

Schwarzwurzelsuppe mit geräuchertem Lachs (4-6 Personen)

Zutat	Menge	Hinweis
Lachs	4 Stück a 100g	Ohne Haut
Räuchermehl	100g	
Salz, Pfeffer, Zucker, Olivenöl		
Schwarzwurzeln	300g	geschält
Geflügelbrühe	0,6l	
Sahne	200ml	
Butter	80g	
Zitrone unbehandelt	1	

Zubereitung:

Den Lachs mit Salz und Pfeffer würzen und auf einen geölten Siebeinsatz legen.

Das Räuchermehl in einen alten Topf geben und die Wärmequelle einschalten und warten, bis sich das Räuchermehl erwärmt und zu rauchen beginnt. Jetzt den Topf von der Wärmequelle ziehen und den Siebeinsatz in den Topf hängen, ohne das er das Räuchermehl berührt und das Ganze für ca. 25 Minuten bei geschlossenem Deckel ziehen lassen.

Die Butter in einem Topf erhitzen und die in feine Scheiben geschnittenen Schwarzwurzeln darin glasig schwitzen. Gemüsebrühe zugeben und 15 Minuten leicht köcheln lassen.

Jetzt die Sahne, Gewürze und etwas Zitronensaft zugeben und alles mit einem Mixstab zu einer feinen Suppe mixen und ggf. durch ein Sieb passieren.

Anrichten in einem tiefen Teller mit je einem Stück Lachs und wer möchte kann die Suppe mit Kerbel bestreuen.

Kapaun im Pizzateig und mit Muschelragout (4-6 Personen)

Zutat	Menge	Hinweis
Kapaun	1 Stück	Ausgelöst in Brust und Keule ohne Haut
Miesmuscheln	1kg	Gewaschen
Getr. Tomaten	200g	
Karotten	200g	Gewürfelt
Sellerie	200g	Gewürfelt
Fencheknolle	1 Knolle	Gewürfelt
Kartoffeln festkochend	200g	Geschält, gewürfelt
Champignons	100g	In Scheiben geschnitten
Chilischote rot	1 Stück	
Thymian	¼ Teelöffel	gehackt
Petersilie glatt	2 Teelöffel	gehackt
Pernod,Salz,Pfeffer,		
Weißwein trocken	200ml	
Knoblauch	2 Zehen	
Gemüsebrühe	200ml	
Strauchtomaten	200g	Ohne Stielansatz, gewürfelt
Schalotten	100g	Geschält, gewürfelt
Milch	150ml	
Erdnussöl	150ml	
Wasser	150ml	
Mehl 405	600g	
Butterschmalz	50g	

Zubereitung Pizzateig:

Milch, Erdnussöl, Wasser, Mehl, Butterschmalz und eine Prise Salz gut verkneten und den Teig für ca. 30 Minuten abgedeckt ruhen lassen

Danach mit einem Nudelholz auf einer glatten bemehlten Unterlage ca. 0,5cm dünn ausrollen.

Die **Kapaun Brüste** von allen Seiten salzen und pfeffern und anschließend in einer Pfanne mit wenig Öl kräftig anbraten. Kurz abkühlen lassen und die Brüste dann einzeln in den ausgerollten Teig einschlagen, sodass ein geschlossenes Päckchen entsteht. Die Ränder mit den Fingern fest zusammendrücken.

Im auf 210°C vorgeheizten Ofen für ca. 8 Minuten anbacken und danach den Ofen auf 140°C herunterdrehen und nochmals für 15 Minuten weitergaren.

Die Päckchen aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten ruhen lassen. Anschließend die Päckchen teilen bzw. in Scheiben schneiden, wie es einem beliebt.

Soßen die zu diesem Gericht passen sind z.B. Kräuterquark, oder auch nur ein grüner Salat

Zubereitung Muschelragout/Kapaun:

Die Keulen vom Kapaun in grobe Würfel schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

In einem Topf kräftig anbraten und die Gemüsewürfel, den Knoblauch und den restlichen Zutaten zugeben und mit Gemüsebrühe auffüllen und bei geschlossenem Deckel ca. 10 Minuten simmern lassen.

In einem separatem Topf Olivenöl erhitzen und die Muscheln zugeben, mit Weißwein und Pernod ablöschen und bei geschlossenem Decke so lange kochen, bis sich alle Muscheln geöffnet haben.

Die Muscheln auf ein Sieb abgießen und von der Schale befreien. Den Muschelfond mit in das Kapaunragout gießen.

Das Kapaunragout abschmecken mit gehacktem Thymian, Salz und Pfeffer abschmecken und erst kurz vor dem anrichten das Muschelfleisch zugeben.

Das Ragout in einem tiefen Teller anrichten und mit gehackter Petersilie bestreuen.