

Kochen in der GUBE am 15. April 2023

Thema: Zicklein

Zickleinravioli mit Bärlauch

für 6 Portionen

Ravioliteig

400 g Mehl

4 Eier

1 TL Salz

Füllung

400 g Fleisch/Bauchfleisch vom Ziegenkitz

100g Bärlauch

2 altbackene Semmeln

100 ml Kalbsfond oder Hühnerbrühe

½ TL Salz

Pfeffer aus der Mühle

50 g zerlassene Butter

100 g Parmesan, gerieben

1. Zutaten für den Teig kneten, bis er glatt ist, mit feuchtem Tuch bedeckt ruhen lassen. Warme Brühe zu den zerkleinerten Semmeln geben und zudecken. Das Fleisch in kleine Stücke schneiden und zweimal durch den Fleischwolf geben (feine Scheibe!), zwischendurch Scheibe säubern. Bärlauch fein hacken.
2. Alle Zutaten für die Füllung vermengen und noch mal abschmecken. Ravioliteig fein ausrollen und in 5cm breite Streifen schneiden. Auf einen Streifen etwa alle 3 cm einen gestrichenen Teelöffel der Füllung geben. Einen zweiten Streifen darüberlegen und die Ränder andrücken, damit keine Luftblasen entstehen, und die Ravioli ausschneiden. Die fertigen Ravioli auf einer bemehlten Fläche antrocknen lassen (eventuell nach einer Weile auch einmal wenden). Die Ravioli in reichlich kochendes Salzwasser geben, einmal aufkochen lassen und 5–6 Minuten ziehen lassen, aus dem Wasser nehmen und gut abtropfen lassen. In der zerlassenen Butter schwenken und in eine vorgewärmte Schüssel geben und mit Parmesan bestreuen.

Zickleinleber mit Rosinen und Kapern

Für 4 Portionen als Hauptgericht oder 6 Portionen als Vorspeise / Zwischengericht

30 g Rosinen

600 g Zickleinleber

Salz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

etwas Mehl zum Bestäuben

40 g Schalottenwürfel

1 gehackte Knoblauchzehe

60 g Kapernäpfel
 4 EL geröstete Pinienkerne
 180 g geschälte Tomaten (außerhalb der Saison aus der Dose)
 1 EL Rotweinessig
 1 TL Balsamico-Essig
 1 EL Kapernwasser
 3 EL Thymianhonig
 200 ml Kalbsjus
 1 EL grob gehackte glatte Petersilie
 1 EL gehackte Korianderblätter

1. Die Rosinen in etwas lauwarmem Wasser einweichen. Die Leber von Haut und Sehnen befreien und in 1,5 cm dicke Streifen schneiden. Salzen, pfeffern, leicht mit Mehl bestäuben.
2. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Leberstreifen von allen Seiten bei nicht zu starker Hitze unter Schwenken in der Pfanne anbraten. Herausnehmen, warmstellen.
3. Schalottenwürfel, Knoblauch, Kapern, Pinienkerne, abgetropfte Rosinen und die in Streifen geschnittenen Tomaten zugeben und mit Kalbsjus aufgießen. Kurz aufkochen lassen, Leber und Kräuter hinzufügen und sofort servieren.

Ash e Anar (Iranische Ziegensuppe)

Für 6 Portionen

125 g kleine weiße Bohnen
 ½ Knoblauchknolle
 1 Lorbeerblatt
 1 TL Salz

Bohnen über Nacht einweichen, das Wasser abgießen und die Bohnen mit der halbierten Knoblauchknolle, Lorbeer und Salz mit 2 l Wasser aufkochen und ca. 1 ½ Stunden simmern lassen.

