

MENÜ DES MONATS

# Ein neues Kapitel

Dem französischen Schriftsteller Chateaubriand verdanken wir ein zart rosa gebratenes Traumstück vom Rind. »e&t«-Koch Jürgen Büngener dichtet mal eben ein paar Nebenrollen dazu. Ergebnis: ein Menü mit besonderem Spannungsbogen

REZEPTE JÜRGEN BÜNGENER FOTOS ULRIKE HOLSTEN  
STYLING KATRIN HEINATZ TEXT SARINA HUNKEL

## VORSPEISE

### *Kohlrabi-Paprika-Suppe*

Fesselnder Einstieg. Gegrillte Paprika erzeugt Spannung, süßlich-herbes Fenchelpollenöl rundet die cremige Suppe ab. **Rezept Seite 67**



Portrait: David Mauplé, Geschirr: Fürstenberg, Gläser: House Doctor, Vase: Serrax, Besteck: Christofle, Tischdecke: Kardelen, Adressen Seite 138

DAS MENÜ

**VORSPEISE**  
*Kohlrabi-Paprika-Suppe*

**HAUPTSPEISE**  
*Chateaubriand mit Morchel-Hollandaise*

**DESSERT**  
*Frozen Yogurt mit Zitronenmelisse*



**JÜRGEN BÜNGENER**  
 »e&t«-Koch

**So plant »e&t«-Koch Jürgen Büngener sein Menü**

**AM VORTAG**

- Zitronen-Zimtblüten-Butter zubereiten und kalt stellen
- Pumpernickel-Crunch zubereiten

**VIER STUNDEN BEVOR DIE GÄSTE KOMMEN**

- Frozen-Yogurt-Masse vorbereiten und kalt stellen
- Fenchelpollenöl zubereiten
- Mango zubereiten und kalt stellen

**ZWEI STUNDEN VORHER**

- Morchelreduktion zubereiten
- Vinaigrette zubereiten und kalt stellen, aber noch nicht die Zuckerschoten zugeben
- Suppe zubereiten und warm halten

**KURZ VOR BEGINN**

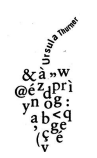
- Chateaubriand braten und im Ofen garen
- Suppe erhitzen, abschmecken, aufschäumen und servieren

**NACH DER VORSPEISE**

- Frozen-Yogurt-Masse in der Eismaschine gefrieren
- Hollandaise zubereiten
- Blumenkohl zubereiten
- Hauptspeise anrichten und servieren

**NACH DEM HAUPTGANG**

- Dessert anrichten und servieren





HAUPTSPEISE

*Chateaubriand mit Morchel-Hollandaise*

Großer Auftritt: Das Herzstück vom Rinderfilet verdient würdige Begleiter: etwa Zitronen-Zimtblüten-Butter, Morchel-Hollandaise und Blumenkohl mit Radieschen-Vinaigrette. **Rezept rechts**

Geschirr: Fürstenberg; Vasen: Serrax; Besteck: Christofle; Tischdecke: Kardelen; Adressen Seite 138

**VORSPEISE**  
FOTO SEITE 64



### Kohlrabi-Paprika-Suppe

\* EINFACH, RAFFINIERT, VEGETARISCH

Für 4 Portionen

- ½ TI Fenchelpollen
- 4 El Traubenkernöl
- 2 rote Paprikaschoten
- 80 g Schalotten
- 100 g Kartoffeln
- 600 g Kohlrabi
- 10 g Butter
- 80 ml Wermut (z. B. Noilly Prat)
- 700 ml Gemüsebrühe
- Salz
- Pfeffer
- 1 Bio-Limette
- 200 ml Schlagsahne
- 4 Stiele Kerbel

1. Fenchelpollen im Mörser fein mahlen, mit dem Öl verrühren und beiseitestellen.
2. Paprika putzen, vierteln und entkernen. Mit der Hautseite nach oben auf ein Backblech legen und unter dem vorgeheizten Backofengrill auf der obersten Schiene 6–8 Minuten grillen, bis die Haut schwarze Blasen wirft. Paprika herausnehmen, in einen Gefrierbeutel geben und 10 Minuten ausdämpfen lassen. Paprika häuten und in 2–3 cm große Stücke schneiden.
3. Schalotten in Würfel schneiden. Kartoffeln schälen und in 2 cm große Würfel schneiden. Kohlrabi putzen, schälen, in 2 cm große Stücke schneiden. Butter in einem Topf erhitzen, Schalotten darin glasig dünsten. Mit Wermut ablöschen und auf die Hälfte einkochen lassen. Kartoffeln und Kohlrabi zugeben und mit Brühe auffüllen. Mit Salz und Pfeffer würzen und abgedeckt bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten kochen lassen.
4. Limette waschen, trocken reiben, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Nach 15 Minuten Garzeit Paprika zur Suppe geben. Nach 20 Minuten Sahne zugeben und die Suppe mit dem Schneidstab sehr fein pürieren. Suppe durch ein feines Küchensieb in einen Topf streichen. Mit Salz, Pfeffer, Limettenschale und -saft abschmecken. Kerbelblätter von den Stielen zupfen. Suppe mit dem Schneidstab aufschäumen und in vorgewärmten Tellern anrichten. Suppe mit Fenchelpollenöl beträufeln und mit Kerbel garnieren. Sofort servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 45 Minuten  
**PRO PORTION** 5 g E, 28 g F, 15 g KH = 357 kcal (1496 kJ)

