrühren.

Die Doraden waschen, trocken reiben und weit aufschlitzen. Jeden Fisch mit je einem Viertel der Bulgurmischung füllen, zusammen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, mit etwas Öl beträufeln und 30 Minuten backen.

In der Zwischenzeit den grünen Spargel waschen, trocken tupfen und die Enden schälen. Die Spitzen abschneiden und die Stangen halbieren. Den Spargel in leicht gesalzenem Zuckerwasser mit Butter 5 Minuten köcheln lassen. Die Pinienkerne in einer ungefetteten Pfanne kurz goldig rösten.

Für die Sauce das Eigelb mit der gehackten Petersilie zerdrücken und mit der Milch und der Sahne verrühren, währenddessen aufkochen. Die Mandeln unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die gefüllten Doraden aus dem Ofen nehmen, häuten, pfeffern und auf einen Teller legen. Daneben zunächst den Spargel, darauf die gerösteten Pinienkerne und die Sauce anrichten. Den Fisch mit einer halben Zitrone garnieren.

## Dessert

### Mit Rhabarbermus gefüllte Teepfannkuchen auf Vanilleschaum

#### Zutaten

##### Für die Pfannkuchen

1,5 Tassen abgestandener schwarzer Tee

1 Ei

2 TL Salz

1,5 Tassen Mehl

2 Tassen Milch

##### Für die Füllung

4 Stangen Rhabarber

75 g Zucker

2 TL Vanillezucker

½ EL Speisestärke

Wasser

##### Für den Schaum

80 ml Milch

80 ml Sahne

1 Vanilleschote

3 Eigelbe

40 g Zucker

n. B. Zimt

#### Zubereitung

Die Zutaten für die Teepfannkuchen miteinander vermengen und in einer unbeschichteten Pfanne bei starker Hitze die Pfannkuchen ausbacken.

Den Rhabarber putzen und in 1-2 cm große Stücke schneiden, kurz abwaschen und in einen Topf mit sehr wenig Wasser geben. Aufkochen lassen. In der Zwischenzeit Zucker und Vanillezucker hinzufügen, die Speisestärke mit wenig Wasser mischen und ebenfalls dazu geben. 5 Minuten köcheln lassen.

Die Vanilleschote anschlitzeln und zusammen mit der Sahne und der Milch in einen Topf geben, aufkochen. Währenddessen Zucker und Eigelbe mit einem Handrührgerät schaumig schlagen. Die warme Mischung in die Eimasse fließen lassen, dabei permanent rühren. Anschließend mit dem Schneebesen über Wasserdampf kräftig aufschäumen.

Das Rhabarbermus in die Pfannkuchen einrollen und einige Schnecken abtrennen. Dessertteller vorwärmen, darauf etwas von dem Schaum sowie von dem Mus gießen. Auf dem Schaum einen halben Pfannkuchen und die einzelnen Schnecken anrichten. Mit reichlich Zimt bestreut servieren.