Zickleinconsommé

250 g Zickleinknochen
 30 ml Olivenöl
 1 Zwiebel
 2 Knoblauchzehen
 1 Karotte
 ¼ Stange Lauch
 150 g Stangensellerie
 1 Zimtstange
 3 Nelken
 1 TL Kreuzkümmel
 ½ TL schwarze Pfefferkörner
 Salz

Knochen in einem Topf mit dem Olivenöl anbraten, bis sie goldfarben werden. Währenddessen die Zwiebel halbieren und in einer Pfanne mit der Schnittfläche nach unten ohne Fett dunkel rösten. Die Gewürze auch in einer Pfanne ohne Fett rösten bis sie zu duften beginnen. Alle Zutaten zu den Knochen geben und mit 2 ½ l Wasser auffüllen. Aufkochen und ca. 2 Stunden köcheln lassen, dabei das Fett und den

Schaum abschöpfen. Es sollten ca. 1 ½ l Flüssigkeit übrigbleiben. Alles durch ein feines Sieb passieren und kalt werden lassen.

250g Zickleinhaxenfleisch
 4 cm Kurkumawurzel
 1 Karotte
 100 g Stangensellerie
 4 Stängel Thymian
 1 TL Golpar (iranischer Bärenklau)
 1 Eiweiß
 150 ml Granatapfelsaft

Fleisch durch den Fleischwolf drehen, dann auch Kurkuma, Karotte, Stangensellerie durchlassen. Die Masse mit den Kräutern und dem leicht angeschlagenen Eiweiß gut vermischen. Mit der kalten Brühe aufkochen und 45 Min. leicht köcheln lassen. Den aufgestiegenen »Kuchen« mit einer Schaumkelle abheben und die Brühe durch ein Passiertuch passieren.

Hackklößchen

300g Hackfleisch vom Ziegenkitz
 4 cm Ingwerwurzel
 Abrieb von 1 Biozitrone
 1 Eigelb
 1 Vollei
 1 EL Semmelbrösel
 1 Chilischote
 Salz

Die Ingwerwurzel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Chili entkernen und fein hacken. Alle Zutaten gut verkneten und zu 12 Kugeln formen und in der heißen Consommé 10 Min. köcheln lassen.

Garnitur

½ Granatapfel
 2 Frühlingszwiebeln
 ¼ Knolle junger Knoblauch
 10 ml Olivenöl
 1 TL Zucker
 Je ¼ Bund Minze, Koriander und Petersilie

Die Kerne vom Granatapfel auslösen, die Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden. Den Knoblauch in feinste Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit dem Olivenöl anschwitzen, bis er Farbe bekommt. Dann den Zucker zugeben und karamellisieren lassen. Auf einer geölten Edelstahlfläche ausstreichen und auskühlen lassen. Die Kräuter hacken und vermischen.

Anrichten

Warme Bohnen und die Granatapfelkerne in einen tiefen Teller geben, jeweils zwei Klößchen darauf anrichten und mit der heißen Brühe auffüllen. Mit den Frühlingszwiebelringen und den Kräutern bestreuen und den karamellisierten Knoblauch auf die Klößchen drapieren.

Zickleinfrikassee mit Artischocken und Zitronen

Für 6 Portionen als Zwischengericht oder 4 Portionen als Hauptgericht

1,2 kg Zickleinfleisch
 Salz, frisch gemahlener Pfeffer
 100 ml Olivenöl
 1 weiße Zwiebel
 2 Knoblauchzehen
 100 ml trockener Weißwein
 8 mittelgroße Artischocken
 etwas Zitronensaft
 1 Eigelb
 Saft von ½ Zitrone
 125 g Sahne oder Rahm von der Ziegenmilch, frisch abgeschöpft
 1–2 unbehandelte Zitronen
 frische Dillzweige zum Garnieren

1. Zickleinfleisch waschen, trockentupfen und in kleine Stücke schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und in heißem Olivenöl anbraten ohne Farbe annehmen zu lassen. Die geschälte und in Scheiben geschnittene Zwiebel sowie die Knoblauchzehen im Ganzen zugeben. Mit Wein ablöschen und bei schwacher Hitze zugedeckt schmoren lassen.
2. Artischocken putzen, das obere Drittel (die harten Blätter) abschneiden, äußere harte Blätter entfernen. Artischocken vierteln, das Heu herauskratzen, die Artischockenviertel in Zitronenwasser legen, damit sie nicht anlaufen, dann unter das Fleisch legen und weich schmoren.
3. Eigelb, Zitronensaft und Salz mit einem Schneebesen cremig schlagen und die Sahne oder den Ziegenrahm dazugeben. Diese Mischung vorsichtig unter das Ziegenfrikassee mischen und nicht mehr kochen lassen. Sofort auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit Zitronenspalten und frischem Dill garnieren.

