Setzer
www.landmetzgerei.de

Bratheringe

Zutaten für vier Personen:

4 grüne Heringe (ä 150 g)
(ausgenommen und entgrätet)
Salz
Pfeffer
2 EL Mehl
40 g Butter
500 ml Wasser
125 ml Weißweinessig
2 Zwiebeln
1 TL Senfkörner
5 bis 6 Pfefferkörner
2 bis 3 Wacholderbeeren

außerdem:
einige Zweige Dill

Zubereitung:

Die Heringe waschen, trocken tupfen, von innen und außen salzen, pfeffern und mehlieren. Butter in einer Pfanne erhitzen und darin die Heringe von beiden Seiten goldbraun braten. Abkühlen lassen.

Für die Herstellung der Marinade das Wasser mit dem Essig erhitzen, die Gewürze zugeben und kurz aufkochen.

Abkühlen lassen und die Bratheringe in die Marinade legen und zwei bis drei Tage ziehen lassen.

Stand: 30.05.2016

Setzer
www.landmetzgerei.de

Fisch auf asiatischer Art

Zutaten für vier Personen:

200 g Zuckerschoten
2 Möhren
2 Frühlingszwiebeln
1 Hand voll Koriandergrün
1 Knoblauchzehe
1 bis 2 TL rote Currypaste
3 EL Sesamöl
Salz
Pfeffer
4 Fischfilets
circa 180 g

außerdem:
Chiliflocken zum Bestreuen

Zubereitung:

Die Zuckerschoten abbrausen und schräg in Stücke schneiden. Die Möhren waschen, schälen und in dünne Stifte schneiden. Das Grün längs in feine Streifen schneiden. Das Gemüse miteinander vermischen. Den Ofen auf 180° C Ober- und Unterhitze vorheizen und 4 Stücke Pergament zuschneiden. Den Koriander abbrausen u trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen u in eine Schale legen. Den Knobnlauch abziehen u zum Koriander pressen. Beides mit der Currypaste u 2 EL Öl gut verrühren, etwas salzeb u pfeffern.
Die Fischfilets abwaschen und trocken tupfen. Mittig auf ein pergament legen und mit dem Gewürzöl einpinseln. Das Gemüse darauf verteilen u das restliche Sesamöl darauf träufeln. Die Päckchen zusammenlegen u die Enden mit Küchengarn zubinden. Die Fischpäckchen auf ein Backblech legen u ca 25 Min garen. Zum Servieren die Päckchen öffnen u mit Chiliflocken bestreut werden.

Stand: 30.05.2016

Setzer
www.landmetzgerei.de

Fischfilet

Zutaten für vier Personen:

Fischfilet

Zubereitung:

Fischfilet unter fließendem Wasser reinigen und anschließend trocken tupfen. Verbliebne Gräten entfernen.
Butter in einer Pfanne erhitzen und Filets bei mittlerer Hitze pro Seite circa zwei Minuten braten.
Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.

Stand: 30.05.2016

Setzer
www.landmetzgerei.de

Gegrillter Wolfsbarsch
mit selbstgemachter Kräuterbutter

Zutaten für vier Personen:

1 Knoblauchzehe
1/2 Bund gemischte Kräuter
100 g weiche Butter
einige Tropfen Limettensaft
Salz,
Pfeffer
4 küchenfertige Wolfsbarsche (á 400 g)
1 - 2 Limetten
2 EL Rapsöl

Zubereitung:

Knoblauch schälen und zerdrücken. Kräuter waschen, trocken schütteln, hacken und mit dem Knoblauch unter die Butter rühren, mit Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Wolfsbarsche waschen und trocken tupfen. Limette waschen und in dünne halbe Scheiben schneiden.

Fische außen mit Rapsöl einstreichen, innen mit Salz und Pfeffer würzen, mit Kräuterbutter und Limetten füllen.

Fische zusammenklappen und in je ein Grillgitter klemmen.

Auf dem heißen Grill unter Wenden 20 bis 30 Minuten grillen.

Dazu schmecken zum Beispiel Ciabatta und ein frischer grüner Salat.

Stand: 30.05.2016

Setzer
www.landmetzgerei.de

Lachs-Sandwich

Zutaten für vier Personen:

1/2 Bund Dill
100 g weiche Butter
3 Scheiben geräucherter Lachs
6 Scheiben Toastbrot

Zubereitung:

Dill waschen, von den dicken Stielen befreien, abzupfen und etwas zum Garnieren gutlieben. Den Rest fein hacken und mit Butter verrühren.
Die Lachsscheiben vierteln.
Das ungetoastete Brot entrinden und diagonal durchschneiden. Dillbutter darauf streichen und mit dem Lachs belegen.
Mit dem Dill garnieren.

