



"ZDF-Fernsehgarten on tour" Gran Canaria - 14.04. 2019

Rezepte von Brian Bojsen

(für 4 Personen)

Vorspeise

Thuns Ceviche

1 große rote Zwiebel
je 1 gelbe und rote Paprika
Saft von 4 Zitronen
Saft von 4 Limetten
1 Bund Koriander
400 g Thunfischfilet (oder anderes
Fischfilet mit festem Fleisch wie
Dorade, Steinbeißer oder Seeteufel)
frische rote Chilischote nach Belieben
2 TL Rohrzucker
1 Handvoll Sesam



Für die Kokossauce:

1 Dose Kokosmilch (400 g)
Salz und Pfeffer
2 Scheiben Ingwer (geschält)
2 Chilischoten (klein geschnitten; Anmerkung von Brian Bojsen: "Bist du ein Däne, entkerne sie, bist du ein Karibe, lass es bleiben." ;-))

Zubereitung:

Zwiebeln und Paprika in kleine Würfel schneiden und in einer Schüssel mit 1 TL Rohrzucker und 1 Prise Salz mischen. Den Zitronen- und Limettensaft untermischen. Dann die Blättchen vom Koriander abzupfen und klein schneiden. So viel davon unter die Mischung heben, wie dir schmeckt.

Den Thunfisch waschen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden. Die Thunfischwürfel in der Mischung einlegen und 10 Minuten darin ziehen lassen. Man kann auch einen festen weißen Fisch wie Dorade, Steinbeißer oder Seeteufel nehmen - oder auch Austern oder Jacobsmuschelfleisch. Diese sollte man dann aber



deutlich länger ziehen lassen. Mit karibischer Kokossauce übergießen und mit Koriander garnieren.

Hauptgericht

Curry Paella, "skandinavisch easy"

500 - 800 gr Taschenkrebsscheren, gereinigt und angeknackt
300 gr Miesmuscheln, gereinigt und entbartet
300 gr Hähnchenbrustfilet, in kleine Stücke geschnitten
500 gr Wildreis
150 gr gefrorene Erbsen
2 große Zwiebeln, geschält und in feine Würfel gehackt
2 große Möhren, geschält
3 Stangen Staudensellerie, in feine Würfel gehackt
500 ml Wasser
20 gr Rote Thai-Currypaste
100 gr Creme fraiche
1 rote Biopaprika, gewaschen, entkernt und in dünne Streifen geschnitten
Saft von 1 Zitrone
Butter zum Anbraten
Salz



Brian Bojsen: "In diesem Gericht steckt eine extreme Mischung aus meinen Reisen an die besten Surfstrände der Welt, wie in kaum einem anderen Gericht. Es ist eine Art Paella, wie wir sie oft in Nordspanien am Strand über dem Feuer in großen Pfannen bereitet haben. Aber auch Thai-Curry und indonesisches Nasi Goreng, also Bratreis, finden sich wieder und werden durch die typisch skandinavischen Zutaten Taschenkrebsscheren und Miesmuscheln garniert."

Das Tolle an diesem Reisgericht ist auch, dass man nach Lust und Laune mit den Zutaten spielen kann: man kann einfach die Muscheln weglassen und nur Huhn nehmen oder umgekehrt. Oder man macht eine vegetarische Variante nur mit Erbsen und Paprika. Wenn man sie aber genauso macht wie hier beschrieben, schmeckt man die weite Welt am besten. Das ist einfach lækker!"



Zubereitung:

Die gehackte Zwiebel in einer großen Pfanne oder einem Wok mit Butter anschwitzen und ruhig etwas braun werden lassen. Dann die Hitze herunterregeln und Karotten- und Selleriestücke dazu geben, weiter anschwitzen. Jetzt die Hähnchenstücke dazugeben und etwas anbraten. Erbsen und Wildreis und so viel Wasser dazugeben, dass alles gerade bedeckt ist, dann die Temperatur hochstellen.

