

## Möhren-Orangen-Ingwer Suppe

Zutaten für 6 Personen

1	große Gemüsezwiebel
1 St.	Ingwer
4 Zehen	Knoblauch
2 EL	Olivenöl
1 kg	Möhren
4	Kartoffeln
4	Orangen unbehandelt
1 Becher	Sahne
1 Becher	Crème fraîche
	Orangenschale gerieben
2 Liter	Gemüsebrühe
	Salz und Pfeffer
1 Bund	Thymian
	Worcestersauce
	Tabasco
	Granatapfelkerne (Topping)

### Zubereitung

Die Zwiebel, den Ingwer und die Knoblauchzehen schälen, fein würfeln und in dem Olivenöl anschwitzen.

Die geschälten und klein geschnittenen Kartoffeln und Möhren hinzufügen und Alles unter Rühren anschwitzen. Mit der Gemüsebrühe ablöschen, 1/2 Stunde köcheln lassen und anschließend pürieren.

Von 2 Orangen einige Zesten abziehen, von den anderen beiden Orangen die Schale fein abreiben. Anschließend alle Orangen auspressen.

Nun die Sahne und den Saft der Orangen hinzufügen.  
Noch einmal pürieren, aber nicht mehr kochen lassen. Mit den Gewürzen und dem Thymian, der geriebenen Orangenschale abschmecken.

In Teller füllen und mit einem Klecks Crème fraîche, den Granatapfelkernen und den Zesten anrichten.

## Forellenfilets mit Beten, Perlgraupen und Estragonmayonaise (Feinschmecker Februar 2020)

Zutaten für 4 Personen

250 g	Perlgraupen
je 1	kleine Rote und Gelbe Bete
1 EL	frische gehackte Estragonblätter
4 St.	Forellenfilets (geräuchert)
1 St.	Meerrettich
1 l	Gemüsebrühe
	Salz, Kümmel
1	Eigelb
1TL	Senf
250 ml	Sonnenblumenöl
	schwarzer Pfeffer
1 EL	Butter, Zucker

Zubereitung:

Die Gemüsebrühe erhitzen und die Graupen dazugeben.  
Alles in 30-40 Minuten gar köcheln lassen. Restliche Flüssigkeit abgießen.

Währenddessen die Beten waschen und in einen Topf mit kaltem Wasser geben.  
(Verschiedenfarbige Beten getrennt garen!)  
Salz und etwas Kümmel dazugeben und bei mittlerer Hitze 20 Minuten gar kochen lassen.

Für die Mayonnaise Eigelb und Senf in einem Rührbecher mit dem Stabmixer verrühren  
und das Öl langsam dazugeben, bis eine Bindung entsteht.  
Alle Zutaten müssen die gleiche Temperatur haben.

Mayonnaise mit Salz und Pfeffer abschmecken, den gehackten Estragon dazugeben und erneut aufmixen.

Gegarte Beten abgießen, noch warm pellen. Rote Bete vierteln, Gelbe Bete in Scheiben schneiden und getrennt mit 1EL Butter, Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer und etwas Zucker in einem kleinen Topf dünsten.

Beten mit den Graupen und den Forellenfilets auf Tellern anrichten und mit der Mayonnaise garnieren.

Frischen Meerrettich darüber raspeln.

## Bayerische Crème

Zutaten für 6 Personen

500 ml	Milch
1/2	Vanilleschote
5	Eigelbe
65 g	Zucker
3 Bl.	Gelatine
3 EL	Cointreau
225 ml	Crème double

### Zubereitung

Die Milch in einen Topf gießen und 1/2 Vanilleschote 10 Minuten darin ziehen lassen.

5 Eigelbe mit 65 g Zucker cremig schlagen. Die Milch aufkochen und heiß unter die Eier rühren. Das Ganze zurück in den Topf füllen.

Die Creme unter ständigem Rühren bei schwacher Hitze erwärmen, bis sie andickt.

Die Gelatine einweichen, ausdrücken und 3 EL Cointreau dazugeben und unter die Vanillecrème rühren. Die Crème in eine Schüssel geben und abkühlen lassen.

Kurz vor dem Erstarren 225 ml leicht geschlagene Crème double unterheben.

Eine 1,5 l Charlottenform kalt ausspülen. Die Crème in die Form füllen und im Kühlschrank fest werden lassen.

Stürzen und mit Himbeermus servieren.

## Rosenkohl mit gebratenem Speck und Weißwein

Zutaten 4 Personen

120 g durchwachsener Speck

24 St. Rosenkohlröschen

Weißwein

### Zubereitung

Den Speck auslassen und im eigenen Fett knusprig braten.

Rosenkohl putzen, kreuzförmig einschneiden oder halbieren, in Salzwasser noch recht bissfest garen.

Den vorgegarten Rosenkohl zum Speck geben und braten.

Zum Schluss mit Weißwein (Riesling, Grauburgunder...) ablöschen, den Bratenansatz loskochen und etwas einkochen lassen.

Mit Salz und schwarzem Pfeffer abschmecken.