Stand: 30.05.2016

Setzer
www.landmetzgerei.de

Partyhäppchen

Zutaten für vier Personen:

150 g Mohn-Baguette
100 g geräuchertes Forellenfilet
150 g Creme fraiche
Rauke
roter Pfeffer
1 EL Meerrettich
50 g Räucherlachs
4 Zitronenscheiben Melisseblättchen
4 gegrillte Garnelen
16 dünne Scheiben Salatgurke fein
gehackte Petersilie

Zubereitung:

Brot in zwölf Scheiben schneiden. Vier Scheiben mit Creme fraiche bestreichen, mit geräuchertem Forellenfilet belegen. Mit Rauke und zerstoßenem roten Pfeffer garnieren. Die restliche Creme fraiche mit 1 EL Meerrettich cremig rühren und die anderen Brote mit der Meerrettich-Creme bestreichen. Lachs in Stücke schneiden und vier Brote damit belegen, mit Zitronenscheiben und Melisseblättchen garnieren. Die restlichen Brote mit Gurkenscheiben und einer frisch gegrillten Garnele belegen und ganz leicht mit Petersilie bestreuen.

Stand: 30.05.2016

Setzer
www.landmetzgerei.de

Russische Pfannkuchen – Blini

mit Meerrettich-Creme-fraiche und Lachs

Zutaten für acht Personen:

125 g Buchweizenmehl
10 g Hefe
1/8 l lauwarme Milch
1 Eigelb
Salz
1 Eiweiß
Rapsöl zum Braten
200 g Creme fraiche
2 EL Meerrettich
1/2 Bund Petersilie
1 Bund Dill
1-2 EL Zitronensaft
weißer Pfeffer
200 g Räucherlachs
12 Dillzweiglein zum Dekorieren

Zubereitung:

Die Hefe an das Mehl krümeln, Milch, Eigelb und eine Prise Salz zugeben und daraus einen dickflüssigen Teig bereiten. Das Eiweiß steif schlagen und unter den Teig heben. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und darin aus dem Teig zwölf möglichst dünne Pfannkuchen ausbacken
Für die Meerrettich-Creme-fraiche die Creme fraiche mit Meerrettich verrühren, Petersilie und Dill wasche gut abtropfen lassen und fein hacken. Petersilie und die Hälfte des Dills unterheben, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer pikant abschmecken.
Restlichen Dill unterheben. Blini mit Meerrettich-Creme-fraiche bestreichen.

Lachs darauf anrichten. Jeden Blini mit einem Zweigle Dill dekoriere und sofort servieren.

Stand: 30.05.2016

Setzer
www.landmetzgerei.de

Schollenfiletröllchen
mit Risotto und Spinat

Zutaten für vier Personen:

Schollenfilets á 75 g
2 EL Paprikastreichcreme
1 kg frischer Spinat
8 Sch. geräucherter Schinken
150 g feincremiger Gorgonzola
1/2 TL Johannisbrotkernmehl, bzw. Speisestärke
Salz
Paprikapulver edelsüß
2 EL Maisgrieß
3 EL Rapsöl
4 Schalotten
3 Möhren (250 g)
250 g Risotto-Rundkornreis
200 ml Gemüsebrühe
250 ml trockener Weißwein
1 EL Korianderkraut
Pfeffer
1 EL frische Thymianblättchen
1 TL Akazienhonig

Auflaufform 20 x30 cm

Holzstäbchen

Zubereitung:

Backofen auf 175 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen und eine Auflaufform auf der mittleren Schiene vorwärmen.
Schollenfilets mit Paprikacreme bestreichen.

16 große Spinatblätter von den Stielen befreien und die Stiele zurückstellen. Schinkenscheiben waagerecht halbieren. Die Spinatblätter auf die Filets und darauf den Schinken legen. Die Filets mit der schmaleren Seite beginnend einrollen und mit Gorgonzola in einem Topf mit 400 ml heißem Wasser schmelzen lassen, Johannisbrotkernmehl einstreuen und schaumig pürieren. Mit Salz und Paprika abschmecken.

Die Gorgonzolasauce in die Auflaufform geben und die Fischröllchen in die Auflaufform schichten. Die Röllchen mit der restlichen Paprikacreme bestreichen, mit Maisgrieß bestreuen und mit Rapsöl beträufeln. Auf der mittleren Schiene 30 Minuten garen.

