

★ TOUR DE MENUE ★



Christoph Ruffer

WIR HOLEN DIE 2 STERNEKÜCHE FÜR SIE NACH HAUSE.
KOCHEN SIE MIT CHRISTOPH RUFFER, KÜCHENCHEF
RESTAURANT HAERLIN, HOTEL VIERJAHRESZEITEN, HAMBURG.

Das renommierte Restaurant Haerlin, ausgezeichnet mit 2 Michelin-Sternen, 19 Gault-Millau-Punkten und 4 ½ Fs des Magazins „DER FEINSCHMECKER“ wurde vom gleichnamigen kulinarischen Magazin DER FEINSCHMECKER des Jahreszeitenverlags zum „Restaurant des Jahres 2014“ ausgezeichnet!

BLUMENKOHLSALAT „STOCKHOLM STYLE“ MIT WACHSWEICHEM EI & AUSTERNPILZEN

Die Schwarzwurzel waschen und mit Schale in dünne Scheiben schneiden. 500 ml. Pflanzenöl in einer Friteuse oder in einem Topf auf 150 °C erhitzen und die Schwarzwurzelscheiben zu dünnen Chips ausbacken. Die Schwarzwurzelscheiben leicht salzen und zur späteren Verwendung aufbewahren. Die Petersilie fein zupfen und die Petersilienblätter mit 100 ml. Pflanzenöl in einem Mixer ganz fein mixen, so dass man ein grünes Öl erhält. Das Petersilienöl durch ein feines Tuch geben und aufbewahren. Den Blumenkohl in Roschen zerteilen und dann in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Butaris in einer Pfanne erhitzen und die Blumenkohlscheiben bei mittlerer Hitze beidseitig darin braun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und heiß stellen. Die Austernpilze in Stücke schneiden und in einer Pfanne in Rapsöl sautieren. Die Knoblauchzehe und die Schalotten schälen und fein würfeln. Die Knoblauchwürfel und die Hälfte der Schalottenwürfel zu den Austernpilzen geben, mitbraten und würzen. Die restlichen Schalottenwürfel zusammen mit der Sauren Sahne, dem Joghurt, Sherryessig, Honig und 4 Eßl. Wasser verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Eier aufschlagen und einzeln in Tassen geben. 1,5 l Wasser zusammen mit dem Weißweinessig und etwas Salz in einem Topf aufkochen. Den Topf vom Herd ziehen und die Eier in das heiße Wasser sanft gleiten lassen. Für ca. 6 Minuten die Eier wachsweich pochieren. Dabei darauf achten, dass das Eiweiß sich gleichmäßig um den Eidotter verteilt und stockt. Die warmen Blumenkohlscheiben zusammen mit den gebratenen Austernpilzen auf zwei Teller verteilen. Die pochierten Eier in die Mitte geben und mit den Schwarzwurzelscheiben bedecken. Mit kleinen Radieschen und Gartenkresse dekorieren. Zum Schluss das Saure Sahne-Dressing und das Petersilienöl um den Blumenkohlsalat herum traukeln.

Zutaten***

1 Schwarzwurzel
600 ml Pflanzenöl
1 Bund Petersilie
1/2 Blumenkohl
50 g Butaris
200 g Austernpilze
20 ml Rapsöl
1 Knoblauchzehe
2 Schalotten
150 g Saure Sahne
50 g Joghurt
2 Tl Honig
2 El Sherryessig
2 Eier
50 ml Weißweinessig
1 Bund kleine Radieschen
1 Schale Gartenkresse
Salz / Pfeffer

TOUR DE
MENUE
★

Mehr auf
www.AEZ.de



Nährwerte

Brennwert
ca. 763 kcal

Fett
ca. 56,55 g

Gesättigtes Fett
ca. 27,92 g

Kohlenhydrate
ca. 27,33 g

davon Zucker
ca. 23,42 g

Eiweiß
ca. 20,97 g

Salz
ca. 0,3 g

Für 2 Personen

Zubereitungszeit: 1,0 h

Schwierigkeitsgrad: ●●●○

