

Silvester-Snacks im ARD-Morgenmagazin 28.12.2017

Kingfish

Avocado – Kokos – Pomelo

Bayerische Garnele

Curry – Kaiserschote – Ingwer

Asiatischer Rindfleischsalat

Papaya – Salatherz – Soja

Maishähnchen

Linse – Kichererbse – Joghurt

Vanillemousse

Granatapfel – Kakao – Feige

Alle Rezepte sind für ca. 6 Personen

1)

KINGFISCH

Avocado – Kokos – Pomelo

Avocadocreme

1 Stück Avocado weich

½ Zehe Knoblauch

2 Spritzer Zitronensaft

1 Stück von einer Chilischote (je nach Geschmack)

Salz/Pfeffer

Die Avocado schälen und vom Kern befreien, alle Zutaten zusammen mixen und würzen. Am besten in einen Spritzbeutel abfüllen und mit Alufolie umwickeln, damit die grüne Farbe nicht verloren geht.

Apfel – Staudenselleriesalat

1 Stück Granny Smith

1 Stange Staudensellerie

1 EL Pomelo-Öl

Salz/Pfeffer

1 Spritzer Zitronensaft

Apfel und Staudensellerie waschen und in schöne Formen schneiden. Mit dem Öl marinieren und abschmecken.

¼ Stück Pomelo

Die Pomelo schälen und in kleine Segmente zupfen.

Kokosfond

200ml Kokosmilch

2 Stangen Zitronengras grob geschnitten

2 Limettenblätter

1 Zehe Knoblauch, angedrückt

1 kleines Stück Chili

Salz/Pfeffer

Alle Zutaten langsam aufkochen und ziehen lassen. Umso länger desto intensiver der Geschmack.

Kresse/Salat Deko

Vene Kresse oder Blutampfer

etwas Frisée

Korianderblättchen

200g Kingfish

Den Fisch in ganz dünne Scheiben schneiden und hübsch auf dem Teller drapieren.

2)

BAYERISCHE GARNELE

Curry – Kaiserschote – Ingwer

Curryschaum

¼ Stück Ananas
1 Stück Banane
¼ Stück Mango
Currypulver (Anapura)
1 Schalotte
200ml Gemüsebrühe
200ml Milch
Salz/Pfeffer
1 TL Kokosfett

Die Schalotte grob würfeln und im Kokosfett andünsten und mit Curry bestäuben. Gewürfelte Ananas, Banane und Mango dazugeben und kurz farblos mit anschwitzen. Milch und Brühe zugeben und einmal aufkochen. Bei kleiner Hitze 10 min köcheln lassen. Den Schaum pürieren und durch ein feines Sieb passieren. Je nach Konsistenz noch einen Schuss Milch dazugeben und lecker abschmecken. Vor dem Servieren erwärmen und mit dem Mixstab aufschäumen.

Ananaswürfel

¼ Stück Ananas
Curry
1 Stück Orange

Die Ananas in schöne Würfel schneiden und mit Currypulver und evtl. mit einer kleinen Prise Zucker würzen. Die Orange auspressen und mit den Würfeln vermengen. Für einen intensiveren Geschmack können die Würfel einen Tag vorher im Saft vakuumiert werden.

100g Kaiserschoten

Die Kaiserschoten in kochendem Wasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Kurz vor dem Servieren in etwas Curryschaum oder Butter oder perfekter Weise in Krustentierfond warmschwenken. Eine andere Alternative wäre, sie einfach in einer heißen Pfanne in Kokosöl anzubraten.

Crumble

50g Erdnüsse, gesalzen
30g Kakaobruch (Backabteilung)
20g Sushi Ingwer, eingelegt, alternativ frischer Ingwer, in leichtem Zuckerwasser aufgekocht

Die Erdnüsse hacken und mit dem Kakaobruch vermischen. Den Sushi Ingwer leicht abtropfen lassen und fein schneiden. Mit den Nüssen vermischen.

Garnelen

1 EL Sesamöl
1 kleines Stück Ingwer

Ein kleines Stück Ingwer reiben und mit dem Sesamöl vermischen. Die Garnelen damit marinieren und warm stellen. Man kann die Garnelen komplett roh verzehren, kurz in den Ofen legen, unter der Wärmelampe temperieren, aber auch vorher normal braten.

