



Ali Güngörmüş kocht mit Antonia Müller

Kulinarische Weltreise

Alle Rezepte sind für 4 Personen

Süßkartoffelgnocchi, Kokos-Lamm & Brokkoli

von Antonia Müller

Zartes Lammfleisch in Kokossauce harmoniert wunderbar mit Brokkoli, der seine Portion Ingwer abbekommt. Ruhiger Gegenpol sind die Gnocchi aus Süßkartoffeln – Küchenchefin Antonina Müller serviert damit eine Mahlzeit für kulinarische Weltenbummler!

Für die Gnocchi

- 500 g Süßkartoffeln
- 2 Zweige Thymian
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Olivenöl
- 750 g mehlig kochende Kartoffeln
- 50 g geriebener Parmesan
- 300 g Mehl Typ 405
- 40 g Speisestärke und etwas kaltes Wasser
- 2 Eier
- 2 Msp. Kreuzkümmel, gemahlen
- Salz
- Mehl zum Ausrollen des Teigs
- 1 EL Butter

Zubereitung

- Süßkartoffeln halbieren und mit der Schnittseite nach unten in eine Auflaufform legen. Thymian, angebrühten Knoblauch sowie Olivenöl zugeben und mit Salz würzen. Mit einem Deckel oder Alufolie abdecken und ca. 1 Stunde bei 200 °C Unter-/ Oberhitze im Ofen weich backen, dann leicht abkühlen lassen.
- Derweil die Kartoffeln waschen und mit Schale weichkochen. Dann abschütten und gut ausdampfen lassen.
- Süßkartoffelhälften mit einem Löffel auskratzen und das Fruchtfleisch zusammen mit dem gebackenen Knoblauch mit dem Standmixer oder dem Pürierstab fein mixen.
- Die noch warmen Kartoffeln pressen. 300 g Süßkartoffelpüree, Parmesan, Mehl, Stärke und die Eier hinzufügen und alles zu einem glatten Teig verarbeiten. Dabei mit Kreuzkümmel und Salz würzen.
Tipp: Nicht zu lange kneten, sonst wird der Teig kleistrig.
- Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu langen, ca. 3 cm dicken Würsten rollen und diese in gleich große Stücke schneiden. Die Stückchen zu Gnocchi formen und mit einer Gabel oder einem Gnocchibrett die typische Musterung eindrücken.
- Gut gesalzenes Wasser zum Kochen bringen, dann die Hitze reduzieren. Gnocchi in das simmernde Wasser geben und so lange ziehen lassen, bis sie oben schwimmen.
- Mit der Schaumkelle aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und in einer Pfanne mit etwas Butter goldbraun braten.



Für das Fleisch

- 600 g Lammrücken
- 1 EL Speisestärke
- 6 EL Sojasauce
- 2 EL Pflanzenöl zum Braten
- 20 g Ingwer
- 400 ml Kokosmilch
- 1 Bio-Limette
- 1 Prise Pfeffer
- 3 Stiele frischen Koriander

Zubereitung

- Lammrücken von Fett und Sehnen befreien und in gleichmäßige Würfel (ca. 3 x 3 cm) schneiden.
- Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren und mit dem gewürfelten Fleisch sowie 3 EL Sojasauce in einer Schüssel mischen.
- Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Lammwürfel drin scharf anbraten. Wenn der rote Fleischsaft beginnt auszutreten, die Stücke sofort aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller abkühlen lassen.
- Ingwer schälen, sehr fein hacken und in dem Bratensud leicht anschwitzen.
- Limette waschen, trocknen, Schale fein abreiben und den Saft auspressen.
- Kokosmilch, Limettensaft und -abrieb hinzufügen, alles aufkochen und mit der restlichen Sojasauce und Pfeffer abschmecken. Sauce ca. 5 Minuten einkochen lassen, dann das Fleisch hineingeben, einmal aufkochen lassen.
- Koriander waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen, fein hacken und unterziehen.

Für den Brokkoli

- 250 g Brokkoli
- 10 g Ingwer
- 2 EL Butter
- 3 EL Sojasauce
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

- Wasser mit Salz zum Kochen bringen.
- Brokkoli waschen, trocknen, putzen, in gleich große Röschen schneiden und in dem kochenden Wasser wenige Minuten garen, dann in einer Schüssel mit eiskaltem Wasser abschrecken. Abtropfen lassen.
- Ingwer schälen und sehr fein hacken.
- Butter in einem Topf schmelzen lassen, Sojasauce hinzufügen.
- Brokkoli und Ingwer in dem Sud glasieren und mit Pfeffer würzen.

Anrichten

Gnocchi, Lamm und Brokkoli nebeneinander auf Tellern anrichten. Gnocchi mit der Kokossauce beträufeln.



Lachs mit Sesamkruste, Gurkensalat & Kardamom-Joghurt

von Ali Güngörmüş

Spitzenkoch Ali Güngörmüş hat sich für ein glasig gebratenes Lachsfilet entschieden, weil die exotische Aromen-Kombi Limette, Ingwer und Sesam sehr gut damit harmoniert und Lachs zudem einer seiner Lieblingsfische ist. Der Gurkensalat mit Ingwer, Reisessig und Koriander schmeckt frisch und rundet die Komposition zusammen mit dem Kardamom-Joghurt ab.

