

## KOCHSCHULE

# Zum Fest: Einfach schmeckt's am besten!

Die Ente ist ein wahrer Klassiker zu Weihnachten. Für viele ein absolutes Muss. Hans Jörg Bachmeier, Küchenchef vom „Blauen Bock“ in München, zeigt uns deshalb ein Rezept für einen alternativen Entenbraten – serviert mit Maronen und Chicorée. So wird Weihnachten in der Küche ganz entspannt.

VON STEPHANIE EBNER

Tradition wird zu Weihnachten großgeschrieben. Das gilt besonders auch fürs Essen. Doch Traditionen sind auch dazu da, sie einfach mal über den Haufen zu werfen. Erst im vergangenen Jahr hat Leser Hans Smits die „ewigen Würstl“ an Heiligabend abgeschafft. „Nach über 30 Jahren war das nicht einfach.“ Jetzt überdenkt er sogar das Weihnachtsmenü. Noch in der Kochschule von Hans-Jörg Bachmeier sagt der Hobbykoch begeistert: „Ich muss mit meiner Frau sprechen.“

Bachmeier hat ein „Weihnachtsmenü für Kurzentenschlossene“ kreiert. Er spielt mit den Festtagsklassikern Shrimps und Ente: Der Cocktail-Klassiker aus den 1970er-Jahren kommt zeitgemäß mit knackigem Gemüse und selbst gemachter Cocktailsauce auf den Tisch. Die Mayonnaise dazu ist selbst gemacht – „geht schneller, als sie im Supermarkt zu suchen“. (Zutaten: 2 sehr frische Eigelb, 1 TL mittelscharfer Senf, ca. 1/4 l neutrales Öl, 1-2 EL Zitronensaft, Salz und Pfeffer.). Mit dem Zauberstab ist sie zackig gemixt und gelingt garantiert. Voraussetzung: Alle Zutaten haben Zimmertemperatur.

Der Hauptgang selbst ist in gut einer halben Stunde zubereitet. Bachmeiers Motto fürs Fest: „Einfach schmeckt's am besten.“ Vorausgesetzt man greift zu guten Produkten. Das ist das A und O. Auch Tiefkühlware bei den Shrimps sei nicht zu verdammen. Wichtig: „Immer Salzwasser-Produkte nehmen. Nie Süßwasser-Garnelen.“ Letztere seien oft „voll von Pestiziden und Antibiotika“.

Kopf abdrehen, Schale am Bauch ablösen und nicht vergessen, den Darm herauszulösen. So werden die Shrimps verarbeitet. In einer Marinade mit Limetten. Diese sind fruchtiger als Zitronen, die mehr säurebetont sind. Die Shrimps-Karkassen wandern nicht in den Müll: Die geben ihr Aroma an das Öl ab, mit dem Bachmeier die Avocado später beträufelt. Der Küchenchef: „Der intensivste Geschmack sitzt in der Schale und auch im Eingeweide.“

Weil die Weihnachtsküche in diesem Jahr nicht aufwendig sein soll, hat sich Bachmeier eine Alternative zu Fonds und Soßen ausgedacht. Die rosa gebratene Ente reicht er mit glacierten Maronen und Chicorée.

Später am Tisch stellt Max Strehler fest: „Das ist machbar.“ Und zugleich etwas wirklich Besonderes. So hat man die Ente zu Weihnachten noch nicht genossen.

**Kochschule**

Mit leichter Küche begrüßen wir das neue Jahr: **Fisch** steht bei der **nächsten Kochschule am Montag, 14. Januar**, auf dem Programm. Wer dabei sein möchte, bewirbt sich per Mail unter **Gastro@merkur.de**. Wie immer entscheidet das Los über die Teilnahme. Viel Glück!



