

KÜCHENFÜHRUNG

EM19FKFU

schriftliche Ausarbeitung

MENÜ „Honig aus der Region“



Eva-Maria HAUSKA

Matrikelnummer: 1285851



Pädagogische Hochschule Wien

Institut für Ausbildung – Berufsbildung

Studiengang Ernährungspädagogik

Semester

Sommersemester 2015

Veranstaltungsleiter/in

Dipl.-Päd. Birgit Haslinger

Inhaltsverzeichnis

1	Das Menü „Honig aus der Region“	2
2	Rezepte	3
2.1	Feigen-Senf-Brot mit Ziegenkäse (Thymian-Blütenhonig)	3
2.2	Lachs-Avocado-Tartar auf herbstlichen Blattsalat mit Sellerie-Trüffel-Honig-Dressing	4
2.3	Radieschensuppe mit Pumpernickel und Frischkäse	5
2.4	Schafskäse-Ravioli mit Kürbiscreme	6
2.5	Entenbrust mit Feigenjus, Romanesco und Erdäpfeltascherl	7
2.6	Welsh-Cakes mit Ciderapfelcreme und Zitronen,- Honigeis	9

1 Das Menü „Honig aus der Region“

HONIG aus der REGION

Thymian-Blütenhonig

feigen-senf-brot.ziegenkäse.blütenhonig.haferflocken

Trüffel-Akazienhonig

tartar.lachs.avocado.blattsalate

sellerie-trüffel-honig

Rapshonig

radieschensuppe.pumpnickel.rapshonig.frischkäse

Akazienhonig

schafskäse-ravioli.akazienhonig.kürbiscreme

Waldblütenhonig

entenbrust.feigenjus.waldblütenhonig.

romanesco.erdäpfeltascherl

Blütenhonig

welsh-cakes.ciderapfelcreme.blütenhonig.zitroneneis

2 Rezepte

2.1 Feigen-Senf-Brot mit Ziegenkäse (Thymian-Blütenhonig)

Zutaten

Für den Teig:

- 1 Würfel Hefe
- 275 g Weizenmehl
- 150 g Roggenmehl
- 1 Beutel Roggen Natursauerteig (75g)
- 2 EL Salz
- 1 TL Zucker
- 1 EL Senf (scharf)
- 1 EL Akazienhonig
- ca. 40 g trockenen Feigen

Zum Bestreuen:

- 25 g Dinkelflocken

Für den Belag:

- 4 frische Feigen
- 200 g Ziegenfrischkäse (Rolle)
- frischer Thymian
- Thymianhonig (Akazienhonig mit frischen Thymian eingelegt)



Zubereitung:

1. Dampferl zubereiten: 3 EL Mehl, Hefe, Natursauerteig, Zucker in einer Schüssel vermengen und warm stellen, ca. 15 – 20 min (z.B. bei max. 50 C° im Ofen oder Ofen vorheizen und nur in den warme Ofen stellen).
2. Trocken Feigen klein schneiden. Senf in etwas Wasser auflösen.
3. Kenwood/Rührmaschine herrichten: Mehl in die Schüssel geben, Dampferl, Senf-Wasser- Gemisch, Salz und Wasser nach Gefühl hinzufügen. Zuerst auf niedriger, dann auf höchster Stufe zu einem glatten Teig verkneten.
4. Zum Schluss die Feigen unterkneten. Den Teig abgedeckt an einem warmen Ort ca. 30 min gehen lassen, bis sich das Volumen deutlich vergrößert hat.
5. Arbeitsfläche mit Mehl bestreuen und den Brotteig noch einmal kurz mit der

Hand durchkneten. Anschließend kleiner Baguettes formen. Die Oberfläche mit Wasser bestreuen und die Dinkelflocken gleichmäßig aufstreuen. Baguettes abgedeckt noch einmal ca. 20. Min gehen lassen.

6. Im vorgeheizten Ofen bei 200 C° (Umluft, 180 C°) auf mittlerer Schiene ca. 15 20 min backen. Anschließen auf einem Gitter auskühlen lassen.
7. Feigen und den Ziegenkäse in Scheiben schneiden. Die Scheiben abwechselnd auf das zurechtgeschnittene Brot belegen und mit dem Thymianhonig bestreuen, mit einem Thymianzweig garnieren.

2.2 Lachs-Avocado-Tartar auf herbstlichen Blattsalat mit Sellerie-Trüffel-Honig-Dressing

Zutaten

Tartar:

230 g Räucherlachs (Sushi-Qualität)

2 St. Avocados

2 St. Limetten

1 St. Zitrone

Dille für die Dekoration

Salz, Pfeffer

gem. Salat (herbstlich)

Dressing:

4 EL Sauerrahm

100 g Sellerie

1 EL Trüffelhonig (Akazienhonig mit

Trüffel eingelegt)

Essig,

Salz, Pfeffer

Limettensaft

Senf

Charlotten

Martini trocken

Zubereitung:



1. Lachs und Avocado brunoise schneiden. Mit Zitronen,- und Limettensaft bestreuen. Salzen und Pfeffer (abschmecken), ein kühlen.
2. Dressing: Charlotten fein hacken. Sellerie waschen, schälen und in Salzwasser weich kochen. Sauerrahm, Sellerie, Salz, Pfeffer, Honig, Essig, Martini, Limettensaft, Senf, Charlotten pürieren. Dressing abschmecken.