Den Reis im Wasser kochen, bis er gar ist - dann sollte das Wasser auch vollständig verdampft sein. Jetzt einen zweiten Topf mit Salzwasser aufsetzen und die Krebscheren kochen, sie brauchen insgesamt 15 Minuten. Nach ca. 7 Minuten die Muscheln dazugeben, jeweils sofort den Deckel drauf. Die Reismischung aus dem Wok nehmen und die Pfanne auswischen.

Krebscheren und Muscheln auf ein Sieb abgießen. Das Muschelfleisch auslösen und die Schalen wegwerfen. Jetzt noch einmal ein wenig Butter im Wok heiß werden lassen und den Reis zurück in den Wok geben. Er soll leicht anbraten und seinen letzten Wassergehalt verlieren. Immerzu rühren, damit der Reis nicht anbrennt.

Jetzt die Creme Fraiche mit der Currypaste mischen und beides zusammen mit dem Muschelfleisch und den roten Paprikastreifen unter den Reis geben. Leicht aufkochen lassen. Die Paprika darf etwas Biss haben, sie gibt dem Gericht eine schöne weitere Farbe. Mit Salz und Zitronensaft abschmecken.

Auf Tellern servieren und zuoberst die Krebscheren legen.



Nachspeise

Omas alter Apfelkuchen im Glas

1,5 kg Äpfel, geschält, entkernt
und in dreieckige Stücke geschnitten
1 Vanilleschote
5 EL brauner Zucker
400 ml Wasser
150 gr. Paniermehl
40 gr. Butter
400 ml Sahne
1 TL Vanillezucker
Geriebene Schokolade
Geriebene Haselnüsse



Brian Bojsen: "Meine 'Farmor Centa' hat uns Kinder mit ihrem leckeren Essen geradezu verwöhnt. Farmor heißt die Oma väterlicherseits im Dänischen. Mamas Mutter wäre Mormor, Muttersmutter. Was meine Oma kochte, war nie überkandidelt oder von teuren Zutaten geprägt, sondern einfach davon, dass es 'lækker' war. Manchmal sonntags, wenn wir sie besuchten, roch es schon vor der Eingangstür nach ihrem leckeren Apfelkuchen. Sie schwor darauf, den Apfelbelag als eine Art Kompott zu kochen und auf den Mürbeteigboden zu geben.

Jahre später habe ich für eine ganz kurzfristig anberaumte private Party überlegen müssen, wie ich auf die Schnelle ein tolles Dessert ohne großen Aufwand hinbekomme und an meine Oma gedacht. Für den Mürbeteigboden fehlte mir die Zeit, aber Omas Apfelkompott konnte ich blind kochen. So landete Oma Centas Apfelkuchen leicht abgewandelt im Glas. Wichtig ist nur, dass man die Schichten nicht zu früh zusammentut, da die Brösel sonst durchweichen. Und am leckersten ist es, wenn sie knusprig bleiben."



Zubereitung:

In einem Topf das Wasser aufsetzen und 50 gr. vom braunen Zucker und Vanillemark dazu geben. Die Apfelspalten darin langsam aufkochen. Runterschalten und 15-20 Minuten leise köcheln lassen, bis das Wasser eine Sirup-ähnliche Konsistenz annimmt. Abkühlen lassen.

Jetzt eine Pfanne mit der Butter aufsetzen und, wenn diese geschmolzen ist, das Paniermehl unter ständigem Rühren dazugeben. Bitte Vorsicht, denn es soll langsam bräunen, aber nicht schwarz werden. Ist alles schön knusprig, vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

4 EL braunen Zucker und 1 TL Vanillezucker mit der Sahne langsam steif schlagen. Wenn man zu schnell schlägt, bleibt der Zucker zu körnig.

Nun acht mittelgroße hübsche Gläser bereitstellen. In die Gläser zuerst eine Schicht des Apfelkompotts geben, dann eine Schicht knusprige Brösel, eine Schicht Sahne und alles noch einmal wiederholen. Zuoberst geriebene Schokolade und Nüsse als Garnierung drauf geben - fertig!