

TAGESSPIEGEL-EXKLUSIV:

Das vegetarische Drei-Gänge-Menü von Stephan Hentschel, Chefkoch im Berliner „Cookies Cream“

ERSTER GANG - BLAUKRAUTSALAT MIT ORANGENVINAIGRETTE UND MACADAMIANÜSSEN

Zutaten (alle Angaben für vier Personen):

1 halber Rotkohl (knackig!)

2 Orangen

100 g geröstete und gesalzene Macadamianüsse (krachend!)

500 ml Orangensaft aus dem Supermarkt auf 250 ml reduziert

150-200ml Pflanzenöl

Salz

Zubereitung:

Mit einem scharfen Messer den Kohlkopf köpfen, so dass der Strunk weg ist und der Kopf steht ohne zu wackeln. Dann vierteln und mit der Aufschnittmaschine, der Mandoline, oder dem Messer schräg in dünne Streifen schneiden. Kohl mit dem Salz vermischen. Eine halbe Stunde in Eiswasser legen, damit die Bitterstoffe weichen und der Salat schön knackig ist. So wird das Wasser blau – einmal wechseln.

Orangen schälen und zwischen den weißen Häutchen filetieren.

Für die Vinaigrette den Orangensaft erhitzen und auf die Hälfte einkochen, langsam das Öl einlaufen lassen und mit Hilfe eines Stabmixers aufmixen, je nach Geschmack auch weißen Balsamico zufügen und salzen.

Anrichten und mit den gehackten Macadamianüssen bestreuen. Wer mag, kann den Salat mit Friséesalat, Schnittlauch oder Sellerie dekorieren.

ZWEITER GANG - KAPPESFOND MIT PIMENTON DE LA VERA**Zutaten (für vier Personen):**

½ Weißkohl

4 Schalotten

50ml Olivenöl

3 Knoblauchzehen

20 g Pimenton de la vera (geräucherte Paprika, z.B. von Ingo Holland)

2l Wasser oder Gemüsebrühe

1 Chilli

1 Lorbeerblatt

50g Crème Fraîche

Zubereitung:

Weißkohl und Schalotten grob schneiden, Knoblauch ohne Strunk fein schneiden, Chili fein hacken.

Die geräucherte Paprika darüber geben und alles gut vermischen. In einem großen Topf bei kleiner Hitze in Rapsöl und gesalzener Butter fünf bis zehn Minuten glasig anschwitzen. Jetzt steigt dem Koch ein Chorizo-Duft in die Nase. Dann kommt Gemüsebrühe (oder das Wasser) dazu – nicht zu viel auf einmal, lieber nochmal nachschütten. 20 Minuten köcheln lassen. Nicht länger, sonst wird der geräucherte Paprika muffig.

Mit dem Stabmixer grob pürieren. In ein Spitzsieb füllen und mit der Suppenkelle passieren.

Eine Nocke Crème fraîche dazugeben und mit Salz abschmecken. Wer mag, kann Paprikawürfel oder Schnittlauch dazu geben. Mit dem Stabmixer final aufschäumen.

In einer Tasse servieren.

DRITTER GANG – KARTOFFELKLÖSSE MIT MIXED PICKLES**Zutaten Mixed Pickles (für vier Personen):**

Zwei Karotten

1/4 Sellerie

1/3 Blumenkohl

2 Pastinaken

1 Schalotte

550 ml Reisessig (Mirin)

100ml Wasser

100 g Palmzucker

20 g Salz

10 g Koriandersaat

20 g Senfsaat

1 Zitronengras

5 g Bokshornkleesaat

Zubereitung:

Koriandersaat, Bockshornkleesaat, Senfsaat abwiegen. (Falls Sternanis vorhanden, dazutun.) Die Gewürze werden in der Pfanne ohne Öl kurz geröstet. Wenn es anfängt zu knistern und die Gewürze hochpoppen (nach ungefähr einer Minute), vom Herd nehmen.

Möhren, Pastinaken und Sellerie schälen und in kleine Scheibchen schneiden. Je dünner, desto schneller zieht das Gemüse durch. Den Blumenkohl in Röschen trennen. Palmzucker und klein geschnittenes Zitronengras (das dünne Ende so lassen, nur das dicke Ende schneiden) dazu geben.

Den Essig mit dem Wasser und Palmzucker erhitzen, bis er sich aufgelöst hat. Dann die Gewürze dazutun – nicht kochen – und heiß über das Gemüse gießen. Falls das Gemüse dicker geschnitten ist, noch auf dem Herd garen.

Die Mixed Pickles in ein großes Gefäß gießen und wegstellen. Im Kühlschrank halten die sich drei Wochen.

KARTOFFELKLÖSSE

Zutaten (für vier Personen):

500 g mehlig kochende Kartoffeln (Selina)

50 g Mondamin

25 g Hartweizengrieß

1 Eigelb

Salz

Vacherin (oder Gorgonzola)

Zubereitung:

Kartoffeln schälen, kochen und durchpressen. (lässt sich vorbereiten) Salzen, Hartweizengrieß, Mondamin und 1 Eigelb dazugeben. Zu einem geschmeidigen Kartoffelteig mischen.

Den Käse würfeln. Kleine Kartoffelplatten formen. 1, 2 Würfel Käse drauflegen und mit trockenen Händen schöne, glatte Klöße von der Größe einer Billardkugel formen.

Wasser aufkochen, Herd ausschalten, warten, bis das Wasser nicht mehr kocht und vorsichtig 5 bis 10 Minuten ziehen lassen. Wichtig: Wenn die Klöße hochsteigen, sind sie noch nicht fertig, dann müssen sie weitere 5 Minuten ziehen!

Die Mixed Pickles auf dem Teller arrangieren. Die Senfsaat kann dranbleiben. Wer mag, kann noch eine schwarze Walnuss (von der Firma Finks) dazu aufschneiden.

Salzige Butter erhitzen, die Klöße abgießen und darin schwenken, so dass sie einen schönen Glanz bekommen. Wer mag, gibt noch etwas Schnittlauch für die Farbe dazu. Zu den Mixed Pickles legen und nochmal mit heißer Butter begießen. Sellerieblätter zur Deko dazulegen.

Kloß aufschneiden -dann fließt der Käse raus!