2.3 Radieschensuppe mit Pumpernickel und Frischkäse

Zutaten:

Suppe:

- 2 Bund Radieschen
- 1 St. Zwiebel
- 2 EL Mehl
- 400 ml Gemüsefond
- 120 ml Schlagobers
- 1-2 EL Rapshonig
- Salz, Pfeffer, Muskat
- Essbare Blüten

Kleine Beilage:

- Pumpernickel (kleiner Runder)
- 100 g Frischkäse
- Frische Kräuter (Petersilie, Schnittlauch, klein gehackte Radieschen, Charlotten etc.)



Zubereitung

1. Radieschen waschen, putzen und grob schneiden. 2 Stück fein nudelig schneiden für die Suppeneinlage (ein Radieschen für den Frischkäse aufheben!).Zwiebel schälen, fein würfeln. In einem Topf die Butter zerlassen. Die Zwiebel darin glasig dünsten. Reichliche Hälfte der Radieschen dazugeben und mit dünsten. Mehl darüber geben und mit anschwitzen. 200 ml Gemüsefond zugießen, aufkochen und 5 Minuten leicht köcheln lassen.
2. 5 Radieschenblätter waschen, klein hacken. Zu den Radieschen in die Suppe geben. Obers dazu gießen und Honig einrühren. Alles pürieren. Mit Salz,

Pfeffer und Muskat würzen.

3. Kräuter fein hacken. Mit den Frischkäse, Salz, Pfeffer vermengen. In einem Spritzsack füllen und auf den Pumpernickel spritzen. Mit Schnittlauch und Radieschen dekorieren.
4. Blumen und die fein geschnittenen Rassischen in die Mitte der Suppe setzen.

2.4 Schafskäse-Ravioli mit Kürbiscreme

Zutaten:

Nudelteig:

250 g Mehl griffig

2 Eigelb

1 Ei

2 EL Olivenöl

2 EL Wasser

Salz

Füllung:

1 Ei

200 g Schafskäse

100 g Frischkäse

1 EL Pesto Rosso

1 Bund Basilikum (für die Deko 7 Blätter herrichten)

1-2 TL Akazienhonig

Sauce:

400 g Kürbis

2 EL Olivenöl

1 EL Akazienhonig

1-2 Knoblauchzehe

125 ml Gemüsefond

50 ml Weißwein

Pfeffer, Salz

Dekoration:

Erdnüsse, Paprika Pulver, Basilikum Blätter



Kürbiskernöl

Erdnüsse

Zubereitung:

1. Alle Teigzutaten mit $\frac{1}{2}$ TL Salz und 7-8 EL Wasser zu einem glatten, elastischen Teig mit der Hand verkneten. In eine Frischhaltefolie wickeln und mind. 1 Stunde ruhen lassen.
2. Das Ei trennen. Den Schafskäse fein zerkrümeln und mit dem Frischkäse, Eigelb und Pesto verrühren. Die Hälfte des Baltikums waschen, trocken schütteln und fein hacken. Unter die Masse rühren und alles mit dem Honig abschmecken. Anschließend kühl stellen.
3. Den Kürbis waschen, entkernen, klein schneiden und im Olivenöl dünsten. Den Knoblauch schälen, dazu pressen und mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen und mit dem Fond aufgießen. Wenn der Kürbis weich genug ist, pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Den Teig in 3 gleich große Stücke schneiden. Jedes Stück halbieren und mit einem Nudelholz zu einer langen, dünnen Bahn ausrollen. Das Eiweiß verquirlen und 1 Bahn des Nudelteigs dünn damit bestreichen. Von der Füllung mit einem Teelöffel kleine Häufchen in regelmäßigen Abständen auf den Teig setzen.
5. Die zweite Teigbahnen darüberlegen und den Teig zwischen der Füllung gut andrücken. Mit einem runden Ausstecher Ravioli ausstechen.
6. Ravioli in reichlich kochendem Salzwasser ca. 5 min gar ziehen lassen. Gut abtropfen lassen und mit der Sauce, Basilikumblätter, geröstete Erdnüsse (gehackt) und Kürbiskernöl servieren.

