

Almanak

Neue nordische Alltagsküche
von Claus Meyer

Echtzeit

Pochierte Rotzunge mit glasiertem jungem Gemüse

600 g Rotzungenfilets

Meersalz

Pfeffer aus der Mühle

4 dl Fisch- oder Meeresfrüchtefond, alternativ

Gemüsebrühe

8 kleine junge Karotten

8 Frühlingszwiebeln

1 Bund grüner Spargel (etwa 8 Stück)

1 Fenchelknollen

20 g kalte Butter

2 EL Cidre-Essig

½ Bund glatte Petersilie

Die Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen und vom Kopf bis zur Schwanzflosse aufrollen. Wenn sie gegart werden, «verschließen» sie sich von selbst, Spieße oder Küchengarn brauchen Sie also nicht.— In einem flachen, breiten Topf den Fond (oder die Brühe) zum Kochen bringen. Die Filets mit der Naht nach unten hineinsetzen, den Deckel auf den Topf legen und die Hitze ganz herunterdrehen, sodass der Fisch in Ruhe in der Flüssigkeit ziehen kann. So pochieren Sie ihn 6 bis 7 Minuten, bis er ganz weiß und fest ist.— In der Zwischenzeit das Gemüse vorbereiten: Bei Karotten und Frühlingszwiebeln die Strünke abschneiden, beim Spargel die holzigen Enden abbrechen, den Fenchel halbiieren und grob würfeln.— In einem Topf Wasser und Salz zum Kochen bringen, das Gemüse darin etwa 1 bis 2 Minuten blanchieren, dann direkt in kaltes Wasser geben.— Wenn der Fisch gar ist, gießen Sie die Flüssigkeit in einen anderen Topf ab. Den Fisch wieder abdecken, damit er warm bleibt. Jetzt den Fond auf etwa 2 dl einkochen, dann unter Rühren kleine Würfel kalter Butter hinzufügen, damit die Sauce bindet und cremig wird. Mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. Das blanchierte Gemüse in die Sauce geben, kurz vermischen, bis es glänzend glasiert ist.— Die pochierten Rotzungenfilets auf eine Platte legen, Gemüse und Sauce darübergeben und mit viel gehackter Petersilie bestreuen.— Dazu gibt es gekochte Kartoffeln, Salat und ein gutes Brot.

Ragout vom Freilandhuhn mit Spitzkohl, neuen Kartoffeln und Kerbel

1 großes Freilandhuhn (etwa 1½ kg)

1 EL Olivenöl

2 Zwiebeln

2 Karotten

2 Stangen Sellerie

1 Knoblauchzehe

2 Zweige Thymian

Meersalz

10 Pfefferkörner

35 g Butter

50 g Weizenmehl

0,5 dl Vollrahm

Pfeffer aus der Mühle

Saft von ½ Zitrone

½ Spitzkohl

12–16 gekochte neue Kartoffeln

100 g Zuckererbse

1 Bund Kerbel

Das Huhn in 8 Stücke zerteilen (Bruststücke, Flügel, Ober- und Unterkeule). Eine Pfanne erhitzen und die Stücke in etwas Olivenöl 2 bis 3 Minuten anbraten, bis sie leicht gebräunt sind.— Das Gemüse putzen, grob zerkleinern und zum Huhn in den Topf geben, um es ebenfalls anzubraten.— Jetzt Wasser dazugießen, sodass Gemüse und Fleisch bedeckt sind, zum Kochen bringen und abschäumen.— Die Hitze auf niedrige Stufe reduzieren, Thymian, Salz und Pfefferkörner hinzufügen und die Hühnerreste 35 bis 40 Minuten garen.— In einem anderen Topf die Butter zerlassen, das Mehl einrühren und kurz rösten, ohne dass es Farbe bekommt. Die Hühnerbrühe unter ständigem Rühren durch ein Sieb zur Mehlpaste gießen. Dann die Sauce köcheln lassen, bis sie eindickt und der Mehlgeschmack verschwindet. Den Rahm dazugießen und das Ganze mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.— Spitzkohl und gekochte Kartoffeln in größere Stücke schneiden, die Zuckererbsen ebenso klein schneiden und das Gemüse in die Sauce geben. Jetzt kommen auch die Hühnerreste dazu. Alles gut

erhitzen, 3 bis 5 Minuten köcheln lassen, bis der Kohl weich ist, aber immer noch Biss hat, und die Zuckererbsen noch knackig sind. — Servieren Sie das Ragout in tiefen Tellern oder in einer großen Schüssel. Zum Schluss mit ganz viel frisch gehacktem Kerbel bestreuen. Mit gutem Brot servieren. Da dies ein One-Pot-Gericht ist, brauchen Sie sonst eigentlich nichts dazu. Falls doch, wären gekochte Rollgerste oder ein grüner Salat mit Vinaigrette eine schöne Ergänzung.

