

Kochkurs „Italienische Klassiker“ am 21.10.2021

Scan mich



Dieses Rezept gehört: _____

Alle Rezepte sind für 4 Personen

Gebratenes Seeteufel-Filet auf Fenchel-Orangensalat und Radicchio

Seeteufel-Filet

300 g Seeteufel filetiert
Etwas Mehl
4 Olivenöl zum Braten
2 EL Butter
¼ Bund Petersilie

Den Seeteufel in 4 gleichgroße Medaillons schneiden. Gut trockentupfen und mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen.
Den Seeteufel in Mehl wenden und das überschüssige Mehl abklopfen.
Eine Pfanne mit dem Olivenöl erhitzen und den Seeteufel 2 Minuten scharf anbraten, währenddessen die Hitze etwas reduzieren. Die Medaillons wenden und die Butter hinzugeben und weitere zwei Minuten sanft braten.
Währenddessen die gehackte Petersilie hinzugeben, die Butter aufschäumen lassen und mit einem Löffel den Fisch begießen.

Fenchelsalat

1-2 kleine Fenchel
Saft und Abrieb ½ Zitrone
50ml Olivenöl
Salz, Pfeffer, Zucker

Das Fenchelgrün abzupfen und zur Seite legen.
Den Fenchel nun fein hobeln und anschließend den Strunk aussortieren. Mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker marinieren und mit etwas Olivenöl verfeinern. 10 Minuten ziehen lassen und ggbs. nochmals nachschmecken.

12 Orangenfilets
Etwas Radicchio

Ganz zum Schluss das Fenchelgrün fein schneiden und zusammen mit den Orangenfilets und dem Radicchio an den Salat geben.

Orangenvinaigrette

400ml Orangensaft
2 Sternanis, 1 TL Koriandersamen, 1 Kardamom
1TL Speisestärke
1EL Condimento Balsamico bianco
50ml Olivenöl oder Rapsöl
Salz, Zitronensaft zum abschmecken
Etwas Chilipulver/Piment d'Espelette

Den Orangensaft mit den Gewürzen auf etwa 1/6 reduzieren. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glattrühren und damit die Reduktion leicht abbinden. Anschließend in eine Schüssel passieren, den Balsamico dazu geben und mit dem Öl nach und nach aufrühren. Mit Salz, Chili und ggbs. Zitronensaft abschmecken.

Penne alla Carbonara

Carbonarasoße

2 Eigelb
50g Parmesan
1 Prise Salz
½ TL schwarzer Pfeffer grob zerstoßen
70g Guanciale (Schweinebacke) oder Pancetta
in Streifen

etwas vom Kochwasser der Nudeln
aufbewahren

Die Eigelbe mit dem geriebenen Parmesan
glattrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.
In einem Topf zunächst den Speck in etwas Olivenöl
bei niedriger Hitze knusprig ausbraten, nun
die gekochten Nudeln hinzu, die Hitze komplett
reduzieren und etwas Kochwasser hinzugeben.
Sollte die Pasta noch zu al dente sein, 1-2 Minuten
bei niedriger Hitze ziehen lassen.

Als nächstes vorsichtig und langsam die Ei-Käse-
Mischung unterrühren und ggbfs. immer wieder
etwas vom Kochwasser dazu schütten, damit eine
schön sämige und nicht zu trockene Soße entsteht.

Pasta

300g Penne rigate (o. andere hochwertige
Pasta)
Salz

Für die Pasta einen großen Topf mit Wasser
aufsetzen und zum Kochen bringen. Das Salz erst
hinzugeben, wenn das Wasser schon kocht. Die
Nudeln hinzugeben und 1 Minute kürzer als die
Packungsangabe kochen, durch ein Sieb abgießen,
dabei am besten eine Tasse voll Nudelwasser
aufbewahren.

Scaloppine al limone – Kalbsschnitzel mit Zitronensoße und Brokkoli

Scaloppine al limone
300g Kalbsschnitzel
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Mehl
2EL Weißwein
Saft und Abrieb 1 Zitrone
1 Schalotte fein gehackt
2 EL Butter

Die Kalbsschnitzel falls nötig etwas platt klopfen.
Die Schnitzel von beiden Seiten würzen und
mehlieren. Nun in einer heißen Pfanne in etwas
Sonnenblumenöl von beiden Seiten sehr kurz
anbraten. Herausnehmen und zur Seite stellen.
Schalotte im Bratensatz in der Pfanne etwas
anbraten und mit dem Weißwein ablöschen.
Anschließend Zitronensaft und Abrieb dazu geben
und etwas einköcheln lassen. Die Hitze reduzieren,
Butter gewürfelt einrühren und die Schnitzel in der
Soße erwärmen und ggbfs. noch etwas nachziehen
lassen.

Brokkoli

1 kleiner Brokkoli
Salz, Pfeffer aus der Mühle
2 EL Olivenöl
2 EL Butter
Etwas Zitronenabrieb
Frische Kräuter

Den Brokkoli waschen und in kleine Röschen
zerteilen.
In einer breiten Pfanne den Brokkoli im Olivenöl ca.
3-4 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten und mit
Salz und Pfeffer würzen. Zwischendurch mit einem
Schluck Brühe oder Wasser ablöschen, damit der
Brokkoli nicht anbrennt. Zum Schluss die Butter und
Haselnüsse dazugeben und mit Zitronenabrieb sowie
frischen Kräutern verfeinern.

30g Haselnüsse, grob gehackt

Torta formosa – Schokoladenkuchen mit Grappa-Äpfeln

Torta formosa - Schokoladenkuchen

250g dunkle Schokolade (min. 70%)
150g Zucker
80g Butter
4 Eier
100g gemahlene Mandeln oder Haselnüsse
2 EL Rum oder Grappa
2 TL Kaffeemehl
1 Prise Salz

Die Schokolade grob hacken und zusammen mit der Butter in einer Metallschüssel auf dem Wasserbad vorsichtig schmelzen.
Währenddessen die Eier trennen und die Eigelbe mit dem Zucker mit dem Rührgerät schaumig schlagen.
Nun langsam die Schokolade mit der Butter sowie den Alkohol einrühren.
Als nächstes die gemahlene Mandeln und das Kaffeemehl einrühren.
Das Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen und vorsichtig unter die Masse heben.

Eine Springform mit Backpapier auslegen und leicht mit Butter einfetten. Die Masse einfüllen und im vorgeheizten Backofen bei 170°C für etwa 30-35 Minuten backen.

Äpfel

1/2 Zitrone
2 säuerliche Äpfel
1-2 EL Grappa
2 EL Vanillezucker, 1 Prise Zimt

Ofen auf 180° C vorheizen, Zitrone auspressen. Äpfel vierteln, entkernen, in Spalten schneiden und mit Zitronensaft beträufeln.
Äpfel mit dem Zucker, Grappa und Zimt auf ein Backblech/Ofenform legen und ca. 10-14 Minuten backen.

**GUTEN APPETIT!
EUER BASTI**