

Flossige Garnituren

Tomaten-Oliven-Sauce

100 g	Zwiebeln
2 Stk	Knoblauchzehen (beides feingehackt)
60 g	grüne und schwarze Oliven (entkernt, in Stücke geschitten)
80 g	Tomaten (in Würfel geschnitten)
1 EL	Schnittlauchröllchen
1 EL	Petersilie
60 g	Butter
1	Sardellenfilet zerdrückt
2 dl	Fischfond
2 dl	Weißwein
	etwas frischen Thymian oder Oregano
	Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Zwiebel, Knoblauch und Thymian in Butter anschwitzen, mit Weißwein und Fischfond ablöschen und einreduzieren lassen. Mit der restlichen Butter montieren, Oliven, Tomaten, Schnittlauch, Petersilie, Sardellenfilet dazu und abschmecken.

Süß-Sauren Peponata

1 EL	Olivenöl
200 g	Peponata
80 g	Zwiebel rot, in Würfel
100 g	Lauch, in Rauten geschnitten
2 Stk	Knoblauchzehen (fein gehackt)
20 g	Ingwer (in feinen Streifen)
3 EL	Ketchup
½ dl	Tomatenbulpe
3 EL	Balsamico-Essig
2 EL	Honig
	Salz, Pfeffer
	etwas Maizena

Zubereitung:

Die Zwiebeln und Knoblauch, Ingwer, Lauch in Öl anziehen, mit Essig, Tomatenbulpe ablöschen, leicht köcheln lassen, mit Maizena binden, Salz, Pfeffer, Honig abschmecken.

Flossige Garnituren 2

Erdnuss-Chili-Dipp (4 Personen)

6 Stk	Knoblauchzehen, geröstet
40 g	Ingwer, gerieben
3 Stk	Zitronengras (nur das Innere) feingehackt
150 g	Erdnüsse
	Chili nach Geschmack
2 EL	frischen Korriander, gehackt
1 dl	Erdnussöl
	etwas Orangen/Zitronensaft
	Tamarindsaft

Zubereitung:

alles zusammen in einer Moulinex fein pürieren!

Apfel-Kartoffel-Chutney (4 Personen)

4 Stk	Äpfel, in Spalten geschnitten (keine mehligten)
12 Stk	kleine, heurige Kartoffel (gekocht und halbieren)
1 Stk	Knoblauchzehe, feingehackt
100 g	Jungzwiebel, in Scheiben
½ dl	Rosinen
1 dl	Zucker
1 dl	Gemüsefond
	Saft von 1 Zitrone
1 –2 TL	Maizena
	Salz, Pfeffer, Korriander, Curry oder Tantoorigewürz zum Abschmecken

Zubereitung:

Zucker leicht karamelisieren, Apfelspalten, Kartoffel, Rosinen, Jungzwiebel, Knoblauch dazugeben, mit Gemüsefond und Zitronensaft ablöschen, 6- 8 min köcheln lassen, mit Gewürzen abschmecken und Maizena binden

Melonen-Zwiebel-Salsa (4 Personen)

300 g	Melonen, nach Saison
2 Stk	Jungzwiebel
1 EL	Limettensaft
1 EL	Olivenöl, kalt gepresst
2 EL	Mandelsplitter
	Salz, Pfeffer, Korriander, Chili frisch – zum Abschmecken

Zubereitung:

Melonen in Scheiben schneiden, Jungzwiebel ebenfalls; alles zusammenrühren und abschmecken

Marinierte Sardinen

4 Personen

800 g	Sardinen
½ Bund	Petersilie
½ Bund	Basilikum
3 Stk	Knoblauchzehen
2 Stk	Zwiebel
	etwas Rosmarin
1/8 l	Weißweinessig
	etwas Mehl
5 EL	Olivenöl
	Salz, Pfeffer
50 g	Pinienkerne
1 Stk	Zitrone

Zubereitung:

Sardinen ausnehmen, gut waschen und abtrocknen, mit dem Saft von ½ Zitrone beträufeln, mehlieren, und in einer Pfanne goldbraun in Olivenöl herausbacken;

Marinade:

die Knoblauchzehen, Zwiebel feinhacken, mit Weißweinessig, Lorbeerblatt, Rosmarin, Salz, Pfeffer in einen Topf geben, aufkochen lassen;

Petersilie feinhacken, Basilikum in Streifen schneiden und zur Marinade dazugeben, ½ Zitrone in Scheiben schneiden, eine Auflaufform mit Zitronenscheiben und geb. Sardinen einschichten, mit der Marinade begießen und durchziehen lassen.

