

Das Weihnachtsmenü

der Höhepunkt der Feiertage

Rezept-Tipps der Berufsfachschule für Ernährung und Versorgung Vilshofen

Die Schülerinnen aus der letztjährigen 12. Klasse haben mit ihrer Fachlehrerin Bettina Kerl für Sie im Rahmen des Wahlpflichtfaches „Landwirtschaftlicher Unternehmerhaushalt“ und „Gehobener Privathaushalt“ ein mehrgängiges Menü zubereitet.

Die Schritte sind auf der nächsten Seite so detailliert beschrieben, dass Sie dieses Festessen für Ihre Lieben nachkochen können.

Lassen Sie sich von uns in Festtagsstimmung bringen!

Die Schülerinnen kochten und garnierten ganze vier Stunden und gaben sich sehr viel Mühe, damit das Festessen seinem Namen gerecht wurde. Bei solch einem festlichen Essen darf die Tischdekoration, angefangen von den Gläsern, dem Geschirr bis hin zu den textilen Accessoires, ruhig etwas üppiger und glänzender ausfallen. Mit Gold und Silber wird es an Weihnachten prunkvoll. Das stimmungsvolle Licht von Kerzen verhilft Tannenzweigen, Sternen und Hirschfiguren zu einem glänzenden Auftritt.

Lachs-Mango-Tatar



Schöberlsuppe



Pistazienmousse



Zanderfilet,
Pastinakenpüree,
karamellierte
Trauben



Himbeer-
Rosmarin-
Cocktail



Das Weihnachtsmenü

der Höhepunkt der Feiertage

Genießen auch Sie dieses festliche
Weihnachtsmenü in einer zauberhaften
Stimmung im Kreise Ihrer Familie.

Die Berufsfachschule für Ernährung und
Versorgung wünscht Ihnen ein gesegnetes
Weihnachtsfest und alles Gute
für das Neue Jahr 2023!



Viel Spaß beim Ausprobieren der
Rezepte wünscht die Berufsfachschule für
Ernährung und Versorgung Vilshofen!

Lachs-Mango-Tatar

Zutaten:

Für 4 Personen: 400 g Mango (geschält und ohne Kern), 400 g Räucherlachs, 2 Lauchzwiebeln (auch etwas für die Garnitur), 8 EL Crème fraîche, 2 TL Honig, 2 Prisen Chiliflocken, 2 EL Limettensaft, 4 EL Olivenöl, 2 EL Dill und Petersilie (auch etwas für die Garnitur), 2 Prisen Salz, 1 Prise Pfeffer

Zubereitung:

Mango und Räucherlachs sehr fein würfeln. Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden. Crème fraîche, Honig, Limettensaft und Olivenöl cremig rühren, dann Kräuter, Lauchzwiebelringe hinzufügen. Im Anschluss die Mango und den Räucherlachs vorsichtig untermengen. Mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken abschmecken. Anrichteringe (Ø 6-7 cm) auf die Teller setzen, den Lachs-Mango-Tatar gleichmäßig darauf verteilen und leicht andrücken. Abgedeckt mehrere Stunden in den Kühlschrank stellen. Vor dem Servieren mit einem kleinen Messer den Lachs-Mango-Tatar vom Ring vorsichtig entfernen. Mit einer Limettenscheibe, frischen Kräutern und Lauchzwiebeln garnieren.

Schöberlsuppe

Zutaten:

Fleischbrühe, falls nicht vorhanden Gemüsebrühe verwenden
Schöberl: 5 Eiklar, 5 Eigelb, 125 g Mehl, 4 g Backpulver, Salz, Pfeffer, Muskat (evtl. Reibkäse oder feine Schinkenwürfel in kleiner Menge zusätzlich)

Zubereitung:

Einen Biskuitteig zubereiten. Am Ende gerne etwas Reibkäse oder Schinkenwürfel unterheben. Den Teig auf ein Blech streichen oder in Formen (sehr kleine Muffinförmchen) füllen und backen bis er goldgelb ist. Gleich nach dem Backen in Rauten schneiden oder mit einem Plätzchenausstecher Formen ausstechen. Variante: Man kann vor dem Backen noch zerlassene Butter (30 – 50 g) in den Teig geben.

Himbeer-Rosmarin-Cocktail (alkoholfrei)

Zutaten:

Für vier Personen:

8 Scheiben (4 Scheiben für die Garnitur) Bio-Orangen, 4 Scheiben Bio-Limetten, 4 Scheiben Ingwer, 4 cl Himbeersirup, knapp 1 l Ginger Ale, Eiswürfel, 4 Rosmarinzwige

Zubereitung:

Himbeersirup in die Gläser geben. Orangen, Limetten- und Ingwerscheiben dazugeben und mit einem Mörser leicht zerdrücken. Die Eiswürfel dazugeben und mit Ginger Ale auffüllen. In den Cocktail jeweils einen Zweig Rosmarin geben und mit einer Orangenscheibe garnieren.