*—Samstag

Mairübchen-Pfirsich-Salat mit gebratenem Kalbsbries

400 g Kalbsbries (beim Metzger bestellen)

Grobes Salz

5 Lorbeerblätter

10 ganze schwarze Pfefferkörner

1 EL Apfelessig

8 Mairübchen

2 Schalotten

2 Pfirsiche (statt Pfirsichen können Sie auch Nektarinen oder Aprikosen nehmen)

½ Kopf Römersalat oder 1 Salatherz

1 EL Dijonsenf

1 EL Akazienhonig

1 EL Apfelessig

Meersalz und Pfeffer aus der Mühle

2 EL kaltgepresstes Rapsöl

2 EL gewöhnliches Rapsöl

Das Bries in einen Topf mit kaltem Wasser und Salz, Lorbeerblättern, Pfefferkörnern und Essig legen und aufkochen, dabei abschäumen. Dann bei schwacher Hitze 5 Minuten garen. Vom Herd nehmen und im Sud abkühlen lassen. — Währenddessen den Salat zubereiten: Die Mairübchen schälen, vierteln und in einem Topf mit Wasser und Salz 1 bis 2 Minuten kochen. Sie sollten weich sein, aber noch Biss haben. Anschließend abgießen und abtühlen lassen. — Jetzt die Schalotten schälen, in dünne Ringe schneiden, die Pfirsiche in dünne Spalten schneiden und beides mit den Mairübchen vermischen. — Den Salat waschen, in einer Salatschleuder trocken

schleudern oder in einem Geschirrtuch trocknen. Anschließend in größere Stücke zerrupfen, die Sie zu den restlichen Salatzutaten geben. — Senf, Honig, Essig, Salz und Pfeffer verrühren. Unter ständigem Rühren das kaltgepresste Rapsöl in einem dünnen Strahl dazugießen, bis die Vinaigrette dickflüssig wird. — Das Bries von Häuten befreien, dafür eventuell ein Messer zu Hilfe nehmen. Auch das Fett abschneiden. Anschließend in kleinere Stücke schneiden und in einer heißen Pfanne in Rapsöl 3 bis 5 Minuten knusprig und goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. — Währenddessen die Mairübchen, Pfirsichspalten und Salatblätter mit der Vinaigrette vermischen und dann zum frisch gebratenen Kalbsbries servieren. Unverschämkt gut!

Warmes Stachelbeer-Soufflé

Stachelbeeren: In Dänemark werden Stachelbeeren schon seit dem Altertum gegessen. Ursprünglich wuchsen sie wild, aber gegen Ende des 16. Jahrhunderts, vielleicht sogar schon eher, begann man, sie in Gärten zu kultivieren. Sie wurden oft gekocht, vorzugsweise mit Zucker, und als Beilage zu Herzhaftem verwendet, wie in Kochbüchern des 18. Jahrhunderts zu lesen ist. In Westjütland und in der Heide, wo es schwierig sein konnte, andere Früchte anzubauen, wurde Stachelbeerkompott zu Schweinebraten serviert, eine Kombination, die ebenso wie gebratene Makrele mit Stachelbeeren sehr empfehlenswert ist.

200 g reife rote Stachelbeeren

100 g Zucker

½ Vanilleschote

Für die Soufflé-Masse

40 g Butter

50 g Weizenmehl

2,5 dl Milch (fettarm)

50 g Zucker

5 Eier

Die Stachelbeeren putzen und unter kaltem Wasser abspülen. Die Vanilleschote längs aufschneiden, das Mark herauskratzen und beides mit den





Rhabarbertorte (Seite 260)

April — 259

Förmchen ziehen. Achten Sie darauf, dass der Teig die Füllung vollständig bedeckt und am Rand gut festgedrückt ist. Nun noch ein kleines Loch in den Teig schneiden, damit die Tarte beim Backen «atmen» kann, und mit verquirltem Ei bestreichen. Bei 200°C etwa 20 bis 25 Minuten backen, bis die Hauben schön knusprig und goldgelb sind. — Aus dem Ofen nehmen und genießen, solange sie noch warm und knusprig sind, zum Beispiel als kleines (Oster-)Mittagessen mit einem grünen Salat und einem guten Brot dazu. Sie sollten etwa 2 Stück pro Person rechnen.