*„Klassisch wird Chateaubriand mit einer Café-de-Paris-Butter oder Béarnaise serviert. Ich habe mir je eine Variante ausgedacht und ließ die Kollegen wählen: Sie wollten aber weder auf das eine noch das andere verzichten.“*

»e&t«-Koch Jürgen Büngener

**HAUPTSPEISE**  
FOTO LINKS

### Chateaubriand mit Morchel-Hollandaise

\*\* MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN, RAFFINIERT

Für 4 Portionen

**BUTTER**

- 6 Zimtblüten
- 2 Stiele krause Petersilie
- 60 g Butter (weich)
- 1 TI fein abgeriebene Bio-Zitronenschale
- Fleur de sel
- Pfeffer

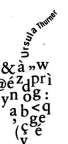
**HOLLANDAISE**

- 8 g getrocknete Morcheln
- 120 g Butter
- 50 g Schalotten
- 5 Stiele krause Petersilie
- 120 ml Wermut (z. B. Noilly Prat)
- ½ TI weiße Pfefferkörner
- ½ TI Koriandersaat
- Salz
- 2 Eigelb (Kl. M)

**FLEISCH UND VINAIGRETTE**

- 2 g Langer Pfeffer
- Fleur de sel
- 600 g Rinderfilet (Mitteltstück)
- 6 El Olivenöl
- 20 g Butter
- 1 Zweig Rosmarin
- 60 g Zuckerschoten
- Salz
- 80 g Radieschen
- 1 weiße Zwiebel (ca. 50 g)
- 3 El Chardonnay-Essig (ersatzweise Weißweinessig)
- Pfeffer
- 4 Mini-Blumenkohl (à 150–200 g; ersatzweise 1 kleiner geviertelter Blumenkohl)

1. Für die Butter die Zimtblüten im Mörser fein mahlen. Petersilienblätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Butter mit den Quirlen des Handrührers in einer Schale schaumig rühren. Zimtblüten, Petersilie, Zitronenschale, 1 TI Fleur de sel und etwas Pfeffer unterrühren. Butter in einen Spritzbeutel mit großer Lochtülle füllen. Ein Stück Alufolie (ca. 20x20 cm) auf der Arbeitsfläche ausbreiten und mit einem Stück Klarsichtfolie (ca. 20x20 cm) bedecken. Butter mittig daraufspritzen, fest aufrollen und die Enden zudrehen. Butterrolle mindestens 4 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.
2. Für die Hollandaise die Morcheln in 200 ml warmem Wasser 20 Minuten einweichen. Butter in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze erhitzen, bis sich die Molke am Boden absetzt, sofort durch ein feines Sieb in einen Topf gießen und warm halten.
3. Für die Reduktion Schalotten in feine Würfel schneiden. Petersilie mit den Stielen grob schneiden. Morcheln mit den Händen gut ausdrücken. Einweichfond durch ein mit Küchenspapier ausgelegtes Sieb gießen, ca. 150 ml Fond auffangen. Morcheln mit kaltem Wasser abspülen, gut ausdrücken und grob schneiden. Morchelfond mit Wermut, Schalotten, Petersilie, Pfeffer, Koriander und ¼ TI Salz bei mittlerer Hitze auf 100 ml einkochen lassen. Reduktion durch ein Sieb in einen Schlagkessel gießen.
4. Für das Fleisch Langer Pfeffer mit 1 TI Fleur de sel im Mörser fein mahlen. Rinderfilet rundum damit würzen. 2 El Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin rundum 3–4 Minuten braun anbraten. Butter und Rosmarin zugeben und kurz mitbraten. Fleisch mit Rosmarin und dem Bratfett auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Backofen bei 130 Grad (Gas 1, Umluft nicht empfehlenswert) auf der 2. Schiene von unten 40 Minuten garen. Herausnehmen, in Alufolie wickeln und 5 Minuten ruhen lassen.