**Versprochen, dieses Menü geht ruck zuck:** Hans Jörg Bachmeier und seine Pâtissiere Michaela Micheu haben ein „Weihnachtsmenü für Kurzentenschlossene“ kreiert. Alle Zutaten gibt es garantiert auf den letzten Drücker noch zu kaufen. Die Fest-Klassiker Shrimps und Entenbrust spielen die Hauptrolle, allerdings hat sie der Küchenchef vom „Blauen Bock“ neu verpackt. Die Teilnehmer der Leserkochschule (links unten) waren begeistert. FOTOS: OLIVER BODMER

**Ein Weihnachtsmenü für Kurzentenschlossene mit Shrimpsalat und Entenbrust (für 4 Personen)****Die Vorspeise: Shrimpsalat mit Cocktailsauce**

8 Stück Garnelen mit Kopf  
0,1 l Olivenöl  
Saft von 1/2 Limette  
1 Knoblauchzehe  
1/2 Chilischote  
Meersalz  
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
1 Avocado  
1 Staudensellerie  
1 rote Zwiebel  
Spritzer  
Reisessig  
oder Apfelessig

**Zubereitung:**

**1.** Garnelen schälen und den Darm entfernen, die Schalen und Köpfe beiseitelegen. In einer Eisenpfanne das Olivenöl erwärmen. Knoblauchzehe anknacksen, Chilischote einlegen und kurz ziehen lassen. Schalen und Köpfe mit dazugeben und circa 10 Minuten garen lassen. Das Öl passieren.  
**2.** Staudensellerie waschen und die Fäden ziehen. Die Blätter beiseitelegen. Sellerie in Stücke schneiden. Rote Zwiebel schälen und in Stücke schneiden. Beides in Salzwasser bissfest blanchieren und in das Garnelenöl einlegen.  
**3.** Garnelen salzen, pfeffern und ebenfalls in das Öl einlegen und erwärmen. Die



**Ein Klassiker neu interpretiert: Shrimpsalat mit Cocktailsauce.**

Garnelen dürfen nicht zu heiß werden. Von der Limette die Schale in das Öl reiben, Limettensaft dazugeben. Wenn die Garnelen gar sind, aus dem Fond nehmen.

**4.** Avocado schälen, entkernen und in Fächer schneiden. Die Avocado mit dem Garnelendressing marinieren und anrichten.

**5. Anrichten:** Die Gemüse und die Garnelen auf der Avocado verteilen. Cocktailsauce (siehe unten) darübergeben und mit Sellerieblättern ausgarnieren.

**Cocktailsauce**

75 g Ketchup  
150 g Mayonnaise selbst gemacht (siehe links) oder gekauft  
1 EL Sahnemeerrettich  
1 EL Joghurt  
1 TL Cognac  
zum Abschmecken: Worcestershiresauce, Cayennepfeffer, Tabasco, Salz, Cayennepfeffer

Alle Zutaten miteinander verrühren und abschmecken.

**Der Hauptgang:**

**Entenbrust, Maronen und Chicorée**  
4 Entenbrüste (weibliche, sind kleiner,

zarter und optimal für eine Portion)

Öl zum Braten  
1 Zweig Thymian  
1 Zweig Rosmarin  
1 angeknackste Knoblauchzehe  
2 EL Butter

**für den Chicorée:**

2 Chicorée  
15 g Butter  
1 bis 2 TL Puderzucker  
Salz  
weißer Pfeffer aus der Mühle  
0,1 l Orangensaft

**Glasierte Maronen:**

120 g Maronen (ca. 16 Stück)  
60 g Zucker  
4 cl Cognac  
4 cl Weißwein  
1/2 Sternanis  
1/4 Zimtstange  
1 Nelke  
etwas Sahne  
Salz und Pfeffer zum Würzen.

**Zubereitung:**

**1.** Zucker in einer Stielkasserolle karamellisieren lassen. Mit Cognac und Weißwein ablöschen. Die Maronen einlegen, Sternanis, Zimt und Nelke dazugeben, mit etwas Sahne auffüllen und einkochen lassen. Mit Salz würzen  
**2.** Backofen auf 180° vorheizen.  
**3.** Die Entenbrüste würzen. Eine Pfanne

erhitzen und die Brüste mit der Fleischseite zuerst in die Pfanne legen. Nach kurzem Anbraten umdrehen, auf die Hautseite und in den Backofen stellen und für 12 Minuten auf der Hautseite braten. Die Ente aus der Pfanne nehmen, das Fett abgießen. Die Butter in der Pfanne aufschäumen lassen, Thymian, Rosmarin und Knoblauch dazugeben. Die Entenbrust immer wieder mit der Butter übergießen.