Zicklein mit Lavendel und Rosmarin in der Salzkruste

Für 6 Portionen

1 Zickleinkeule (ca. 900 g)
 1 Zickleinschulter (ca. 700 g)
 3 kleine Knoblauchzehen
 12 Ei Olivenöl
 10 Stiele Lavendel
 9 Zweige Rosmarin
 80 g Möhren
 100 g Zwiebeln
 80 g Staudensellerie
 100 g Kartoffeln
 1 Ei Fenchelsaat
 150 ml Weißwein

600 ml Kalbsfond
Salz
1 Tl Speisestärke
Pfeffer
18 dünne Scheiben grüner Speck
3 kg grobes Meersalz
3 Eiweiß (Kl. M)
4 Lorbeerblätter
4 frische Lorbeerblätter

1. Am Vortag die Keule auslösen. Vom Keulenfleisch und der nicht ausgelösten Schulter die Silberhäute, Fett, Knorpel und Sehnen entfernen. Fleischabschnitte beiseitestellen und die Keulenknochen klein hacken.
2. 1 Knoblauchzehe mit 6 El Öl in einem Mörserfein zermahlen. Blättchen von 6 Lavendelstielen abzupfen. Nadeln von 3 Rosmarinzweigen abzupfen und fein hacken. Lavendel und Rosmarin mit dem Knoblauchöl verrühren. Die Keule wie einen Rollbraten aufrollen und mit Küchengarn binden. Keule und Schulter mit dem Öl einreiben, mit Klarsichtfolie abgedeckt über Nacht kaltstellen.
3. Für die Sauce die Möhren putzen, schälen und klein würfeln. Zwiebeln fein würfeln. Restlichen Knoblauch grob zerdrücken. Staudensellerieputzen, waschen, fein würfeln. Kartoffeln schälen, in kaltes Wasser legen.
4. 3 El Öl in einem breiten Topf erhitzen. Knochen und Fleischabschnitte darin bei mittlerer Hitze 8–10 Minuten braten. Möhren, Zwiebeln, Knoblauch und Sellerie zugeben und 5–6 Minuten weiterbraten. Mit Fenchel bestreuen, mit Wein ablöschen und stark einkochen lassen. Mit Fond und 500 ml kaltem Wasser auffüllen und offen ca. 40 Minuten leise kochen lassen, dabei die Trübstoffe mit einer Schaumkelle von der Oberfläche entfernen. Nach 20 Minuten die Kartoffeln auf einer Haushaltsreibe fein in die Sauce raspeln. Die Sauce durch ein feines Sieb in einen 2. Topf geben und auf 250 ml einkochen lassen, dabei leicht mit Salz würzen. Die Sauce mit der in wenig kaltem Wasser angerührten Stärke leicht binden und 2–3 Minuten leise kochen lassen.
5. Zickleinkeule und Schulter mit Salz und Pfeffer würzen. Nacheinander in einer breiten Pfanne im restlichen Öl bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten rundherum braten, kurz abkühlen lassen. Je 5 Speckscheiben nebeneinander auf die beiden Fleischstücke legen, sodass sie vollständig bedeckt sind.
6. Meersalz mit Eiweiß und 3–4 El Wasser verrühren. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. 1/3 der Salzmischung in 2 Portionen darauf verteilen. Je 4 Speckscheiben nebeneinander darauflegen. Schulter und Keule getrennt auf das Salzbett legen. Restlichen Lavendel, Rosmarin und Lorbeer auf den Fleischstücken verteilen und gut andrücken.
7. Restliche Salzmasse darauf verteilen und gut andrücken, sodass das Fleisch bedeckt ist. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2–3, Umluft nicht empfehlenswert) auf der untersten Schiene 1 Stunde garen. Zickleinkeule herausnehmen und ruhen lassen. Schulter 10 Minuten weitergaren.
8. Sauce erwärmen. Die Salzkruste vorsichtig aufbrechen, Fleisch herausnehmen. Kräuter, Salz und Speck sorgfältig entfernen. Die Keule in Scheiben schneiden, die Schulter entlang des Knochens auslösen. Mit Sauce servieren. Béchamelkartoffeln dazu reichen.

