



— Vorspeise —

## Rote-Beete- Mango-Suppe

Zutaten für 2 Personen: 1 reife Mango, vorgekochte Rote-Beete (200g), etwas Schlagsahne, Pfeffer, frischer Schnittlauch, Paprikapulver und Messerspitze Meerrettich (Tube, Glas), ggf. Rote-Beete-Saft

Zubereitung: Die Mango wird geschält und das Fruchtfleisch zusammen mit der roten Beete püriert. Das Püree langsam erwärmen, mit einer Prise Pfeffer, einer Prise Paprikapulver und einer Messerspitze Meerrettich würzen und unter gelegentlichem Rühren aufkochen. Wenn die Konsistenz Ihnen zu dick ist, kann etwas Wasser oder Rote-Beete-Saft hinzu gegeben werden. Zum Servieren die Suppe in Schalen füllen, mit einem Esslöffel Sahne verfeinern, so dass sich weiße Schlieren in der roten Suppe bilden und mit etwas frischem Schnittlauch bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 20 min



— Hauptspeise —

## Pochiertes Kalbsfilet mit Cumquat-Fenchelsalat

Zutaten für 2 Personen: 2 Kalbsfilet (je ca. 150g), 1 Liter Kalbsfond mit einem Pfefferkorn, einem Lorbeerblatt, einer Wacholderbeere, einem Liebstöckelzweig, Balsamicoessig dunkel, etwas Zucker, ca. 8 Miniorangen, 1 kleine Fenchelknolle, frische Minze, ggf. Kaviar

Zubereitung: Das Kalbsfilet wird von den Sehnen befreit und von allen Seiten kurz angebraten. Den Kalbsfond mit den Gewürzen auf ca. 70 Grad erhitzen. Das Kalbsfilet wird nun in den Fond eingehängt (z.B. festgebunden mit Küchengarn an einem Kochlöffel) und pochiert (sanft gegart). Nach 40 min ist das Filet rosa und kann verzehrt werden. Gern können Sie auch das Kalbsfilet nur 20 min im Fond garen und anschließend noch ca. 15 min Alufolie eingewickelt ruhen lassen.

Für den Balsamicojus wird 1 Teil Balsamicoessig dunkel und 1 Teil Zucker erhitzt und auf die gewünschte Konsistenz eingekocht. Für den Salat werden die Miniorangen mit Schale in Scheiben geschnitten und zusammen mit etwas Zucker (ca. 1 Esslöffel) in der Pfanne karamellisiert. Der Fenchel wird ebenfalls zerkleinert (Stifte oder Würfel) und zugegeben. Den Salat mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken und zusammen mit dem Kalbsfilet und dem Balsamicojus auf einem Teller anrichten. Mit frischer Minze und ggf. Kaviar garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 60 min

— Nachspeise —

## Bratapfel mit Vanillesoße

Zutaten für 2 Personen: 2 große Äpfel, 30g gehackte Walnüsse, 30g Rosinen, 100ml Rum oder Orangensaft, 0,5 l Milch, 30g Zucker, 1 Päckchen Vanillinzucker oder eine Vanilleschote, 1 Prise Salz, 1 Esslöffel Kartoffelstärke, 1 Eigelb

Zubereitung: Rosinen eine halbe Stunde in Rum oder Orangensaft einweichen. Rosinen rausnehmen und den Walnüssen vermengen. Das Kernhaus von oben aus den Äpfel ausstechen (nicht durchstechen) und anschließend die Rosinenmasse hineingeben. Äpfel in eine feuerfeste Form legen und 15 bis 20 Minuten bei 170° backen.

Für die Vanillesoße 3/8 l Milch, Zucker, Vanillezucker oder ausgekratztes Vanille und Salz kurz aufkochen. Restliche Milch mit der Stärke verquirlen und zu der anderen Milch geben. Nun unter Rühren einmal sehr kurz aufkochen lassen. Die Soße anschließend mit dem Eigelb abziehen (binden). Dazu erst das Eigelb mit etwas Soße in einer Tasse verquirlen und anschließend dieses in die Soße langsam einrühren. Je nach Wunsch, warm die Soße über die Bratäpfel gießen und servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 min

Quelle: