

Astrid Kuth vom Strandhaus kocht weltoffen. Im Mai bedeutet das für sie: Zu Spargel passt auch Seeteufel – und den wickelt sie in Engelshaar ein



VON ASTRID KUTH
& FRANK HOMANN (FOTOS)

Ich habe das Rezept ausgesucht, weil Mai ist und damit Spargelzeit. Ich liebe diese Jahreszeit und das frische Grün. Deshalb müssen bei meinen Gerichten auch immer frische Kräuter drauf, so manche davon kommen aus dem eigenen Garten.

Der würzig-nussige Geschmack von Mohn harmoniert gut mit dem der grünen Spargelstangen. Der Kadaifi-Teig erinnert an den Orient, verschmilzt aber auch gut mit der Butter und auch das passt zum Gericht. Seeteufel ist ein schöner, fester Fisch, der dem Gericht zusätzlich „Biss“ gibt.

Das ist mein Koch-Stil: Ich mag mich nicht auf eine Himmelsrichtung festlegen, mein Essen ist welt-offen.

Croustillant vom Seeteufel mit gebratenem grünem Spargel und Avocado, warme Mohnvinaigrette

(Rezept für 4 Personen als warme Vorspeise)

Zutaten

12 Stangen grüner Spargel, 1 Avocado, etwas Rapsöl, Salz, Pfeffer, 1 Schalotte, etwas Raps- oder Olivenöl, 2 EL Mohnsaat, 2 EL Ahornsirup, 1 EL weißer Balsamico zugeben, Saft von einer halben Zitrone, 50 ml Rapsöl, 400 g Seeteufelfilet, ein Päckchen Kadaifi-Teig (gibt es in türkischen oder orientalischen Supermärkten), Butter, Backpapier, Petersilien- oder Schnittlauchöl, ein paar gezupfte Kräuterblättchen.

Frisch entdeckt

Die Möwe am Stiftsplatz

Im früheren Sunnysu am Bonner Stiftsplatz hat jetzt das Caffè Gabbiano eröffnet – das italienische Wort steht für „Möwe“. Geschäftsführer Ismet Tükenmez und sein Team haben vier Monate lang renoviert:

Nun setzt der Innenraum mit Backsteinwänden, weißen Wandstreifen, schwarzen Marmortischen, dunklen Polstersesseln, farbenfrohen Gemälden und Designerlampen elegante Akzente. Bis zu 55 Gäste finden dort Platz, sobald wieder möglich.

Tükenmez wünscht sich eine Außenbewirtung nicht nur direkt am Haus, sondern auch am gegenüber befindlichen Christusbrunnen, der 140 Jahre alt ist und unter Denkmalschutz steht.

Das Gabbiano stellt eine Mischung aus Eissalon, Café und Bistro dar. Die Eisvitrine bietet 16 Sorten an, darunter spezielle wie Kirschstreusel, Cheese Cake, Salzkaramell oder Giotto sowie vegane (1,40 Euro pro Kugel) – laut

Es ist angerichtet:
Astrid Kuth vom
Strandhaus



Aus allen Himmelsrichtungen



Sieht nicht nur köstlich aus, schmeckt auch so: Croustillant vom Seeteufel

Zubereitung

12 Stangen grüner Spargel in 10 cm lange Stücke schneiden, 1 Avocado in Spalten schneiden.

In einer großen Pfanne etwas Rapsöl erhitzen, erst den Spargel anbraten, dann die Avocado vorsichtig mit anbraten, salzen, pfeffern. Dauert insgesamt ca. 5 min.

Für die Mohnvinaigrette die Scha-

lotte in sehr feine Würfel schneiden. In etwas Öl mit 2 Esslöffel Mohnsaat in einer kleinen Pfanne leicht anrösten.

2 Esslöffel Ahornsirup und 1 Esslöffel weißen Balsamico zugeben, salzen, pfeffern.

Den Saft von einer halben Zitrone zugeben, alles einmal aufkochen und dann noch 50 ml Rapsöl in die

warme Vinaigrette rühren.

Für die Croustillants die Seeteufelfilet in 4 längliche Stücke zerteilen.