3)

ASIATISCHER RINDFLEISCHSALAT

Papaya – Salatherz – Soja

2 Stück Salatherzen

1 Papaya

100g Mini Kirschtomaten

100g Chicken Chili Sauce

50ml Sojasoße

1/4 Stück Chili, fein gehackt

½ Zehe Knoblauch, fein gehackt

1 kleines Stück Ingwer, fein gehackt

200g Rinderfilet / alternativ: Roastbeef oder Steakhüfte

2 Limetten

Salz/Pfeffer

2 Pfannen aufstellen und stark erhitzen. In der ersten Pfanne die Fleischstreifen von einer Seite scharf anbraten und mit Sojasoße, Knoblauch, Ingwer und Chili ablöschen. Direkt aus der Pfanne holen.

In der anderen Pfanne gezupfte Salatherzen, Papayascheiben und die Tomaten ohne Fett anbraten.

Den Salat mit Limettensaft und Chilisauce abschmecken. Das Fleisch mit dem Salat im Teller schichten, damit der Gast alles zusammen in den Mund nimmt. Gerne kann dieser Salat mit Thaibasilikum garniert werden.

4)

MAISHÄHNCHEN

Linse – Kichererbse – Joghurt

2 Brüste Maishähnchen
1 Löffel Joghurt
1 EL Garam Masala

Die Brüste gut würzen und mit dem Joghurt marinieren, am besten über mehrere Stunden.
Die Marinade grob abstreichen und die Brust kräftig mit Salz würzen und in einer Grillpfanne anbraten.

Kichererbsensalat

1 Dose Kichererbsen, vorgegart (200g)
1 Stück Rote Zwiebel
1 Stück Tomate
½ Gurke
¼ Bund Petersilie glatt fein gehackt
2 Zitronen
Olivenöl

Die Kichererbsen abgießen und gut abtropfen lassen. Den Zitronensaft kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und langsam das Öl einrühren. Tomaten, Gurken und Zwiebeln in feine Würfel schneiden und mit dem Dressing, Petersilie und den Kichererbsen zu einem frischen Salat marinieren.

Linsenmousse

200g Rote Linsen
50g Tomatenmark
300ml Gemüsebrühe
1 Stück Möhre, grob gewürfelt
1 Stück Schalotte, gewürfelt
½ Zehe Knoblauch, gehackt
1 Stück Chili, geschnitten
1 Zweig Thymian
Kokosöl
Salz/ Pfeffer
Gewürze nach Belieben (Kreuzkümmel, Fenchelsamen, Koriandersaat, Ras el Hanout)

In einem Topf das Kokosöl schmelzen und die Zwiebeln, Knoblauch, Chili und die Möhre darin anbraten. Das Tomatenmark zugeben und mit den Gewürzen bestreuen. Die Linsen zugeben und bei mittlerer Hitze gold/farblos anschwitzen. Mit Brühe ablöschen und mit dem Thymianzweig ca. 30 min köcheln lassen. Die Masse mixen und mit Salz abschmecken. Das Püree könnte man in schöne Formen abfüllen, einfrieren, rausdrücken und auf den Tellern auftauen lassen.

Kräuterjoghurt

300g Joghurt (10% Fett)
½ Bund Minze oder Koriander
½ Stück Zitronen
Salz/Pfeffer

Die Kräuter sehr fein hacken und mit dem Joghurt vermischen. Mit Zitrone und den Gewürzen kräftig abschmecken.

5)

WEISSES SCHOKOMOUSSE

Granatapfel – Kakao – Feige

1 Stück Granatapfel

Den Granatapfel puhlen, ohne dass die Kerne zerschnitten werden.

2 Stück Feigen

Die Feigen vierteln und das Innenleben vorsichtig filetieren.

Crumbles

100g Haselnussmehl

100g Mehl

100g Brauner Zucker

Prise Salz

100g Butter

Alle Zutaten verkneten und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech krümeln. Im vorgeheizten Ofen ca. 10 min bei 170 Grad backen.

Vanillemousse

1 Ei

1 Eigelb

100g weiße Schokolade

Saft von einer Orange

1 Vanilleschote

80g Zucker

330g Sahne

3 Blatt Gelatine

Die Schokolade vorsichtig auf dem Wasserbad schmelzen. Währenddessen die Eigelbe mit einem Schuss Schokolikör und Orangensaft auf einem anderen Wasserbad aufschlagen. Dieser Vorgang heißt „zur Rose abziehen“. Die geschmolzene Schokolade wird in die warme Eirmischung gegeben und die eingeweichte Gelatine kommt auch hinzu. Wenn die Masse auf Zimmertemperatur gerührt ist, wird die Sahne untergerührt und die Mousse in Formen gefüllt.

Kakaoglasur

290 ml Wasser

120g Kakao

360 g Zucker

12g Gelatine

240g Sahne

Wasser und Sahne mit Zucker und Kakao aufkochen und die eingeweichte Gelatine dazugeben. Die warme Glasur kann nun über die gekühlte Mousse gegeben werden.