Ei Schalotten und Möhren fein würfeln. Die Hälfte der Schalotten und die Möhren in einem EL Rapsöl bei mittlerer Hitze in einem Topf glasig anbraten.

Den Reis zugeben, unterrühren und ebenfalls glasig werden lassen.

Stand: 30.05.2016

Mit der halben Menge Gemüsebrühe und Wein ablöschen und diese Flüssigkeit einköcheln lassen.

Die restliche Flüssigkeit nach und nach zugeben. Das Risotto sollte im Reiskern noch Biss haben und außen cremig sein. Falls nötig noch Flüssigkeit dazugeben. Koriander fein schneiden, unterheben. Dann das Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Spinat die Stiele in feine Röllchen schneiden und mit den restlichen Schalottenwürfeln und dem Thymian in restlichem Rapsöl bei mittlerer Hitze in einem großen Topf binnen weniger Minuten glasig.

Die Röllchen mit etwas Sauce Risotto und Spinat auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Stand: 30.05.2016

Setzer
www.landmetzgerei.de

Shrimp-Rolls

Zutaten für vier Personen:

1 Eigelb
40 g Weizenmehl
1/2 TL Salz
8 Garnelen (ä 10 bis 15 g)
Weizenmehl zum Wenden
Öl zum Frittieren
2 Blätter getrocknete Algen (Mori)
500 g gegarter Sushi -Reis (nach Grundrezept)
Wasabipaste
je 40 g weißer und schwarzer Besam
Wasabi und süß-sauer eingelegter Ingwer zum Servieren

Zubereitung:

Aus Eigelb, Mehl, Salz und 60 bis 70 ml Eiswasser einen Tempurateig herstellen und ausquellen lassen. Garnelen erst in Mehl wenden, dann durch den Tempurateig ziehen und im heißen Öl frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Noriblätter halbieren. Eine Bambusmatte mit Frischhaltefolie abdecken. Ein halbes Noriblatt darauf legen. Ca 120 g Sushi-Reis darauf verteilen und gut festdrücken. Dann wenden, so dass das Algenblart oben liegt. Das vordere Drittel dünn mit Wasabi einstreichen. Zwei Garnelen hintereinander darauf verteilen.
lZutaten mit Hilfe der Bambusmatte fest aufrollen, Matte fest zusammendrücken, dann Sushi vorsichtig herausnehmen. Weißen und schwarzen Besam streifenförmig auf einer Platte verteilen. Sushi-Rolle darin wenden, bis sie rundum bedeckt ist.
S-Rolle in acht Stücke schneiden, dabei das Messer mehrmals feucht abwischen. Übrige Zutaten genauso verarbeiten.
iWarm mit Wasabi und eingelegtem Ingwer servieren.

Stand: 30.05.2016

Zanderfilet auf cremigem Camembert-Risotto
mit sautierten Pfifferlingen und Pistaziencreme

Zutaten:

Für das Zanderfilet

1,75 kg Zanderfilet, TK
10 g Meersalzflocken
30 ml Rapsöl
100 g Butter
2 g Thymian

Für das Camembert-Risotto

300 g helle kernlose Trauben
1,25 l Gemüsefond
150 g Camembert (45 % Fett i. Tr.)
125 g Butter
55 g Bananenschalotten
2,3 g Knoblauch
40 ml mildes Olivenöl
350 g Risottoreis
500 ml Weißwein zum Kochen
0,4 g Lorbeerblätter
50 ml Noilly Prat (18 % Vol.)
15 g feines Ursalz
1 g geschrotetes Pfeffer-Cuvée

Für die Pfifferlinge

550 g Pfifferlinge
180 g blaue kernlose Trauben
50 g Nussbutter
1 g Meersalzflocken
0,1 g geschrotetes Pfeffer-Cuvée
5 ml Weißweinessig
1 g Schnittlauch

Zubereitung:

Zanderfilets fachgerecht auftauen. Gräten entfernen, Bauchlappen etwas wegschneiden, das Filet in 2 x 70 g Stücke portionieren und mit einem Küchenkrepp trocken tupfen. Fisch salzen und in etwas Öl in einer Pfanne mit der Hautseite nach unten 2 Minuten anbraten, wenden und anschließend mit der Hautseite nach oben unter dem Salamander gar ziehen. In einer Pfanne Butter aufschäumen lassen, Thymian-zweige dazugeben und arrosieren.