Béchamelkartoffeln

Für 6 Portionen

20 g Butter
 20 g Mehl (gesiebt)
 600 ml Milch
 1 kleine Zwiebel
 1 kleines Lorbeerblatt
 1 Nelke
 Salz
 Saft von ½ Zitrone
 600 g kleine Kartoffeln
 weiche Butter zum Ausfetten
 20–30 g Parmesan (frisch gerieben)

1. Für die Béchamelsauce die Butter in einem Topf schmelzen. Mehl zugeben und unter Rühren 30 Sekunden bei milder Hitze anschwitzen lassen. Mit der Hälfte der kalten Milch auffüllen und verrühren. Zwiebel mit Lorbeer und Nelken spicken und zugeben. Mit Salz würzen. Nach und nach die restliche Milch zugeben und unter Rühren aufkochen. Bei sehr milder Hitze 30 Minuten kochen lassen. Zwiebel entfernen. Sauce durch ein feines Sieb passieren. Mit Zitronensaft würzen. Sauce abkühlen lassen.
2. Kartoffeln waschen und mit Schale in Salzwasser 20–25 Minuten leicht bissfest garen. Kartoffeln in ein Sieb gießen, abtropfen und ausdämpfen lassen. Kartoffeln noch warm pellen, größere evtl. halbieren und mit der Béchamelsauce verrühren. Kartoffeln in der Béchamel ca. 15 Minuten bei milder Hitze kochen lassen. In einer leicht gebutterten Auflaufform verteilen.
3. Kurz vor dem Servieren den Käse über die Kartoffeln streuen. Kartoffeln unter dem vorgeheizten Backofengrill auf der obersten Schiene goldbraun gratinieren.

Ziegenkäsebeignets mit Olivenölschaum und Orangenkompott

Für 4–6 Portionen

Olivenölschaum

3 EL Läuterzucker (Wasser und Zucker im Verhältnis 1:1 aufkochen)
 1 ½ Blatt eingeweichte, gut ausgedrückte Gelatine
 180 g Joghurt
 70 ml Olivenöl

Orangenkompott

1 EL Zucker
 6 filetierte Orangen (auch die weiße Haut vollständig entfernt!) mit ihrem Saft
 6 halbierte Salbeiblätter

Ziegenkäsebeignets

2 Eier
 2 EL Zucker
 1 Prise Salz
 2 EL Olivenöl

240 g Ziegenkäse (Picandou oder Saint Maure)
60 g Mehl
3 EL entrindetes, geriebenes Weißbrot
Olivenöl zum Braten

Zubereitung

1. Für den Olivenölschaum Läuterzucker erwärmen, Gelatine darin auflösen. Joghurt und Olivenöl hinzufügen. Mit dem Handmixer etwa 1 Minute verquirlen. In einen Isi-Sahnespender geben (alternativ mit dem Mixstab aufschäumen) und 2 Stunden kaltstellen.
2. Für das Orangenkompott den Zucker hellbraun karamellisieren lassen, mit Orangensaft ablöschen und die Filets darin erwärmen. Die Salbeiblätter hinzufügen und abgedeckt beiseitestellen. Vor dem Servieren die Salbeiblätter entfernen.
3. Eier mit Zucker, Zitronenschale und Salz schaumig schlagen. Olivenöl, Ziegenkäse und Mehl einrühren. Zitronenfilets kleinschneiden und unterkneten. Mindestens 2 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen. Die Masse in gleichmäßige Portionsstücke teilen und flache Plätzchen formen (pro Portion etwa 3 Stück). In den Brotkrumen wälzen und im erhitzten Olivenöl in einer Pfanne goldbraun backen.
4. Plätzchen auf Tellern anrichten, mit Kompott umgeben und mit dem Olivenölschaum garnieren.