Tipp: Sie können die Ragouts auch im Voraus zubereiten und am nächsten Tag im Ofen aufwärmen.

Rhabarbertorte

Für die Böden (Torte für 8 Personen)

4 Eier

125 g Zucker

150 g Weizenmehl

1 TL Backpulver

Für das Rhabarberkompott

300 g Rhabarber

150 g Rohrzucker

1 Handvoll Zitronenmelisse

½ Vanilleschote

Außerdem

50 g weiße Schokolade

50 g Mandeln

5 dl Vollrahm

1 Stange Rhabarber

Zunächst die Böden zubereiten: Eier und Zucker schaumig schlagen. Mehl und Backpulver vermischen und zur Ei-Zucker-Masse sieben. Mit einem Spatel vorsichtig darunterheben. — Eine Springform (etwa 22 cm im Durchmesser) mit Butter einfetten und den Teig einfüllen. Den Kuchen auf mittlerer Schiene bei 200°C für 30 Minuten backen. — Aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen. Erst wenn er vollständig abgekühlt ist, wird er mit einem scharfen Messer horizontal in 3 Böden unterteilt. — Jetzt das Rhabarberkompott zubereiten: Beim Rhabarber die Enden abschneiden.

Den unteren weißen Teil der Stange dabei nach Möglichkeit erhalten, denn dort ist das Rhabarberaroma am intensivsten. Die Stangen in kaltem Wasser waschen und in 1 bis 2 cm lange Stücke schneiden. In eine Ofenform geben. — Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden, das Mark herauskratzen und mit einem bisschen Rohrzucker vermischen. Dann den Vanillezucker wieder mit dem restlichen Zucker vereinen und über den Rhabarber streuen. Kurz verrühren, dann die ausgekratzte Vanilleschote ebenfalls hineinstecken. — Im Ofen bei 150°C für 15 bis 20 Minuten backen, bis der Rhabarber weich ist, aber noch etwas Biss hat. Die Form aus dem Ofen nehmen und den Rhabarber abkühlen lassen. — Mandeln und weiße Schokolade grob hacken. Den Rahm steif schlagen, die Hälfte zum Verzieren der Torte zur Seite stellen. Die andere Hälfte vorsichtig mit den Mandeln und der Schokolade vermischen. Dann auch das Rhabarberkompott darunterziehen. — Die Tortenböden mit der Creme bestreichen und übereinanderschichten, den obersten als Deckel auflegen und mit dem restlichen Rahm verzieren. Dafür eignet sich ein Spritzbeutel sehr gut. Schön machen sich auch «Rhabarberkringel» auf der Torte. Dafür hobeln Sie mit einem scharfen Messer oder einem Sparschäler dünne Scheiben von frischen Rhabarberstangen ab, wenden diese in etwas Zucker und drapieren sie dann auf der Torte. Zum Schluss die Torte noch mit etwas geraspelter weißer Schokolade bestreuen.

Almanak ist Claus Meyers Traum von einem perfekten Speisejahr. Orientiert am Jahreslauf und den Zutaten der jeweiligen Saison, bietet das Buch mehr als 1000 Rezepte für alle Gelegenheiten.

Almanak ist das Kochbuch, das Claus Meyer erarbeitet hat, als er nicht mehr an Kochbücher glaubte. Vier Jahre lang stellte er in aller Detailverliebtheit, Tiefe und Akribie das Buch zusammen, das – inspiriert von Otto Bocks *Gastronomischem Kalender* – Rezepte für alle 365 Tage festhält.

Viele der Ideen, die Meyer in *Almanak* präsentiert, haben seither an Schärfe und Aktualität gewonnen. Mit einer klaren Haltung zu Gesundheit, kulinarischer Kompetenz, einer formidablen Liebe zum Erzählen und einer ungebrochenen Begeisterung für die Schätze der Natur ist *Almanak* ein poetisches, sinnliches und ökologisches Standardwerk für die Ewigkeit.

Claus Meyer ist einer der einflussreichsten Gastronomen Dänemarks (und darüber hinaus). Er ist Mitbegründer des weltberühmten Restaurants «Noma», machte selbst als Fernsehkoch Karriere und verfolgt mit seinem Unternehmen «Meyers» das Ziel, «bedingungslose Gastfreundschaft» möglich zu machen.

Echtzeit Verlag
ISBN 978-3-906807-42-3