Aus dem Päckchen Kadaifi Teig 4 Bahnen Teigfäden lösen. Jede Bahn sollte ca. 30 cm lang sein und so breit wie das Fischfilet.

Die Teigbahnen mit geklärter Butter einpinseln. Den Fisch salzen und in den Kadaifiteig einrollen.

Auf ein Backblech mit Backpapier setzen. Im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad ca. 15 min garen.

Anrichten

Das Gemüse in der Pfanne nochmal heiß machen und auf die Teller verteilen, die Mohnvinaigrette darüber träufeln, die Fischpäckchen aufliegen. Kräuter und Kräuteröl darauf geben.

Info: Astrid Kuth ist Inhaberin und Küchenchefin des Restaurants Strandhaus in Bonn. www.strandhaus-bonn.de



Eissalon, Café und Bistro: Ismet Tükenmez bedient Gäste im Gabbiano

Ratgeber

Erdbeeren Ob ein Boden aus Kekskrümeln und geschmolzener Butter, Mürbe- oder Biskuitteig bestehen soll, ist Geschmackssache. Entscheidend für einen gelungenen Erdbeerkuchen sind die Früchte.

Sie sollten wirklich reif, süß und aromatisch sein. Das ist meistens bei Erdbeeren von Direktvermarktern der Fall. Denn sie wählen die Sorten weniger auf lange Haltbarkeit der Früchte aus, sondern nach Geschmack. Es empfiehlt sich, Erdbeeren am besten möglichst erntefrisch zu verzehren. Im Kühlschrank sollten sie nicht länger als einen Tag aufbewahrt werden. Die Lagerung beeinträchtigt nämlich nicht nur den Geschmack, sondern mit der Zeit bauen sich auch die Vitamine ab.

Erdbeeren werden immer vor dem Putzen gewaschen. Dazu werden die Früchte vorsichtig in stehendes Wasser, zum Beispiel in eine Schüssel, gegeben.

Buchtipps

Das ist ein Kochbuch für Sehnsüchtige. Jetzt auf den winzigen, durch eine Fußgängerbrücke miteinander verbundenen kambodschanischen Inseln Koh Ouen und Koh Bong mit den Füßen im Sand sitzen und die echte Khmer-Küche genießen: scharf, exotisch, frisch und selbstredend regional. Für Träume ist es nie zu früh, man kann zu Hause schon mal vorkochen. Der Fotograf Jörg Lehmann war im tropischen Paradies im Golf von Thailand und hat alles eingefangen: die 50 Rezepte aus dem feinen Hotel Song Saa.

Nah an Thailand, Vietnam, Laos und beeinflusst von China, Arabien oder Indien ist die Khmer-Küche etwas ganz Besonderes. Viele Arten Reis wachsen dort, wilder Honig, Pfeffer, allerlei Gemüse, Kokos, Cashewnüsse. Jede Menge Fisch und Schalentiere gedeihen in den Deltas und Binnenseen. Manche Zutat ist auch bei uns leicht zu beschaffen und zuzubereiten: am Morgen die Schale Brühe mit Nudeln, knackigen Gemüsen und Shrimps. Oder ein Müsli mit Kokosmilch, Zitronengras und Zimt. Zu Mittag dann ein Zucchini- und Gurkensalat mit Minze, Nüssen, Zitrone und Pfeffer oder

Spargel Spargel kann man nicht nur kochen, sondern auch braten, backen oder grillen. Für die Zubereitung im Backofen sollte Spargel möglichst abgedeckt werden, damit er nicht austrocknet.

Um den Spargel im Backofen zuzubereiten, eignet sich am besten ein Bräter oder eine Auflaufform mit Deckel, in die man etwas Flüssigkeit gibt. Darin gart der Spargel bei 180 Grad etwa 30 Minuten.

Auch zum Grillen taugen die Spargelstangen. Sie werden mit etwas Raps- oder Olivenöl eingestrichen und kommen direkt auf den Rost oder auf einen Grillstein. Aber Vorsicht: Die Glut darf nicht zu heiß sein, damit die Stangen nicht verbrennen.

