

Tipp:

- 1 Die Garnelenschwänze mitkochen, das ergibt ein besonders gutes Aroma. Dazu Riesengarnelen bis auf das letzte Schwanzglied abschälen. Den Garnelenbauch aufschlitzen und das Darmchen entfernen. Nach dem Kochen die harte Schale vor dem Pürieren herausfischen.
- 2 Gelatine immer im kalten Wasser einweichen, sonst löst sie sich schon vorher auf.
- 3 Blätterteig-Sesamstäbchen lassen sich aus tiefgefrorenem Teig selbst backen. Den Teig mit Sesamsaat bestreuen, in Streifen schneiden und auf Backpapier nach Packungsanleitung backen.



Tipp:

- 1 Wer Knoblauch mag, kann die Lammfilets mit einer Paste aus gepresstem Knoblauch, etwas Olivenöl und frischem Thymian bestreichen und über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen. Sie können den Knoblauch aber auch weglassen und das Fleisch mit den übrigen Zutaten marinieren.
- 2 Eine Vinaigrette wird besonders gut, wenn Sie alle Zutaten in einem geschlossen Einweckglas schaumig schütteln.

Safranreis Zutaten:

Pro Person
50 g Basmatireis
Weißwein
Einige Fäden Safran
Salz

Den Reis gründlich mit kaltem Wasser waschen, möglichst zwei bis drei Mal, damit er später nicht klumpt. In das kochende Salzwasser kommen einige Fäden Safran, den Reis nur al dente also bissfest kochen, abschütten und abtropfen lassen. Nach dem Abtropfen Reis von der Kochstelle nehmen. Er soll nur garziehen. Dabei mit der Gabel mehrmals umrühren. So wird der Reis schön locker.

- Tipp:** 1 Wer den Fisch etwas kuspig mag, kann ihn auch noch für die letzten 10 Minuten mit Oberhitze garen. Dazu muss aber das Pergament geöffnet werden.

Tipp:

- 1 Den Kuchen können Sie schon einige Tage vor dem Festtagsessen backen. Er kann nach dem Abkühlen tiefgefroren werden. Nach dem Auftauen vorsichtig in der Mikrowelle oder im Backofen erwärmen.

Ananasragout
1 gr. Ananas
1 El. Zucker
1 Teel. Butter
2 El. Rum

1/2 Ananas in kleine Würfel schneiden und die andere Hälfte in den Entsafter geben. Zucker und Butter zu einem leichten Karamel kochen und mit Rum und dem Saft der Ananas ablöschen. Das Ganze einkochen lassen und zum Schluß die kleingewürfelte Ananas dazugeben.

- 2 Verwenden Sie nur eine sehr, sehr gute Kuvertüre. Das ist das Geheimnis dieses Kuchens.



Weihnachtsmenü 2001 MDR THÜRINGEN-JOURNAL

Wir bedanken uns für die freundliche Unterstützung durch:

Küchen Zentgraf
Thüringen Park
99091 Erfurt
Nordhäuserstraße 73
Telefon: 0361 – 7 46 20 15

Café Rommel
Berthold Wübbelmann
99084 Erfurt
Johannesstr. 34
Telefon: 0361 – 6 42 26 09

Drogerie-Bistro
Maik Straubing
99084 Erfurt
Wenigemarkt 8
Telefon: 0361 – 6 42 28 50

Landhaus Ambiente
Karin Wollmeyer
99198 Erfurt-Linderbach
Weimarische Str. 16
Telefon: 0361 – 4 23 08 73

Blumen-Hauke
Renate Hauke
Anger 1
99084 Erfurt
Telefon: 0361 – 6 43 73 65

Globus
Die Globusmärkte in Thüringen

Eine Produktion von MOHR MEDIA
Film- & Fernsehproduktion im Auftrag des
MDR-LANDESFUNKHAUS THÜRINGEN.



www.mdr.de/thueringen

Diemar, Jung & Zapfe, Erfurt



in Ihrem
MDR THÜRINGEN-JOURNAL 30.11.
19.00 Uhr



Jedes Jahr dieselbe Frage: Was koche ich an Weihnachten? In vielen Familien gibt es das traditionelle Weihnachtessen. Wir wollen Ihnen dieses Mal ein festliches Menü vorschlagen: Eine kulinarische Überraschung für ihre Familie und Gäste. Zwei bekannte Experten, der Konditormeister Berthold Wübbelmann und der Koch Maik Straubing haben ein Menü mit vier Gängen zusammengestellt.

Lassen Sie sich von diesen Rezeptvorschlägen anregen!

Guten Appetit.
Und ein gesundes
Weihnachtsfest!

Ihr Thüringen-Journal-
Team.

30.11.
19.00 Uhr

APPETITANREGER

Garnelenmousse an Blätterteig



Zutaten für 4 – 6 Personen
250 g Riesengarnelen mit Schale
80 g Butter zum Braten
250 g zerlassene Butter
1 Zwiebel, gewürfelt
1 zerdrückte Knoblauchzehe
1/2 Stange Lauch, geschnitten
4 Champignons, gewaschen und geschnitten
1/2 Sellerieknolle, geschnitten
grob gezupfte (möglichst frische) Petersilie, Rosmarin, Dill, Estragon

Brunnenkresse (oder Gartenkresse)
2 geviertelte reife Tomaten
250 g süße Sahne
250 g trockener Riesling
250 g Fischfond
Weinbrand zum Ablöschen
3 Eigelb
Saft von einer Zitrone
Salz
1 Messerspitze Koriander
1 Messerspitze Edelsüß Paprika
3 Blatt Gelatine

Zubereitung:

Die Garnelen in Butter anbraten, die Champignons, den Lauch und den Sellerie dazugeben. Dann die Kräuter, die Kresse und die Tomaten unterrühren. Alles ca. 2 Minuten dünsten. Eine Messerspitze Paprika dazugeben und mit Weinbrand ablöschen. Den Fischfond, Weisswein und die süße Sahne in die den Topf geben und alles zusammen ungefähr eine halbe Stunde einkochen lassen. In der Zwischenzeit die Gelatine einweichen und die drei Eigelb in einer Schüssel mit Zitrone, Salz und einer Messerspitze Koriander würzen. Danach den Topfinhalt durch ein Sieb abgießen und die harten Garnelenschwänze entfernen.

