



„NORDISCHE KÜCHE“ MIT JOHANNES KING

Gemüsesalat mit Rapsöl-Vinaigrette

~

Marinierte Fjordforelle mit gepickeltem
schwarzem Rettich und Algensud

~

Gebratene norwegische Jakobsmuscheln
mit Karotten und Minze

~

Norwegischer Skrei auf Brandade
mit Muschelsud und Brunnenkresse

~

Blonder Schwede

GAGGENAU

GEMÜSESALAT MIT RAPSÖL-VINAIGRETTE

REZEPT

Dieses Rezept kann sehr individuell zubereitet werden. Als Basis kann Frischkäse oder Gemüsestampf verwendet werden. Die Gemüse werden immer einzeln gegart, dezent abgeschmeckt, sodass jedes Gemüse seinen Eigengeschmack behält. Kräuter nach Jahreszeit können ebenfalls wie ein bunter Strauß eingearbeitet werden. Wem das zu „vegetarisch“ erscheint, kann Krabben oder Krebse dazugeben, aber auch Tatar kann eine wunderbare Ergänzung sein.

Wir verwenden heute für die Grundfüllung:

Ziegenfrischkäse mit etwas Buttermilch evtl. verdünnt – nicht würzen.
Verschiedene Gemüse wie Karotten, Petersilienwurzeln, Blumenkohlröschen, Zwiebellauch, Radieschen, kleine feste Steinchampignons usw.
Kräuter: kleiner Gundermann, kleiner Sauerampfer, kleine Schafgarbe oder Gänsefingerkraut, Schnittlauchspitzen.

GEMÜSE-VINAIGRETTE (für ca. 10 Portionen)

80 ml Gemüsefond
30 ml Apfelessig
30 ml Traubenkernöl
50 ml Rapsöl
Meersalz, frisch gemahlener weißer Pfeffer, etwas Limonensaft

ANRICHTEN

Etwa einen gehäuften Esslöffel Ziegenfrischkäse wie oben beschrieben in den Kelch geben.

Gemüse bunt anordnen, Kräuter einstecken, frisch gehobelte Radieschen und Champignonscheiben dazwischen geben, vorsichtig mit der Vinaigrette übergießen – würzen mit Fleur de Sel und wenig frisch gemahlenem weißem Pfeffer.

MARINIERTE FJORDFORELLE MIT GEPICKELTEM SCHWARZEM RETTICH UND ALGENSUD

REZEPT

(für 6–8 Personen)

Ein Rezept, welches man wunderbar adaptieren und mit unterschiedlichen Fischen, Schalen- oder Krustentieren kombinieren kann.

FJORDFORELLE

Fjordforelle filetieren und in grobe Würfel schneiden. Die Würfel nur ganz leicht mit frischem Meersalz und einer kleinen Prise weißem Pfeffer marinieren.

Pro Portion reichen 100 bis 120 g als Vorspeise aus.

PICKELFOND

250 g Wasser

75 g Essig (Neuburger Essig)

50 g Zucker

10 g Salz

Gewürze: Piment, Koriandersaat, weißer Pfeffer, Senfsaat, ggf. Kräuter

Alles zusammen einmal aufkochen und dann die **Rettichscheiben** in den heißen Fond legen und auskühlen lassen.

WARMER ALGENSUD

70 g Butter

70 g Schalotten

40 g Champignons

30 g Staudensellerie

20 g Sylter Braunalge

40 ml Noilly Prat

600 ml Fischfond

50 g Crème fraîche

100 ml Sahne

Gewürze: Lorbeer, Koriandersaat, weißer Pfeffer, Senfsaat gelb

Butter schmelzen und aufschäumen lassen, fein geschnittenes Gemüse und Braunalgen mitschwitzen, mit Noilly Prat ablöschen, Fischfond aufgießen und 15 Minuten köcheln lassen. Danach Gewürze, Crème fraîche und Sahne zufügen, nochmal aufkochen und 10 Minuten ziehen lassen. Die Sauce durch ein feines Sieb passieren und aufmixen.

GAGGENAU

FOCUS
DIE Genuss
MACHER

ANRICHTEN

2 gehäufte Esslöffel von der marinierten Fjordforelle in eine tiefe Schale geben, gepickelte Rettichscheiben darüber legen und mit dem heißen Algensud umgießen.

EINFACH, ABER ABSOLUT KÖSTLICH!

GAGGENAU

FOCUS
DIE Genuss
MACHER

GEBRATENE NORWEGISCHE JAKOBSMUSCHELN MIT KAROTTEN UND MINZE

REZEPT

(für 6 Personen)

12 norwegische Jakobsmuscheln
2 EL Sonnenblumenöl
400 g Karotten
50 g Butter
30 g Zucker
2 Schalotten
20 g Ingwer
4 cl Noilly Prat
200 ml Gemüsefond
Salz, Pfeffer

200 ml Kalbsjus
7 Zweige Thymian
30 g Butter

ZUBEREITUNG

Die Jakobsmuscheln aus der Schale lösen. Innereien entfernen und das Muschelfleisch eiskalt abwaschen und trockenlegen.