DESSERT

**Frozen Yogurt mit  
Zitronenmelisse**

Ein Schluss mit Gänsehautgarantie:  
eisgekühlter Joghurt auf  
feuriger Mango – dazwischen  
knuspert Pumpernickel.  
**Rezept rechts**

Besteck: Christofle; Tischdecke: Kardelen. Adressen Seite 138

5. Inzwischen für die Vinaigrette die Zuckerschoten putzen und in kochendem Salzwasser 10 Sekunden blanchieren. In einem Sieb abgießen, in eiskaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Zuckerschoten quer in feine Streifen schneiden. Radieschen putzen, waschen und in feine Streifen schneiden. Zwiebeln in feine Würfel schneiden. Essig mit 4 El kaltem Wasser, restlichem Öl und etwas Salz und Pfeffer verrühren. Zuckerschoten, Radieschen und Zwiebeln unterrühren. Vinaigrette beiseitestellen.

6. Blumenkohl putzen und im kochenden Salzwasser abgedeckt 2 Minuten leicht kochen lassen. Topf beiseitestellen und den Blumenkohl 10–15 Minuten gar ziehen lassen.

7. Für die Hollandaise die Eigelbe in der Reduktion verquirlen und mit dem Schneebesen über dem heißen Wasserbad cremig-dicklich aufschlagen. Warme geklärte Butter nach und nach im dünnen Strahl vorsichtig unterrühren. Hollandaise warm halten.

8. Zimtblüten-Zitronen-Butter aus der Folie wickeln und in Stücke schneiden. Blumenkohl im Sieb abtropfen lassen. Fleisch aus der Folie nehmen, quer in 4 Scheiben schneiden und mit dem Blumenkohl anrichten. Je 2–3 El Vinaigrette über den Blumenkohl geben. Chateaubriand und Blumenkohl mit Morchel-Hollandaise und Zimtblüten-Zitronen-Butter servieren. Dazu passt Baguette.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 1:30 Stunden plus Kühlzeit mindestens 4 Stunden  
**PRO PORTION** 36 g E, 56 g F, 7 g KH = 700 kcal (2932 kJ)

## DESSERT

FOTO LINKS

### Frozen Yogurt mit Zitronenmelisse

\* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 4 Portionen

#### JOGHURT

- 100 g Zucker
- 2 Töpfe Zitronenmelisse
- 1 TI fein abgeriebene Bio-Zitronenschale
- 500 g griechischer Joghurt (10% Fett)
- 1 Eiweiß (Kl. M)
- Salz

#### CRUNCH

- 1 Scheibe Pumpernickel
- 20 Haselnusskerne
- ½ El Zucker

#### MANGO

- 1 Mango
- 1–2 El Limettensaft
- ¼ TI Chiliflocken

Außerdem: Eismaschine

1. Für den Joghurt den Zucker mit 100 ml Wasser 5 Minuten kochen lassen. Sirup beiseitestellen und abkühlen lassen.

2. Für den Crunch das Pumpernickel mit den Haselnüssen im Blitzhacker mittelfein zerkleinern. Zucker zugeben und kurz untermixen. Masse auf einem mit Backpapier belegten Backblech krümelig verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Gas 3, Umluft nicht empfehlenswert) auf der 2. Schiene von unten 8–10 Minuten knusprig backen. Aus dem Backofen nehmen und auf dem Backblech abkühlen lassen.

3. Mango schälen, das Fruchtfleisch in Scheiben vom Stein und in feine Würfel schneiden. In eine Schale geben, mit Limettensaft beträufeln, Chiliflocken unterheben. Mango beiseitestellen.

4. Für den Joghurt Zitronenmelissenblätter von den Stielen zupfen, 12 Blätter in kaltem Wasser beiseitestellen. Restliche



### SCHMUCKSTÜCK

*Die außergewöhnliche Cuvée aus Sangiovese und Cabernet Sauvignon kommt aus der Toskana und ist ein ebenbürtiger Partner für das Chateaubriand: ein harmonischer Wein mit Würze und Struktur, feinem Tannin und eleganter Frucht.*

2011 Gagliole, Gagliole, Colli della Toscana, 29,95 Euro. [www.brogstetter.de](http://www.brogstetter.de)

Zitronenmelisse grob schneiden, mit Sirup und Zitronenschale im Rührbecher mit dem Schneidstab sehr fein pürieren. Zitronenmelissesirup mit dem Joghurt glatt rühren. Eiweiß mit 1 Prise Salz halb steif schlagen und unter die Joghurtmasse rühren. Masse in der Eismaschine ca. 30 Minuten gefrieren lassen.

5. Mango auf 4 Schalen verteilen, Frozen Yogurt in einen Spritzbeutel mit großer Sterntülle füllen und auf die Mango spritzen (oder mit Esslöffeln Nocken abstechen). Mit der restlichen Zitronenmelisse garnieren und mit dem Pumpernickel-Crunch servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 50 Minuten plus Kühlzeit 30 Minuten  
**PRO PORTION** 6 g E, 16 g F, 45 g KH = 365 kcal (1534 kJ)