

Winterthur meets Tokyo



Eulach-Chuchi Winterthur, Marcel Siegrist, September 2007

Menu

Appetizer

Miso-Suppe mit Tofu

Sushi-Buffer

Sautierte Jakobsmuscheln mit Misoauce

Teriyaki-Steaks auf Gemüsebett

Grüntee-Eis mit exotischen Früchten

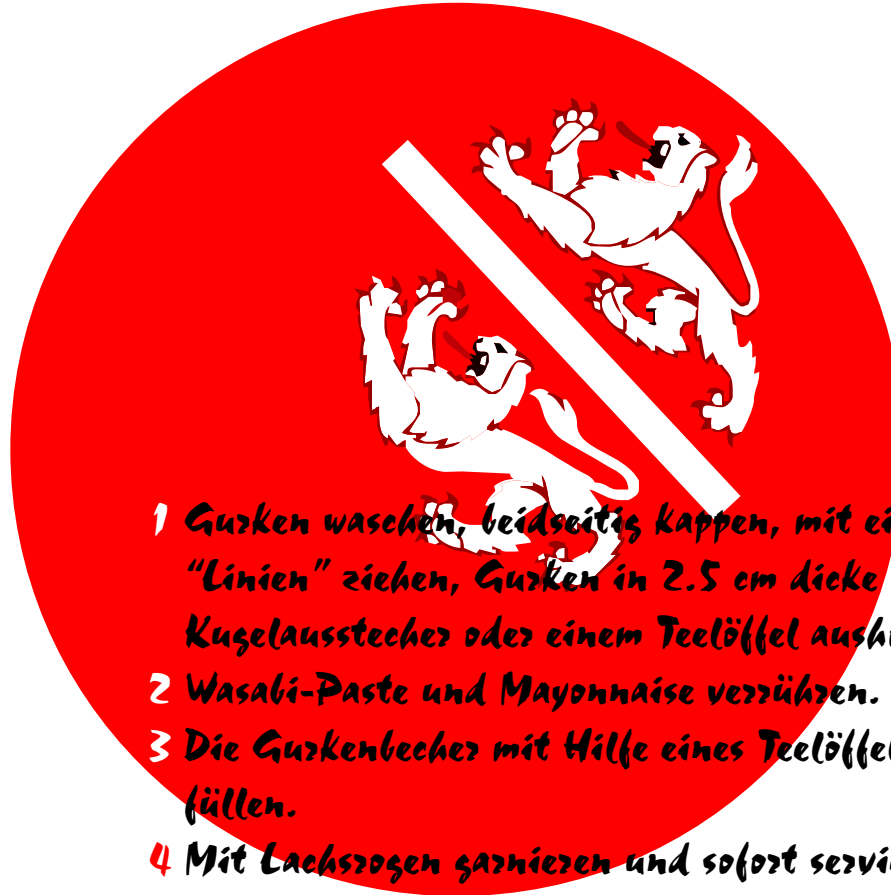
2 Minigurken

2 TL Wasabi-Pulver mit Wasser verdünnt (oder festiges Wasabi)

2 EL hochwertige Mayonnaise

4 TL Lachsrogen

Gurkenbecher mit Wasabi-Mayonnaise



- 1 Gurken waschen, beidseitig kappen, mit einem Zestenreisser in Längsrichtung "Linien" ziehen, Gurken in 2.5 cm dicke Scheiben schneiden, mit einem Kugelausstecher oder einem Teelöffel aushöhlen, dabei einen Boden lassen.
- 2 Wasabi-Paste und Mayonnaise verrühren.
- 3 Die Gurkenbecher mit Hilfe eines Teelöffels mit der Mayonnaisemischung füllen.
- 4 Mit Lachsrogen garnieren und sofort servieren.

160 g japanischer (Seiden-)Tofu

2 dünne Stangen Lauch

10 g frischer Ingwer

5 g Wakame-Seealge

800 ml Dashi (oder Fischfond)

50 g Miso (weiss / rot 50:50)

Miso-Suppe mit Tofu



- 1 Wakame 5 min. in lauwarmem Wasser einweichen, dann abseihen und das Wasser ausdrücken. Wakame in mundgerechte Stücke schneiden.
- 2 Lauch reinigen und in feine Ringe schneiden.
- 3 Ingwer schälen, auf einer feinen Reibe reiben und den Saft auffangen.
- 4 Dashi-Brühe im offenen Topf bei starker Hitze erwärmen, aber nicht kochen lassen.
- 5 Miso durch ein Sieb drücken und unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen zu der Suppe geben, so dass keine Klumpen entstehen. Nicht kochen!
- 6 Tofu von Hand abbrechen und zusammen mit dem Wakame, Lauch und dem Ingwersaft dazugeben und etwa 1 min. ziehen lassen.

Reis waschen und kochen wie unten (Japanischer Reis) beschrieben.

Für das Sushi noch zusätzlich folgende Würzmischung:

Würzessig:

2 EL Reisesessig (Mizun)

2 EL Zucker

1 TL Salz

aufkochen und abschliessend abkühlen lassen.

Über den Reis träufeln und mit einem Holzspatel umschaukeln und Luft zufächeln während er wieder abkühlt.

