

WEINSCHMECKER REZEPTE VOM RESTAURANT LAURENZ, MAINZ





APFEL-SPARGEL SALAT, POCHIERTES EI, HASELNÜSSE, OPTIONAL MIT MATJES

Für 6 Personen als Hauptgericht



ZUTATEN

Apfel-Spargel Salat

3 Stk Romana Salat
500g grüner Spargel
3 grüne Äpfel
50g Wildkräuter
1 Limette
15g Butter
1 TL Zucker
150ml Buttermilch
60ml Olivenöl
Salz
Cayenne Pfeffer
1 TL Laurenz Bärlauchpesto

Pochiertes Ei

Ei
2l Wasser
3 EL Essig

Matjes

80g Matjes
150ml Gemüsebrühe
100g Essig
80g Zucker
5g Salz
3 Zweige Dill
½ TL Senfsaat
2 Wacholderbeeren

200g Haselnüsse



Für den Matjes die Senfsaat und Wacholderbeeren im Mörser anstoßen. Alle Zutaten außer den Matjes in einem Topf aufkochen und danach auskühlen lassen. Den Matjes in den kalten Fond legen und für mind. 24 Stunden marinieren.

2 Äpfel halbieren, entkernen, mit Schale klein schneiden, mit Limettensaft und -schale, Butter und Zucker vakuumieren und für 10 min bei 100°C im Ofen dämpfen, danach passieren.

Buttermilch aufkochen bis Eiweiß und Molke sich trennen, kurz stehen lassen und durch ein feines Sieb gießen.

Molke, Apfelpüree, Limettensaft und Olivenöl mixen und mit Salz, Limettensaft und Cayennepfeffer abschmecken.

2018
Niersteiner
Silvaner
Trocken

Spargel im unteren Drittel schälen und die Spitzen mit einer 4 cm Länge abschneiden, kurz anbraten.

Romana Salat putzen, äußere Blätter entfernen und vierteln, anbraten und mit dem Buttermilchdressing ablöschen. Kräuter putzen und zupfen

Spargelstangen und Apfel fein hobeln, Apfel mit Limettensaft beträufeln und mit dem Dressing marinieren.

Wasser mit Essig aufkochen, ausdrehen, Eier in Kaffeetassen aufschlagen und einzeln in das Wasser geben, evtl. mit zwei Löffeln Eiweiß in Form halten, 2–4 Minuten pochieren.

Die Haselnüsse in einer Pfanne ohne Öl rösten und grob zerkleinern.





GELBES DAL TADKA

Für 4 Portionen



ZUTATEN

Zwiebel Tomaten Masala

15 ml Sonnenblumenöl
60 g Zwiebeln, fein gewürfelt
2 Knoblauch Zehen fein geschnitten
½ cm Stück Ingwer, fein geschnitten
75 g Roma Tomaten, gewürfelt
½ TL gemahlene Koriandersamen
Eine Prise TL Paprikapulver
Eine Prise gem. Kreuzkümmel
Eine Prise TL Kurkuma
Eine Prise TL Cayenpefeffer

150 g Gelbe Linsen
Eine Prise Rotes Chili Pulver
Eine Prise Kurkuma Pulver
Eine Prise Asafetida
80 g Zwiebel Tomaten Masala
30 g fein geschnittener Knoblauch
Eine Prise Kreuzkümmelsamen
8 g getrocknete Rote Chilis
25 g Sonnenblumenöl
8 g Koriander Blätter



Für das Zwiebel Tomaten Masala Öl in der Pfanne erhitzen, Zwiebel 15–20 Minuten schön bräunen, Knoblauch und Ingwer zugeben und 1–2 Minuten mit braten, Gewürze zugeben, danach die Tomaten. Den Bodensatz vorsichtig vom Topf lösen und 30–45 Minuten bei geringer Hitze einkochen. Das Masala kann in Gläsern haltbar gemacht werden.

Die Linsen in Wasser in einem Topf mit Deckel 20–30 Minuten kochen bis sie weich sind.

Öl in einer Pfanne erhitzen Kreuzkümmel, Rote Chilis und Asafetida zugeben, wenn der Kreuzkümmel anfängt „aufzupoppen“ Knoblauch mit rösten bis er goldbraun ist.

Zwiebel Tomaten Masala, Kurkuma, Salz und Chili Pulver zugeben, die gekochten Linsen dazu, mit Salz abschmecken und alles gut mixen, wenn das Dal zu dick ist Wasser zugeben, wenn es zu flüssig ist auf geringer Hitze köcheln bis es eingekocht genug ist.

2019

**Niersteiner
Kabinett Riesling
Trocken**





SECRETO VOM IBERICO-SCHWEIN MIT LINSEN APFEL SALAT

Für 2 Personen



ZUTATEN

400g Secreto vom Iberico-Schwein
 1 Karotte, fein gewürfelt
 1 Schalotte, fein gewürfelt
 125g Belugalinsen, gut gewaschen
 3 EL Olivenöl
 300ml Gemüsebrühe
 100ml dunkler Balsamico
 2 TL Zucker
 1 Apfel, feine Würfel mit Zitronensaft be-
 träufeln
 Piment d'Espelette
 Salz
 Pfeffer
 Petersilie, fein geschnitten

Öl in einem Topf erhitzen, Schalotten und Karotten darin dünsten, Linsen kurz mitdünsten, mit Gemüsebrühe ablöschen, aufkochen und abgedeckt 15 Minuten garen, evtl. in einem feinen Sieb etwas abtropfen lassen.

Zucker und Balsamico sirupartig einkochen. Linsen, Balsamico, Apfel und 1 TL Öl vermischen und in einem Topf leicht erwärmen, mit Piment d'Espelette, Salz Pfeffer abschmecken und die Petersilie zugeben.

Das Fleisch von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und bei starker Hitze von allen Seiten kurz anbraten. 1–2 Minuten ruhen lassen, dann quer zur Faser in Tranchen schneiden und auf dem Salat anrichten.



2018
 Ölberg
 Riesling GG
 Trocken

