8A6LniQo

Die AZ rührt und brät kräftig **in Töpfen und Pfannen** *– und gibt gute Früchte hinein*

Es wird wieder beerig!

Im zweiten Teil unserer AZ-Kochserie zum Thema Erdbeeren zeigen wir Ihnen ein tolles, fruchtiges Menü

AZ-Kochserie

Doppeltopf

mit Harald Schultes

Mit Erdbeeren lassen sich viele schöne Dinge zaubern, so viele, dass wir es nicht bei einer Ausgabe der AZ-Kochserie „Doppeltopf" belassen wollten. Auf dieser Seite, im zweiten Teil unseres Erdbeer-Spezials, finden Sie drei Rezepte, bei der die rote Frucht eine zentrale Rolle spielt. Als kleines I-Tüpfelchen gibt es ein Rezept für einen Daiquiri. Denn den kann man an einem lauen Sommerabend immer trinken.

Harald Schultes, Inhaber von Haralds Kochschule am Thomas-Wimmer-Ring hat die Rezepte für Sie zusammengestellt. Wir starten mit einem Wildkräutersalat mit Erdbeeren, der durch die in Schinken eingewickelten Garnelen einen besonderen Kniff bekommt. Selbstverständlich funktioniert das Rezept auch ohne die Fisch-Fleisch-Kombination – für alle, die vegetarisch genießen wollen.

Als Hauptgericht schlagen wir Ihnen einen besonderen Lachs mit asiatischen Anklängen vor: ein Sashimi, also eine japanische Art der Fischzubereitung, die wir aber europäisch interpretieren.

Zum Abschluss probieren Sie doch einfach die gebratenen Erdbeeren mit einer Sauce aus grünem Pfeffer und Balsamico. Damit beeindrucken Sie Ihre Gäste garantiert. Denn wer hätte gedacht, dass das rote Früchtchen sich so bereitwillig in der Pfanne zubereiten lässt.

Guten Appetit!

Sophie Anfang

Harald Schultes, Inhaber von Haralds Kochschule und Sophie Anfang, Vize-Lokalchefin, präsentieren Erdbeer-Gerichte. Alle Fotos: Daniel von Loeper

VORSPEISE

Wildkräutersalat mit Erdbeeren, Parmaschinken und Garnelen

Dieser Salat hat ein besonderes Extra: in Schinken eingerollte Garnelen. Und natürlich: Erdbeeren.
Diese Vorspeise eignet sind besonders, wenn Sie Gäste erwarten.

Schinken und Kräuter kommen in den Salat.

Zutaten für 4 Personen: *100 g Wildkräutersalat, 250 g Erdbeeren, 4 Scheiben Parmaschinken, 100 g geschälte Garnelen, 1 EL geröstete Pinienkerne; Honig-Schnittlauch-Sauce: 5 EL weißen Balsamicoessig, 2 EL Honig, 3 EL Olivenöl, 1 Sträußchen Schnittlauch, Salz, Pfeffer aus der Mühle*

● Den Salat waschen, putzen und trocken schleudern. Die Erdbeeren waschen und in Scheiben schneiden.

● Den Salat und die Erdbeeren auf Teller verteilen. Die Garnelen in Parmaschinken einwickeln und in einer heißen Pfanne mit Butter braten.

● Für die Salatsauce den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden.

● Essig und Honig in einem Mixbecher verrühren und das Öl langsam untermischen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und den Schnittlauch zugeben.

Diesen Salat kann man seinen Gästen gut servieren.

ERDBEER-DAIQUIRI

Und dazu ein Drink!

Daiquiris werden mit Crushed Ice im Mixer zubereitet. Grenadinesirup kann zum Abrunden verwendet werden.

Ein wunderbarer Drink mit Erdbeeren.

Daiquiri gefällig? Dieser erfrischende Drink passt in den Sommer.

Zutaten: *4 cl weißer Rum, 5-6 (gefrorene) Erdbeeren, 3 cl Erdbeersirup, 2 cl Zuckersirup, 1-2 cl Zitronensaft, Crushed Ice*

● Zutaten mit Crushed Ice in einem Elektromixer gut durchmixen.

● In ein vorgekühltes Glas füllen und sofort servieren.

HAUPTGERICHT

Lachs-Sashimi mit scharfer Erdbeer-Salsa auf Kartoffelschnee

Sashimi bezeichnet eine japanische Zubereitungsart für rohen Fisch. In unserer Version bekommt der Lachs allerdings durchaus etwas Hitze ab. Japan-Inspiration trifft deutsche Erdbeere.

All diese Zutaten kommen in das Lachs-Gericht.

Zutaten für 4 Personen: *500 g mehlige Kartoffeln, Salz, 4 Scheiben Lachsfilet ohne Haut à 150 g, Pfeffer, Traubenkernöl zum Braten, 1 ausgepresste Zitrone, 250 g Erdbeeren, 4 geputzte Frühlingszwiebeln, ½ Stück entkernte rote Chili, 10 g eingelegter Ingwer, 1 kleines Sträußchen Koriander oder Petersilie, Saft von einer Limette; außerdem: 4 EL Kräuter-Crème fraîche*

● Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen.

● Für das Sashimi das Arbeitsbrett sehr stark mit Salz und Pfeffer bestreuen und das Lachsfilet großzügig darin wenden.

● Eine Pfanne stark erhitzen, etwas Traubenkernöl zugeben und das Lachsfilet für rund eine Minute von allen Seiten anbraten und zur weiteren Verarbeitung aus der Pfanne nehmen.

● Für die Salsa die Erdbeeren waschen, putzen und zerkleinern.

● Von den Frühlingszwiebeln nur das Weiße und Hellgrüne diagonal aufschneiden. Die Chili ganz fein schneiden. Den eingelegten Ingwer fein hacken.

● Die Petersilie oder Koriander zupfen und fein schneiden.

● Die Zutaten bis auf die Erdbeeren in eine Schüssel geben, gut vermischen und mit Limettensaft, Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss die Erdbeeren vorsichtig unterheben.

● Den Lachs in dünne Scheiben schneiden und auf Tellern anrichten und mit Zitronensaft beträufeln und daran jeweils die Erdbeer-Salsa anrichten.

● Die gekochten Kartoffeln abgießen und durch eine Kartoffelpresse auf die vorbereiteten Teller pressen und jeweils mit einem Esslöffel Kräuter-Crème fraîche servieren.

NACHTISCH

Gebratene Erdbeeren mit grünem Pfeffer

Sophie Anfang brät die Erdbeeren an – das geht einfach, schnell und schmeckt!

Das Ergebnis: gebratene Erdbeeren mit grünem Pfeffer und Balsamico-Essig.

Erdbeeren kann man nicht braten? Probieren Sie es aus! Es geht ganz wunderbar.

Zutaten für 4 Personen: *500 g Erdbeeren, 2 EL frischer grüner Pfeffer, 2 EL neutrales Öl (Traubenkernöl, Rapsöl oder Sonnenblumenöl) oder Butter, 2 EL dunklen Balsamicoessig, 2 EL Zucker, 1 Prise Salz*

● Die Erdbeeren waschen, putzen und halbieren.

● Etwas Öl in der Pfanne erhitzen und die Erdbeeren darin kurz anbraten.

● Balsamicoessig und grünen Pfeffer zugeben und mit Zucker und Salz abschmecken.