Den abgessenen Fond halbieren und ein Teil zu den Eigelb geben. Die andere Hälfte zu den Garnelengemüsemix zurückgießen, das Ganze pürieren und anschließend nochmals durch ein Sieb streichen. Das Eigelbfondgemisch im Wasserbad zusammen mit 250 Gramm zerlassener Butter schaumig schlagen. Eigelb und Fischmousse werden jetzt vermischt, die Gelatine wird eingerührt. Das Masse noch einige Zeit kalt-rühren und dann die geschlagene Sahne unterheben. Das fertige Mousse mindestens 5 Stunden im Kühlschrank stehen lassen. Am Festtag an einem kleinen Salat mit Sesamblättertagestaben anrichten.

7.12.
19.00 Uhr

Rosa gebratenes Lammfilet an
Brunnenkressesalat
mit Himbeervinaigrette

VORSPEISE

Zutaten für 4 Personen
4 Lammfilet
ca. 200 g Brunnenkresse
Himbeerbalsamessig
Walnussöl
Olivenöl
2 Zweiglein Thymian
4 Kirschtomaten für die Garnitur
Pfeffer und Salz
Etwas Rotwein



Zubereitung:

Das Lammfilet mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Öl und etwas Butter gemeinsam mit dem Thymian scharf anbraten. Wenn es von allen Seiten gut angebraten ist, werden die Filets in eine feuerfeste Form gelegt und für 7 bis 10 Minuten bei 180 °C in den Ofen geschoben. In der Zwischenzeit können Sie die Soße zubereiten. Dazu wird das Fett aus der Pfanne geschüttet und der Bratensatz mit einem Schuss Rotwein und etwas Himbeerbalsamessig abgelöscht. Mit Pfeffer und Salz würzen.

Auf die Hälfte der Flüssigkeit einkochen lassen. Die Brunnenkresse waschen und die harten Stile abschneiden. Für die Vinaigrette 1 Teil Walnussöl und 2 Teile Himbeerbalsamessig mischen und mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen. Alle Zutaten gut verrühren und über den Salat geben. Die rosa gebraten Filets mit dem Brunnenkressesalat anrichten und mit Cocktailtomaten dekorieren. Dazu passt ein trockener Rotwein.

14.12.
19.00 Uhr

Dorade in Pergament gegart
an Safranreis

HAUPTSPEISE



Zutaten für 4 Personen
4 kleine küchenfertige Doraden (oder andere Fischarten z.B. Seeteufel- oder Lachsfilet)
jeweils 1 kleingeschnittene grüne, rote und gelbe Paprika
frische Petersilie, gehackt
4 Knoblauchzehen
Zitronensaft
Pfeffer und Salz
Olivenöl
Frischer Rosmarin
4 Pergament- oder Backpapierlagen (so groß geschnitten, das später der Fisch großzügig eingewickelt werden kann)

Zubereitung:

Schneiden Sie bei den Doraden alle Flossen mit einer Schere ab. Mit einem scharfes Messer oder einer Rasierklinge ca. 1/2 cm mehrmals schräg in den Fisch ritzen, so gart er später besser durch. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Zitronen säuern. In die Mitte des Pergamentpapiers etwas Olivenöl verteilen, darauf die Dorade legen. 1 Knoblauchzehe in den Bauchraum stecken und rund herum Paprikastreifen legen. Einige Zweiglein frischen Rosmarin darauf geben und nochmals mit Olivenöl beträufeln.

Das Backpapier großzügig verschließen, der Hohlraum ist wichtig, damit die Luft innen zirkulieren kann. Die Enden werden wie ein Bonbon zusammengedreht und geschnürt. Die eingepackten Doraden 25 - 30 min je nach Größe bei 200 °C in den Ofen schieben. Servieren mit Safranreis, am Tisch öffnet der Gast die Hülle selbst, das sorgt für einen Überraschungseffekt.

21.12.
19.00 Uhr

Warmer
Schokoladenkuchen

DESSERT

Zutaten für 4 – 6 Personen
225 g Butter
75 g dunkle Kuvertüre
50 g Blockschokolade
250 g Zucker
3,5 Eier
2,5 g Salz
100 g Walnüsse, gehackt
100 g Mehl



Zubereitung:

Die Kuvertüre hacken. Blockschokolade in Stücke brechen. Beides vorsichtig im Wasserbad schmelzen. Mit der flüssigen Butter vermischen. Auf 35 Grad Celsius abkühlen lassen. Die Eier mit dem Zucker 6 Minuten schaumig schlagen. Dann der Kuvertüre beigegeben. Die Walnüsse einmehlen und dazugeben. Alle Zutaten mit der Eimasse und der warmen Schokomasse verrühren.

Die Masse dann in eine Form von 18 cm Durchmesser füllen und bei 200 Grad Celsius ca. 50 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen. Nach Wunsch aufschneiden. Ganz nach Geschmack und Phantasie dekorieren. Zum Kuchen passt auch eine fruchtige Soße, zum Beispiel Himbeer-Orangensoße oder Ananasragout.



Berthold Wübbelmann
Cafe „Rommel“ Erfurt



Maik Straubing,
„Drogerie-Bistro“ Erfurt