Rhabarberterrine- Kalter Erdbeersuppe

Rezept für 6-8 Personen

200 g	Rhabarber
80 g	Fruchtzucker
4 cl.	Portwein
	Eier
1 EL	Honig
½ dl.	Sauerrahm

1,5 dl. Sahne
5 Blatt t Gelantine
Zimt, Nelken, Ingwerpulver

Erdbeersuppe

200 g Erdbeeren
1/8 lt. Orangensaft
3 cl. Campari
1 EL Honig
mixen und durch ein Sieb streichen

120 g Erdbeerbrunoise als Einlage
Zitronenmelisse garnieren

Zubereitung:

Rhabarber schälen in Stücke schneiden mit Portwein, Honig weichkochen bis fast keine Flüssigkeit mehr vorhanden ist, mixen und durch ein Sieb streichen und die eingeweichten Gelantinblätter dazugeben.

Eier, Zucker, Gewürze aufschlagen mit Rhabarberpüree Sauerrahm verrühren und die geschlagene Sahne darunterheben.

Terrine mit Plastikfolie auskleiden und abfüllen.

Wenn die Flosse in der Rauchkuchel hängt! dazu Senfsauce und frischen Blattspinat

4 Personen

Senfsauce

60 g Zwiebel, feingehackt
50 g Butter
1 dl Weißwein
2 dl Fischfond
2 dl Sahne
1 TL Dijonsenf
2 TL Süß-Saurer Senf
Salz, Pfeffer, Schnittlauch

Zubereitung:

Zwiebeln in etwas Butter anschwitzen, mit Weißwein Fischfond ablöschen, zu 1/3 einreduzieren, Sahne dazu und weiter einköcheln, Senf und restliche Butter dazu, mit einem Stabmixer mixen, mit Salz und Pfeffer abschmecken; mit etwas frisch geriebenem Kren(n) garnieren

Blattspinat mit etwas Frühlingszwiebel, Knoblauch in Butter kurz anschwitzen, Salz, Pfeffer, Muskat abschmecken!

Skipper - Bouillabaisse

4 Personen

200 g	Fischfilets, in kleine Stücke schneiden
100 g	Muscheln (säubern)
100 g	Shrimps (schälen)
2 EL	Olivenöl
1 l	Fischfond
1 dl	Weißwein
4 cl	Pernod
	etwas Safranfäden
1 EL	Tomatenmark
	frischen Thymian, Rosmarin, Salz, Pfeffer, Chili, Lorbeerblatt
80 g	Zwiebel feingehackt
3	Knoblauchzehen, feingehackt
60 g	Stangensellerie (fein würfelig)
60 g	Karotten (fein würfelig)
80 g	Fenchel (fein würfelig)
80 g	Zucchini (fein würfelig)
80 g	Tomaten (fein würfelig)

Zubereitung:

Olivenöl erhitzen, Gemüse (nicht Tomatenwürfel), Thymian, Rosmarin, Lorbeerblatt, Knoblauch anschwitzen, Tomatenmark dazu, kurz mitrösten, mit Fischfond, Weißwein, Pernod ablöschen und ca. 10 min köcheln lassen, dabei immer den Schaum abschöpfen, Fisch, Muscheln und Safran dazugeben, weitere 5 min köcheln lassen, Salz, Pfeffer und Chili abschmecken; zuletzt Shrimps, Tomatenwürfeln und gehackte Petersilie dazu und mit Knoblauchbrot servieren;

Tod man - pikante Thaischlaibchen

6 Personen

1 kg	Fischfilet, ohne Gräten, in kleine Würfel schneiden
30 g	Galangal oder Ingwer gerieben

150 g Zwiebeln
1 bund Korriander, mit Wurzeln (feingehackt)
4 Stk Knoblauchzehen (feingehackt)
2 Stk Zitronengras (feingehackt)
1 EL Zucker
1 EL Soja hell
 Saft von 1 Limette
 etwas Zeste
 Salz, Pfeffer
 Wenn Spargelzeit: Grüner Spargel, ca 150 g in Scheiben geschnitten dazu

Zubereitung:

Fisch mit den Zutaten 1 h marinieren, in einer Moulinex zu einer groben Farce mixen, Spargel unterheben, in kleine Laibchen formen und goldbraun herausbacken.