2.5 Entenbrust mit Feigenjus, Romanesco und Erdäfeltascherl

Zutaten:

Ente:

2 St. Entenbrust

1-2 EL Waldblütenhonig, Salz, Pfeffer, Sojasauce, Rotwein (Marinade)

1 St. Romanesco

150 g Erdäpfel speckig

Blätterteig

2 St. Ei

1 St. Zwiebel

1 Knoblauchzehe

Schnittlauch

Gewürzmischung Five Spice

2 EL Olivenöl

Butter

Sauce:

80 g Trocken Feigen

Orangensaft oder frische Orange

3 EL Waldblütenhonig, Portwein

Salz, Pfeffer

Kumquats für die Dekoration

Butter

Zubereitung:

1. Erdäpfel bissfest kochen. Zwiebel fein würfelig schneiden. Zwiebel und Knoblauch anrösten. Schnittlauch hacken. Erdäpfel schälen und reiben mit den Zwiebeln, Gewürze, Ei und Schnittlauch vermengen und kaltstellen.
2. Feigen vierteln. In einer Pfanne Honig und 1 EL Zucker erhitzen, die Feigen dazugeben und mit Portwein ablöschen und Orangensaft verfeinern. Salzen und Pfeffern.
3. Marinade für die Ente zubereiten. Honig, Pfeffer, 2 EL Sojasauce, Rotwein/Portwein vermengen. Eventuell mit Butter verfeinern.
4. Die Entenbrust waschen, trockentupfen und rautenförmig einschneiden. Die Entenbrust in der Marinade wenden und ca. 1 St. Im Kühlschrank marinieren.
5. Blätterteig-Tascherl: Blätterteig ausrollen. Kleine Quadrate schneiden und mit der Erdäpfelfüllung füllen und zuklappen. Mit einem verquirlten Ei bestreichen und im Ofen bei ca. 180 C° max. 15 min backen.
6. Ente aus der Marinade geben und auf der Hautseite scharf anbraten (max. 4 min), aus der Pfanne nehmen und in eine Alufolie wickeln zum rasten (kann auch länger sein). Im Vorgeheizten Ofen bei ca. 100 C° weiter garten lassen



- und die Temperatur kontrollieren (Kerntemp. Ca. 85 C°).
7. Romanesco waschen und schneiden, bissfest in Salzwasser garen (Röschen und Strunk) und in Eiswasser abschrecken.
 8. Den Strunk des Romanescos gemeinsam mit Olivenöl, Salz, Pfeffer, Butter pürieren (eventuell ein 1 EL Mascarpone dazu!).
 9. Ende: kurz vor dem Servieren ca. 2 min mit der Temperatur hochgehen.
 10. Die Kumquat für die Dekoration herrichten. Die Ente schneiden und mit den restlichen Zutaten anrichten.

2.6 Welsh-Cakes mit Ciderapfelcreme und Zitronen,- Honigeis

Zutaten:

Teig:

- 250 g Mehl glatt
- 2 TL Backpulver
- 1 Prise Salz,
- 60 g Staubzucker
- 1 EL Gewürze (Nelken, Zimt, Piment) –Mörser zermahlen
- 125 g kalte Butter
- 50 g Rosinen
- 1 Ei
- etwas Milch

Zucker zum Bestreuen

Cider-Apfelcreme:

- 125 ml Schlagobers
- 125 g Mascarpone
- 2 EL Blütenhonig
- Vanillezucker
- 2 EL Staubzucker
- 2 EL Apfel-Cider

Apfelsauce:

- 3 St. Äpfel
- 3 EL Blütenhonig
- Gelierzucker



Apfel-Cider

Vanillezucker, Honig,

Mehl zum binden

Zitronen,- Honigeis:

120 ml frisch gepresster Zitronensaft

200 ml Naturjoghurt

50 g Staubzucker

2 EL Blütenhonig

4 Eiweiß

Prise Salz

Dekorationen:

Frische Minze

Zitronenscheibe

Brombeeren oder Blaubeeren

Zubereitung:

1. Zitronen pressen. Eier trennen und Eiklar glasig schlagen. Joghurt, Zitronensaft, Honig und Puderzucker cremig verrühren. Eiweiß und etwas Salz unterrühren. Masse in den Tiefkühler geben.
2. Welsh Cakes: Mehl mit Backpulver vermengen (sieben). Mehl, Zucker, Ei, Gewürze, etwas Milch, Butter (fein zerkrümeln) auf der Arbeitsfläche zu einem Teig verarbeiten. Zum Schluss die Rosinen untermischen und kalt stellen.
3. Creme: Mascarpone mit Apfelicider cremig vermengen. Vanillezucker und Staubzucker dazu. Kurz vor dem anrichten Schlagobers schlagen und unterheben.
4. Apfel-Cider-Sauce: Äpfel waschen, schälen und mit einem Ausstecher Kugeln ausstechen. Apfelkuglerl mit Zitronensaft und etwas Zimt vermengen. In einer Pfanne Kristallzucker und Honig erhitzen, Apfelstücke und Vanillezucker hinzufügen. Mit Apfel-Cider ablöschen und abschmecken.
5. Welsh-Cake-Teig noch einmal kurz durchkneten und ausrollen (ca. 1 cm dick). Mit einer runden Form ausstechen. Anschließend in einer Pfanne goldbraun backen und im Ofen bei ca. 160 C° max. 15 min durchbacken lassen. Leicht auskühlen lassen und waagrecht halbieren und mit der Creme füllen und vier Apfel-Kuglerl darauflegen.

6. Das Eis aus dem Tiefkühler nehmen und mit dem Pakojet cremig rühren.
7. Die gefüllten Cakes mit Brombeeren, Apfelsauce und Minze anrichten.