**4.** Chicorée vierteln und die Strunkansätze heraus schneiden. Den Chicorée in die einzelnen Blätter zerlegen, dabei mögliche braune Stellen glatt abschneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen, den Chicorée darin nur leicht Farbe nehmen lassen, mit Puderzucker bestäuben und leicht karamellisieren lassen. Dann salzen, pfeffern, mit dem Orangensaft ablöschen und diesen etwas einkochen lassen. Den Chicorée-Fond abpassieren und weiter einkochen lassen. Mit Bratenfond aus der Entenpfanne abschmecken.

**5. Anrichten:** Entenbrust der Länge nach tranchieren, auf dem Chicorée anrichten und mit den glasierten Maronen umgeben. Den Chicorée-Orangensaft darüberträufeln.



**Schnelle Entenbrust mit Maronen und Chicorée.**

**DAS DESSERT****Schokomousse mit Kumquats****Zutaten (für 4 Personen)**

für die Lebkuchen-Buchweizenblätter:  
60 g flüssige Butter  
120 g Puderzucker  
90 g Eiweiß (von drei Eiern)  
120 g Buchweizenmehl

5 g Lebkuchengewürz  
Alle Zutaten zu einer glatten Masse rühren. Mit einer Schablone von ca. 7 cm Durchmesser die Masse auf mit Backpapier belegte Backbleche legen. Im auf 170°C vorgeheizten Backofen ca. 10 – 15 Minuten backen.

für dunkle Schokoladensahne:  
500 g Sahne  
250 g dunkle Kuvertüre (55%)

Die Sahne aufkochen und über die klein gehackte Kuvertüre gießen. Mit einem Stabmixer ca. 1 Minute kräftig durchmischen und am besten über Nacht kalt stellen. Wer mag, kann in die aufgeschlagene Sahne noch etwas Rum oder Amaretto geben.

für die helle Schokoladensahne:  
250 g Sahne  
1 TL Honig  
1 TL Lebkuchengewürz  
1 Zimtstange  
150 g weiße Kuvertüre

Sahne mit den Gewürzen aufkochen, die Zimtstange entfernen und über die klein gehackte Kuvertüre gießen. Mit einem Stabmixer ca. 1 Minute kräftig durchmischen und am besten über Nacht kaltstellen.

für die Kumquats:  
300 g Orangensaft  
40 g Honig  
60 g Zucker  
200 g Kumquats  
1/2 TL Stärke

Die Kumquats waschen und in ca. 1/2 cm dicke Scheiben schneiden. Orangensaft mit Honig und Zucker aufkochen und um ein Drittel reduzieren lassen. Die Kumquats einlegen ein paar Minuten mitkochen lassen. Die Stärke mit etwas Wasser anrühren und den Sud damit abbinden. Ein paar Stunden auskühlen lassen bzw. kalt stellen.



**Geht flott: Schokomousse-Törtchen mit Kumquats.**

**Anrichten:**

**1.** Die beiden Schokosahnen vor dem Servieren steif schlagen.  
**2.** Die dunkle Sahne in einen Spritzsack füllen und etwas Mousse in die Mitte eines Tellers dressieren. Darauf ein Buchweizenblatt setzen und wiederum dunkle Mousse spritzen. Noch einmal wiederholen und das Törtchen mit einem Blatt abschließen.  
**3.** Aus dem weißen Mus mit einem Löffel zwei Nocken formen. Eine auf das letzte Blatt setzen, eine daneben.  
**4.** Das Kumquats-Kompott um das Lebkuchen-Buchweizen-Törtchen verteilen.



**Küchenparty:** Die Vorspeise serviert Hans Jörg Bachmeier (l.) den Lesern gleich in der Küche.



**Kräftig:** Chardonnay, 2015, Ried Pandkräftn.



**So entspannt kann ein Weihnachts-Menü sein.** Die Leser sind sichtlich angetan von der Speisenfolge.