Für den Lachs

- 1 EL heller Sesam
- 1 EL schwarzer Sesam
- 1 EL Butter
- 1 EL Pankomehl
- 1 Bio-Limette
- 1 EL frischer Koriander, gehackt
- 1 TL schwarze Pfefferkörner
- 2 EL geröstetes Sesamöl
- 1 EL Rapsöl
- 500 g Wildlachsfilet oder Bio-Lachs (4 Stücke à ca. 125 g)
- Salz
- 1 EL Butter

Zubereitung

- Sesamsaaten in einer beschichteten Pfanne anrösten.
- Butter und Pankomehl hinzufügen und goldgelb anrösten, dann in eine Schüssel geben.
- Limette waschen, trocknen und die Schale fein reiben. Limettenabrieb, Koriander und frisch angestoßenen Pfeffer unter den Sesam-Mix ziehen.
- Sesam- und Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Lachsstücke darin von beiden Seiten anbraten - zuerst auf der Hautseite. Mit Salz würzen. Wichtig: Der Kern sollte am Ende noch glasig bleiben!
- Butter hinzufügen, schmelzen lassen und den Lachs damit beträufeln.
- Die Haut abziehen und die Sesamkruste darauf verteilen.

Für den Gurkensalat

- 100 ml Reisessig
- 25 g Ingwer
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Läuterzucker (je 50 % Wasser und Zucker aufkochen und erkalten lassen oder Tipp von Ali: 60 % Wasser und 40 % Zucker)
- 1 Salatgurke
- 1 rote Zwiebel
- 1 Bio-Limette (Saft)
- 1 EL Rapsöl
- 1 Msp. Chilipulver
- 2 EL Koriander (gehackt)
- Salz



Zubereitung

- Reissessig kurz in einem Topf erhitzen.
- Ingwer schälen und sehr fein hobeln.
- Knoblauch schälen und fein würfeln.
- Läuterzucker, Ingwer und Knoblauch zum Essig geben, Herd ausstellen und den Sud ziehen lassen.
- Derweil die Salatgurke schälen und mit dem Sparschäler längs in dünne Streifen schneiden, die Kerne aussparen. Gurkenstreifen in eine Schüssel geben.
- Zwiebel schälen, in halbe Ringe schneiden und unter die Gurke mischen.
- Limette auspressen und den Saft mit der Essigmarinade, Öl, Chilipulver und Koriander zum Salat geben. Mit Salz abschmecken.

Für den Kardamom-Joghurt

- 100 g türkischer Joghurt
- 1 EL Olivenöl
- 1 Prise Kardamom gemahlen
- 1 Prise Zucker
- Salz

Zubereitung

- Für den Kardamom-Joghurt alle Zutaten vermischen und mit Salz abschmecken.

Außerdem

- 2 Msp. Chilipulver zum Anrichten
- 3-4 Zweige Koriander zum Anrichten

Anrichten

- Das Chilipulver durch ein feines Sieb auf die Teller streuen.
- Den Gurkensalat darauf anrichten.
- Den Lachs daneben platzieren.
- Den Kardamom-Joghurt locker darüber verteilen.
- Den Teller mit Koriander garnieren.

Süßkartoffelkuchen mit Kokos, Limette und Sesamkrokant

von Ali Güngörmüş und Antonina Müller

Für das kreative Resteessen entscheiden sich die beiden Kochprofis Antonina und Ali für einen süßen Gruß aus der karibischen Küche: Ein schneller Rührkuchen serviert mit kaltem Kokos-Süppchen und Sesamkrokant. Tropisch köstlich!

Für den Kuchen

- 300 g Süßkartoffel
- etwas Butter und Mehl für die Backform
- 250 g weiche Butter
- 150 g Zucker
- 3 Eier (Größe M)
- 250 g Mehl



- 2 TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- 3 EL Kokosmilch
- 1 TL Kardamom gemahlen
- eine Kuchenform, z.B. eine runde Tarteform

Zubereitung

- Die Süßkartoffel schälen und grob reiben.
- Eine Kuchenform, z.B. eine runde Tarteform, mit Butter einfetten und mit Mehl bestäuben. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die zimmerwarme Butter und den Zucker in eine große Rührschüssel geben und mit den Quirlen des Handrührgerätes gut verrühren.
- Eier nacheinander unterziehen.
- Mehl mit Backpulver und Salz sieben und nach und nach unter den Teig ziehen.
- Süßkartoffelraspel, Kokosmilch und Kardamom unterheben.
- Teig in die Kuchenform geben und glattstreichen. Hinweis: Der Kuchen geht beim Backen ein wenig auf.
- Kuchen in den vorgeheizten Ofen auf die mittlere Schiene stellen und ca. 35 Minuten backen. Am Ende der Garzeit mit einem Holzstäbchen prüfen, ob der Teig durchgebacken ist. Den Kuchen aus dem Backofen nehmen und auf einem Gitter etwas abkühlen lassen.

Für die Toppings

- 5 cm Ingwer
- 2 Bio-Limetten
- 4-5 EL Läuterzucker (je 50% Wasser und Zucker aufkochen und erkalten lassen)
- 2 EL Zucker
- 2 EL hellen Sesam
- 1 EL dunklen Sesam
- 1 TL Butter
- 200 ml Kokosmilch

Zubereitung

- Ingwer schälen und ganz fein würfeln oder reiben.
- 1 Limette schälen und filetieren. Filets auf einem Teller ausbreiten und mit dem Läuterzucker und dem Ingwer ca. 30 Minuten marinieren.
- Derweil Zucker in einer kleinen beschichteten Pfanne schmelzen lassen.
- Sesam einstreuen und leicht karamellisieren.
- Dann die Butter einrühren. Krokant-Masse abkühlen und fest werden lassen.
- 1 Limette waschen, trocknen, Schale abreiben und Saft auspressen.
- Kokosmilch mit dem Saft verrühren.

Anrichten

- Mit einem Küchenring kleine Kuchen ausstechen und auf den Tellern anrichten.
- Das Limetten-Süppchen und die Limetten-Filets drumherum anrichten.
- Sesamkrokant auf dem Kuchen verteilen.
- Den Teller mit Limettenabrieb garnieren.