Ein feines Röstaroma entsteht aber auch, wenn dünne Spargelstangen oder -stücke etwa zehn Minuten in wenig Fett angebraten werden. Das passt gut zu Salat, Erbsen oder Karotten. *tmn*

ein Entensalat mit Thai-Basilikum, Koriander und schwarzem Sesam.

Die Khmer sind die größte Bevölkerungsgemeinschaft Kambodschas, auch wenn mehr als drei Millionen von ihnen den Roten Khmer zum Opfer fielen. Ihre Kultur, das ist auch ihre Küche. Sie lebt und wird in dem Buch in ganzer Kostlichkeit dargeboten. Vorangestellt ist den Speisen eine Handvoll Grundsoßen und Pasten, die sich im Kühlschrank verwahren lassen. Auf die scharfen Schweinerippchen folgt kühlender Mangosalat und zum Nachtisch geröstete Ananas mit Kokos. Kambodscha, wir stimmen uns schon mal ein. *Inge Ahrens*



Kathleen Beringer, Jörg Lehmann (Fotos): Khmer Cuisine by Song Saa, Elsa Publishing, 176 S., 38 Euro

Im Einkaufskorb

Das Wachtelei

Filigraner geht es wirklich nicht. Gerade mal neun, wenn es hoch kommt 13 Gramm schwer ist so ein winziges Wachtelei. Sein Anblick ist umso aufsehenerregender. Kunstvoll abstrakt und immer anders, je nachdem, auf welchem Untergrund die wilde Wachtelhene ihr Gelege von sieben bis zwölf Eiern bettet, sehen sie aus: Schokoladenbraun betupft oder auch rot und hellbraun gesprenkelt sind die kapriziösen ovalen bis birnenförmigen Eier des scheuen Wachtelvogels. Die kleine, im Verborgenen lebende Wachtel ist Europas kleinster Hühnervogel. Heutzutage, wo Wachteln und vor allem auch Wachteiler im Supermarkt zu finden sind, züchtet man die kapriziösen Vögelchen für den Verzehr, denn nicht nur ihre zauberhaften pralinenkleinen Eier sind delikate, sondern das zarte Fleisch schmeckt auch sehr gut. Das wussten schon die alten Ägypter, hat man herausgefunden, weil die Wachtel in deren Hieroglyphen als bildhaftes Schriftzeichen auftaucht. Gerade mal ein halbes Pfund wiegt so ein Federtier. Trotzdem legt die Henne 250 bis 300 Eier übers Jahr. Ein jedes wiegt gerade mal ein Viertel dessen, was ein Hühnerei ausmacht. Kleine Hühner, kleine Eier. Bei Züchtern hat sich die „Japanische Lege-wachtel“ durchgesetzt.



FOTO: STOCK/ADOBEE

Beim Zubereiten sollte man gar nicht erst versuchen, sie – wie bei Hühnereiern üblich – am Pfannen- oder Schüsselrand aufzuschlagen. Die Eihaut der Wachteiler ist nämlich elastisch und zäher als man es sonst kennt. Am besten, man nehme ein handliches Sägemesser und ritze die robuste Schale mit Bedacht. Vorsicht: Das kann splintern. Dann öffne man das Ei zwischen Messerschnitte und Daumen und lasse es in die Pfanne gleiten. Im Verhältnis zum Hühnerei ist das Dotter des Wachteiles recht groß. Man kann das Ei in vier Minuten auch wachsweiß kochen und dann unter der Hand auf dem Arbeitstisch von der Spitze her rollen, bis die Schale kracht.

Dann einfach abellen. Mit ein paar Schüppchen reines Meersalz schmeckt man am besten den zarten Schmelz des Eies auf der Zunge.

Wachteiler sind einfach aromatischer, da kommt kein noch so frisches Ei von frei laufenden Hühnern mit. Außerdem sollen Wachteiler besonders gesund sein, wie es schon Hildegard von Bingen im 12. Jahrhundert behauptete. Weniger schlechtes Cholesterin sollen sie enthalten, dafür Spurenelemente von Eisen, Zink und anderen Mineralien, Natrium, Proteine und reichlich Vitamin B1 und B12. Hauptsache ist doch, es schmeckt. *Inge Ahrens*