Die Karotten schälen und in grobe Würfel schneiden. Die geschälten Schalotten in feine Würfel schneiden. Den Ingwer ebenfalls schälen und sehr fein schneiden. Nun die Butter zerlassen und die Karotten darin anschwitzen. Den Ingwer und die Schalotten dazugeben und mit anschwitzen. Mit Noilly Prat ablöschen und mit dem Gemüsefond auffüllen. Die Karotten kochen, bis diese sehr weich sind und der Fond reduziert ist. Jetzt im Mixer leicht anmischen und mit Salz und Pfeffer nachschmecken. Pfefferminze fein schneiden und unter die Karotten geben.

Die Jakobsmuscheln kurz und heiß auf einer Grillplatte garen und anschließend mit Meersalz und weißem Pfeffer würzen. In der Kalbsjus 1 Zweig Thymian ausziehen lassen und anschließend passieren und buttern.

Die Jakobsmuscheln auf den Stampfkartotten anrichten, mit der Jus nappieren.

GAGGENAU

FOCUS
DIE Genuss
MACHER

NORWEGISCHER SKREI AUF BRANDADE MIT MUSCHELSUD UND BRUNNENKRESSE

REZEPT

(für 6 Personen)

SKREI – BRANDADE

200 g Skreifilet
30 g Schalottenwürfel
30 ml Traubenkernöl
½ Knoblauchzehe
60 ml Noilly Prat
60 g Crème fraîche
Salz und Pfeffer

Das reine Skreifileisch würfeln. Schalotten im Öl farblos anschwitzen. Dann das Skreifileisch und den Knoblauch mitschwitzen. Mit Noilly Prat ablöschen und diesen unter Rühren reduzieren. Die Crème fraîche zufügen und mit dem Fisch 10 Minuten köcheln lassen (bis der Fisch komplett zerfallen ist). Die Knoblauchzehe ausstechen und alles sehr fein mixen und abschmecken.

MUSCHELSAUCE/SUD

2 kg Lister Blaumuscheln
60 ml Sonnenblumenöl
5 in Ringe geschnittene Schalotten
100 g Fenchelwürfel
100 g Staudenselleriewürfel
80 g Karottenwürfel
40 g Butter
100 ml Noilly Prat
200 ml leichter Fischfond
½ blanchierte Knoblauchzehe

Je 1 Teelöffel fein gehacktes Fenchelkraut und Blattpetersilie
Meersalz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer, etwas abgeriebene Zitronenschale

Die Muscheln putzen und kurz waschen, danach gut abtropfen lassen. Sonnenblumenöl stark erhitzen, das Gemüse dazugeben und kräftig anschwitzen. Die Butter und die Muscheln hinzufügen und bei starker Hitze ca. 3 bis 4 Minuten mitschwitzen. Mit Noilly Prat ablöschen, Fischfond und Knoblauch dazugeben. Zugedeckt bei schwacher Hitze aufkochen und noch 5 Minuten ziehen lassen. Die Kräuter dazugeben und abschmecken.

Die Muscheln mit einer Schaumkelle herausnehmen, dann den Topf etwas schräg stellen, damit sich eventuell vorhandener Sand absetzt. Die Sauce und das Gemüse vorsichtig abgießen. Nun die Sauce aufmixen, gegebenenfalls noch etwas einköcheln lassen oder zur kräftigeren Bindung ein paar ausgelöste Muscheln in die Sauce mixen. Passieren, abschmecken usw.

GAGGENAU

FOCUS
DIE Genuss
MACHER

WEITERE ZUTATEN

SKREI – FILET

Pro Person etwa 120 g

20 g Butter, etwas Meersalz, weißer Pfeffer, Zitronensaft

Brunnenkresse oder Gartenkräuter nach Bedarf

Etwas Rapsöl oder Kräuteröl

ANRICHTEN

Brandade erhitzen wie ein Kartoffelpüree, dann das gegarte Skreifilet auflegen, das ausgelöste Muschelfleisch zufügen und mit dem aufgemixten Muschelsud übergießen. Je nach Jahreszeit kann man frische Gartenkräuter oder frische Brunnenkresse und Kresseöl dazugeben.

GAGGENAU

FOCUS
DIE Genuss
MACHER

BLONDER SCHWEDE

REZEPT

(für 6–8 Personen)

WEISSER SCHOKOLADENAUFSCHLAG – GANACHE

250 ml Sahne
90 g weiße Schokolade

Zusammen aufkochen und verrühren. Abkühlen lassen und danach wie Sahne luftig aufschlagen.

MÜRBETEIGSTREUSEL

180 g Butter
600 g Puderzucker
180 g Mehl

Alles zusammen vermengen.

Nach dem Vermengen
90 g Mandelgrieß
eine Prise Salz, Vanillemark (frische Tahiti Vanilleschote) und Zitronenabrieb
dazugeben und nochmal verkneten.

Auf ein Backbleck mit Backpapier kleine Streusel verteilen und bei 170 °C ca. 10 Minuten backen.

APFELKOMPOTT

10 Äpfel

Äpfel schälen, entkernen und achteln. Mit wenig Vanille und Läuterzucker zu einem weichen Kompott kochen.

AUFBAU

1. Schicht: Hausgemachtes Apfelkompott
2. Schicht : Apfelsalat (frisch geschnittene Apfelwürfel)
3. Schicht: Weißer Schokoladenaufschlag (Ganache)
4. Schicht: Gebackene Mürbeteigstreusel
5. Schicht: Eierlikör
6. Schicht: Weiße geraspelte Schokolade

Dieses Rezept kann sehr variabel bearbeitet und sowohl mit Birnen, Beeren, Pflaumen oder mit anderen Früchten variiert werden.