Camembert-Risotto
Helle Trauben waschen, halbieren und mit Hilfe eines Parisienne-Ausstechers häuten. Fond erhitzen und beiseitestellen. Camembert in 1 cm große Stücke brechen. Butter in Würfel schneiden, kaltstellen.

Schalotten und Knoblauch schälen, in feine Würfel schneiden. Olivenöl im Topf erhitzen, Schalotten darin farblos an-schwitzen. Risottoreis dazugeben und unter ständigem Rühren 2-3 Minuten ohne Farbe glasig werden lassen. Mit Weißwein ablöschen, dabei ständig umrühren. Sobald der Weißwein verkocht ist, Fond unter Rühren in 3 Schritten nach und nach angießen. Lorbeerblätter nach dem 1. Schritt dazugeben. Risotto anschließend ca. 18 Minuten fertig kochen.

Die Camembert-Stücke unter das Risotto rühren. Die kalten Butterwürfel

Stand: 30.05.2016

Für die Pistaziencreme

25 g Pistazienkerne
25 g feines Ursalz
2 ml Gemüsefond

Für die Garnitur

360 g blaue kernlose Trauben
100 g Bacon
10 g Wildkräutersalat

dazugeben, unterheben. Zum Schluss die abgezogenen halbierten Trauben mit Noilly Prat vorsichtig unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Risotto sollte eine cremig-sämige Konsistenz haben und angenehm würzig nach Camembert schmecken.

Pfifferlinge
Pfifferlinge putzen, waschen und auf einem Kuchentuch gut abtropfen lassen. Trauben waschen, halbieren und mit Hilfe eines Parisienne-Ausstechers häuten. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

Kurz vor dem Servieren die Nussbutter in einer Pfanne erhitzen, Pilze darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Traubenessig ablöschen und die abgezogenen Trauben dazugeben, kurz durchschwenken. Schnittlauch unterheben und abschmecken.

Pistaziencreme
Pistazien mit dem Gemüsefond einmal aufkochen, abkühlen lassen und in einen Pacojet-Behälter füllen. 12 Stunden frosten, anschließend 2 x pacossieren. Kurz vor dem Anrichten das Püree erwärmen, mit Salz abschmecken und in eine Squeeze-Flasche füllen.

Garnitur
Baconscheiben flach auf eine Silikonmatte legen, mit einer anderen abdecken. Im Ofen bei 150 °C ca. 20 Minuten knusprig backen. Anschließend den Bacon aus dem Ofen nehmen und auf einem Küchenkrepp abtropfen lassen. Trauben waschen, halbieren und mit Hilfe eines Parisienne-Ausstechers häuten. Wildkräutersalat bereitstellen.

Unsere Empfehlung zum Anrichten:
Das cremige Risotto auf einem länglichen Teller anrichten, die gebratenen Zanderfilets daraufsetzen, die Pfifferlinge und Trauben verteilen. Kleine Tropfen Pistazienpüree an das cremige Risotto setzen und mit Wildkräutern garnieren.

Stand: 30.05.2016

Setzer
www.landmetzgerei.de

Zitronenseelachs
vom Grill

Zutaten für vier Personen:

1 Salatgurke
8 getrocknete Tomaten in Öl
6 EL Olivenöl
4 EL Zitronensaft
1 TL Honig
1 EL gehackte Petersilie
EXQUISIT Exotisches Perlensalz
frisch gemahlener Pfeffer
1 Dose Kichererbsen, 450 g
1 EL gehackter Thymian
4 Seelachsfilets, á ca. 180 g
1/2 TL abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone

Zubereitung:

Gurke waschen, halbieren, Kerne entfernen und in Stücke schneiden. Tomaten in Streifen schneiden.

Für das Dressing je 2 Esslöffel Öl und Zitronensaft mit Honig und Petersilie verrühren und mit EXQUISIT Exotischem Perlensalz und Pfeffer würzen.

Abgetropfte Kichererbsen mit Tomaten, Gurken, Petersilie und Dressing vermischen. Thymian mit 2 Esslöffeln Öl verrühren. Seelachsfilet waschen, trocken tupfen, mit Würzöl bestreichen und in einer Aluschale auf dem Grill von jeder Seite ca. 5 Minuten grillen.

Restlichen Zitronensaft mit restlichem Öl und Zitronenschale verrühren.

Fisch auf Tellern anrichten, mit dem Zitronenöl beträufeln und mit EXQUISIT Exotischem Perlensalz würzen.

Salat dazu servieren.

Stand: 30.05.2016