Sushi-Buffer



Japanischer Reis

300 g Reis

450 ml Wasser

- 
- 1 Reis ca. 20 mal gründlich waschen! Anschliessend 30 min ruhen lassen
 - 2 Reis & Wasser gemeinsam aufkochen; kein Salz!
 - 3 Sobald das Wasser kocht, einen dicht schliessenden Deckel aufsetzen, Hitze auf kleine Flamme reduzieren und 15 min ohne Öffnen kochen lassen
 - 4 Vom Herd nehmen und weitere 10 min ruhen lassen.
 - 5 Reis umrühren

240 g sehr frische ausgelöste Jakobsmuscheln

Salz und frisch gemahlener Pfeffer

1 Knoblauchzehe, zerdrückt

Mehl, zum Bestäuben der Muscheln

1-2 EL Sonnenblumen- oder Pflanzenöl

2 EL Weisswein

2 EL Miso

1 EL Mirin

1 TL Sojasauce

1 TL extrafeiner Zucker

1-2 EL Wasser

1/2 EL körniger Senf

2 EL Sahne

1 kleiner Bund Brunnenkresse

frisch geriebener Parmesan

Reis

Sesamkörner, geröstet

Sautierte Jakobsmuscheln mit Misosauce

- 
- 1 Die Jakobsmuscheln mit Salz, Pfeffer und dem Knoblauch würzen und mit etwas Mehl bestäuben.
 - 2 Die Kresselätter abzupfen und auf einem grossen Servierteller verteilen. Die Stängel sehr fein hacken und zum Garnieren beiseite stellen.
 - 3 Das Öl erhitzen und die Muscheln auf beiden Seiten kurz anbraten, sodass sie aussen versiegelt, innen aber noch roh sind. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Jakobsmuscheln in eine Schüssel geben.
 - 3 Den Weisswein, Miso, Mirin, Sojasauce, Zucker und das Wasser in der Pfanne miteinander verrühren und unter Rühren zum Kochen bringen. Vom Herd nehmen und Senf und Sahne untermischen.
 - 4 Kaffeetasse mit gerösteten Sesamkörnern belegen, Reis einfüllen, anpressen und stürzen.
 - 5 Die Jakobsmuscheln auf das Kressebett setzen, die heisse Misosauce darüber träufeln, mit den fein gehackten Kressestängeln garnieren und mit Parmesan bestreuen.

4 Rumsteaks (Entrecôte) ohne Knochen à 200g

60 ml Sojasauce

125 Teriyaki Sauce

2 EL Mirin (oder süßen Sherry)

2 EL Honig

2 Knoblauchzehen, zerdrückt

2 TL Ingwer, frisch gerieben

2 Zucchini

200 g Erbsen

2 Schalotten

1 Knoblauchzehe

1 Stück Ingwer

geröstete Sesamkörner

Salz, schwarzer Pfeffer

Teriyaki-Steaks auf Gemüsebett

- 
- 1 Steaks von überschüssigem Fett und Sehnen befreien.
 - 2 Sojasauce mit der Teriyaki-Sauce, dem Mirin, Honig, Knoblauch und Ingwer in einer Schüssel (keine Metallschüssel!) gut vermischen. Die Steaks darin gut von Flüssigkeit bedeckt einlegen und abgedeckt(!) mindestens 2 Stunden im Kühlschrank marinieren.
 - 3 Zucchini waschen und Julienne schneiden. Schalotten, Knoblauch und Ingwer klein hacken. Sesamkörner rösten.
 - 4 Schalotten, Knoblauch und Ingwer andünsten. Zucchini und Erbsen bissfest kochen und mit Salz und schwarzem Pfeffer abschmecken.
 - 5 Gemüse als Bett auf Servierteller anrichten und mit Sesamkörnern dekorieren.
 - 6 Steaks aus der Marinade nehmen und abtropfen lassen. In heißem Öl beidseitig kurz (2-3 min) und scharf anbraten.
(à point = 2-3 min, bien cuit = 4-6 min, saignant = 1 min / jeweils pro Seite)
 - 7 (während Fleisch brätet:) Kaffeetasse mit gerösteten Sesamkörnern belegen, Reis einfüllen, anpressen und stützen

2 Eigelb

2 EL getrockneter Grüntee (oder 1 Teebeutel Grüntee / 2.5 dl Wasser)

2 EL kochendes Wasser

1 EL Zucker

1/2 Vanilleschote, längs aufgeschnitten

2.0 dl Vollrahm

1.5 dl Milch

25 g Zucker

Früchte:

1 Mango

Lychees

Deko:

Doppelrahm

Pfefferminz

Grüntee-Eis mit exotischen Früchten

- 
- 1 Trockenem Grüntee in siedendem Wasser einweichen (10-12 Minuten) und mit dem Esslöffel des Zuckers süßen (oder Grüntee klassisch vorbereiten)
 - 2 In einem Kochtopf Vanilleschote und Milch langsam aufkochen, dann zum Tee gießen. Lassen Sie den Topf 5-6 Minuten stehen.
 - 3 In einer separaten Schale Zucker und Eigelb verrühren.
 - 4 Die Milch hinzufügen und in einer Pfanne unter ständigem Umrühren erhitzen, bis die Masse andickt. Gänzlich abkühlen lassen.
 - 5 Sahne steif schlagen und unter erkaltete Teemixtur mischen.
In die Eismaschine einfüllen und starten (Alternativ im Tiefkühler, alle 30 Minuten durch Umrühren die Eiskristalle brechen)
 - 7 Anschliessend in Espressotassen abfüllen.
 - 8 Mangofächer und Lychees auf Teller anrichten
 - 9 Eis umstülpen und mit Doppelrahm und Pfefferminz dekorieren.