Zander auf karamellisierten Trauben und Pastinaken-Karottenpüree

Zutaten:

Pastinakenpüree: 200 g Pastinaken (ca. 2 Stück), 150 g Karotte (eine große), 200 g Kartoffeln (eine große), 150 ml Milch, 1 Schalotte, Muskatnuss, Salz, Pfeffer, Petersilie
Karamelltrauben: 100 g Schalotten, 200 g kleine blaue Weintrauben (kernlos), 200 g kleine helle Weintrauben (kernlos), 125 ml (heller) Traubensaft, Saft von 2 Zitronen, 3 EL Honig, evtl. etwas Stärkemehl
Fischfilet: 500 g Fischfilet (Zander, Karpfen, etc.) wichtig mit Haut!, Saft einer Zitrone, einen Bund Dill, Rapsöl, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Pastinaken, Karotte und Kartoffel waschen, schälen und in sehr kleine, gleichmäßige Würfel schneiden. Die Schalotte ebenfalls schälen und fein würfeln. Danach die Trauben abzupfen, waschen evtl. 30-90 Sek. mit kochend heißem Wasser überbrühen, mit kaltem Wasser abschrecken und mit kleinem Messer häuten. Trauben evtl. entkernen. Schalotten schälen und fein würfeln. Zitronen auspressen. Garnitur vorbereiten; etwas Schale dafür abschälen/abraspeln.

Fischfilet abtupfen und mit Zitronensaft beträufeln. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die gewürfelten Schalotten darin bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten glasig dünsten. Traubensaft, Zitronensaft und Honig unterrühren. In der offenen Pfanne bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten etwas einköcheln lassen. Weintrauben zugeben und in weiteren 3 Minuten hellbraun einreduzieren (karamellisieren) lassen. Dabei öfters umrühren und anschließend je nach Zeit, bis die anderen Speisen fertig sind, warmstellen oder zügig auskühlen lassen, um ein Verkochen der Trauben zu verhindern.

Als Nächstes in einem Topf erneut 1 EL Öl erhitzen; die gewürfelten Schalotten für das Pastinakenpüree andünsten. Danach Pastinaken-, Karotten- und Kartoffelwürfel zugeben und unter Rühren leicht mitdünsten lassen. Mit der Milch ablöschen und bei mittlerer Hitze 5-6 Minuten köcheln lassen. Dabei immer wieder umrühren, damit das Gemüse nicht anbrennt. In der Zwischenzeit Pfanne mit Öl zum Braten vorbereiten und erhitzen. Den Fisch in Portionen teilen, auf der Fleischseite salzen und pfeffern. Sobald die Pfanne heiß genug ist, den Fisch mit der Hautseite nach unten anbraten.

Fertigstellung: Die Karamelltrauben evtl. erneut aufwärmen; Soße mit etwas Stärketeiglein abbinden. Das Gemüse stampfen und das Püree abschmecken. Die Fischfilets wenden, nachdem die Fleischseite leicht weißlich wird.

Anrichten auf dem Teller: Mit einem Löffel oder Eisportionierer das Püree auf den Teller setzen. Karamelltrauben an den Tellerrand verteilen, sodass mittig noch Platz für den Fisch ist. Soße verspielt auf den Teller laufen lassen. Fisch mittig auf dem Teller platzieren.

Pistazienmousse auf Spekulatius

Zutaten für 4 Personen:

Spekulatiusboden: 200 g Gewürzspekulatius, 70 g flüssige Butter, Pistazienmousse: 75 g fein gemahlene Pistazien, 3 EL Pistazienirup, 2 Eier, 100 ml Sahne, 100 ml Milch, 3 Blatt Gelatine, 50 g Zucker, 1 Prise Salz

Zubereitung:

Ein Brett mit Backpapier auslegen und auf der Rückseite fixieren. Das Brett sollte so groß sein, dass vier Anrichteringe nebeneinander darauf Platz haben, und es sollte in den Kühlschrank passen. Vier Anrichteringe auf das Brett setzen und das Backpapier innerhalb der Ringe mit Öl bepinseln, so löst sich der Boden später besser.

Spekulatiusboden:

Die Spekulation sehr fein zerkrümeln. Dazu in einen großen Gefrierbeutel geben und zerklöpfen. Die Spekulatiuskrümel nun in eine Schüssel geben, die flüssige Butter dazugeben und gut verrühren. Die Spekulatiusmasse auf die Anrichteringe verteilen und mit dem Stampfer gut festdrücken. Das Brett mit den Anrichteringen nun in den Kühlschrank stellen, damit der Boden fest wird. Das geht meist sehr schnell, in der Zwischenzeit wird dann die Mousse zubereitet.

Pistazienmousse:

Die Pistazien sehr fein mahlen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Milch zusammen mit der Sahne in einen Topf geben. Die Eier trennen und die Eigelbe zur Milch-Sahne-Mischung geben. Das Eiweiß erstmal kalt stellen. Den Topf mit Milch-Sahne-Mischung und den Eigelben nun auf den Herd stellen und unter Rühren so lange erwärmen, bis sich eine leicht dickflüssige Creme gebildet hat. Sofort von der Kochstelle nehmen. Die Gelatine ausdrücken und darin auflösen und nun den Pistazienirup und die Pistazien dazugeben und (2 Minuten) mit dem Stabmixer pürieren. Jetzt abkühlen lassen bis am Rand ein „Sulzrand“ entsteht. In der Zwischenzeit das Eiweiß mit einer Prise Salz schön steif schlagen und dabei ganz langsam den Zucker einrieseln lassen. Wenn die Pistazienmasse gut abgekühlt ist, das steife Eiweiß darunter heben. Die Moussemasse auf den Spekulatiusböden verteilen und mehrere Stunden aussteifen lassen. Zum Anrichten je einen Anrichtering auf einen Desserteller setzen, mit einem langen scharfen Messer die Mousse vom Anrichtering lösen.



Die Schülerinnen genießen das Weihnachtsmenü

Gutes
Gelingen!