

Expertentipp

Welcher Wein wozu?

Zum Thema Wildkräutermenü durfte ich kürzlich an dieser Stelle auf das Loire-Tal aufmerksam machen. Typisch für diese Weißweine sind die „grünen Aromen“. Sie haben neben der knackigen, herb-frischen und säurebetonten Art vor allem eines: Charakter. Ich sage dies als „Warnung“, weil es nicht die „Easy-to-drink-Weine“ sind und keine „Everybody's-Darling-Tropfen“. Dafür bieten sie höchsten Genuss, wenn es um die Kombination mit den unterschiedlichen Wildkräutern geht.

Wer an der Loire bleiben möchte, wird auch zu nebenstehendem Rezept fündig. Aus den Appellationen Chinon, Bourgueil oder Saint-Nicolas



Michael Kugel

kommen drei sogenannte „Crus“ (aus der Anbauzone Touraine), die seit Jahrhunderten für die besten Rotweine der Loire stehen. In den Pariser Brasserien werden sie auch als „Rivalen“ des Beaujolais (Burgund) bezeichnet und nicht selten sogar eisgekühlt serviert - einfach zum Wegtrinken oder passend zu den klassischen Bistrospeisen. Die Rebsorte Cabernet Franc ist für das Herb-fruchtige verantwortlich.

Die Weine werden jung getrunken, das heißt so nach 2 bis 4 Jahren schmecken sie am besten. Die besseren Qualitäten, sprich die tanninreicheren, haben durchaus auch bis zu 20 Jahre Potenzial.

In jedem Fall haben Sie hier einen perfekten Begleiter, der nicht nur mit dem Wildschwein und der Heidschnucke fertig wird, sondern auch mit allen „grünen“ Zutaten bestens kann. www.weintip.de



Direkt vom Schäfer stammt das Heidschnuckenfleisch zu diesem Gericht. Angerichtet ist es auf jungem Giersch, den die meisten wohl nur als hartnäckiges Unkraut kennen, der aber auch ganz andere Seiten hat. Foto: Lantelmé



Uwe Schönefeld hat seine Kochausbildung in Wörlitz absolviert. Dass der 26-jährige Spaß am Kochen gefunden hat, daran habe sein Großvater wesentlichen Anteil, sagt er. Von ihm habe er viel gelernt. Die Küche des Hugenotten-Restaurants habe ihre eigene Herausforderung. Das aufwändige Zupfen der Wildkräuter gehört ebenso dazu wie das kulinarische Komponieren ungewöhnlicher Geschmackserlebnisse.

www.zum-jean-bonnet.de

Kräuter mit zwei Seiten

Plat principal (Hauptgericht): Heidschnucken-Medaillons mit einer Kruste aus Dost und Thymian an Stampfkartoffeln mit Lauchrauke und zartem Giersch

Dost? Kaum jemand weiß, dass die Pflanze, die uns als wilder Majoran oder Oregano von der Pizzeria bekannt ist, auch in unseren Breiten wild in der Natur vorkommt und dass sie Gewürz und Heilpflanze gleichermaßen ist. Genauso geht es dem Giersch, dem hartnäckigsten aller Gartenärgernisse. Aber wenn das Kraut schon mal da ist, warum nicht auch einen Nutzen daraus ziehen? Der Giersch ist nämlich nicht nur ein Unkraut, vielmehr ist er ein besonders wertvolles

und schmackhaftes Heilkraut, das viele gute Eigenschaften in sich trägt. Gierschblätter haben einen würzigen Geschmack, sie können wie Spinat zubereitet werden. Die jungen, zarten Blätter verfeinern Salate, Pesto, Kräutersuppen oder Kräuterquark und sind reich an Kalium und Vitamin C, Karotin und Eisen.

Zubereitung

Das Fleisch von Sehnen und Haut sorgfältig befreien (parieren). Alle Zutaten für den Kräutermantel vermengen

und bei Zimmertemperatur durchziehen lassen. Medaillons kurz und kräftig bei starker Hitze anbraten, dann mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kräutermasse auf die Medaillons streichen und im Ofen (vorgeheizt auf 200 Grad) etwa 5 Minuten goldbraun überbacken. Es empfiehlt sich, dabei zu bleiben, die Kruste verbrennt schnell. Das Fleisch nach dem Überbacken noch 10 Minuten im ausgeschalteten Ofen ruhen lassen. Nun zum Gierschgemüse: Zwiebel schälen, würfeln.

Gierschblätter waschen, abtropfen lassen, grob zerkleinern. Butter bei mittlerer Hitze zerlassen und Zwiebeln darin glasig dünsten. Giersch zugeben, umrühren, etwas Gemüsebrühe oder Wasser angießen und mit Deckel drei Minuten köcheln lassen, vom Herd nehmen und ziehen lassen. Das Gemüse mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss abschmecken. Kartoffelstampf herstellen und mit den gehackten Blättern der Lauchrauke untermischen.

ZUTATEN

Für 4 Personen

600 g Medaillons aus dem Heidschnuckenrücken, Salz, Pfeffer, Öl zum Anbraten.

für die Kräuterkruste: 50 g Semmelbrösel 60 g weiche Butter 2 EL Dost (Oregano) 1 EL Thymian Salz, Pfeffer.

400 g frische Gierschblätter - besonders zart sind noch glänzende Blätter, 1 Zwiebel, 30 g Butter zum Dünsten Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, Muskatnuss. Kartoffeln für Stampf, Handvoll Lauchrauke.

Frühling auf der Zunge

Dessert: Waldmeistercreme mit gezuckerten Veilchen

Waldmeister schmeckt nicht nur in der Bowle, sondern ist auch als Pudding ein Genuss.

Zutaten für 4 Personen

2 Sträuße welkes Waldmeisterkraut ohne Blüten, 1/4 l Wasser, 250 ml Sahne, 2 Eigelb, 65 g Zucker, 5 Blatt weiße Gelatine oder Agar-Agar.

Eine Handvoll Blüten von Veilchen (auch Hornveilchen oder Rosenblütenblätter), 1 Eiweiß, mit der Gabel steif geschlagen, feiner Zucker.

100 ml Holundersaft, 20 g Speisestärke.

Zubereitung

Waldmeister mit 250 ml Wasser langsam aufkochen. Wenn der Sud kocht, vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Zucker mit Eigelb im Wasserbad schaumig schlagen. Wenn die Masse beginnt, dick zu werden, aus dem Wasserbad nehmen und weiter schlagen bis sie abgekühlt ist. So wird verhindert, dass die Masse gerinnt.

• Gelatine einweichen und in etwas heißem Sud auflösen. Mit restlichem Sud und Ei-Zucker-Masse vermengen. Ge-

schlagene Sahne unterheben, in eine Schüssel oder in Gläser füllen und zwei Stunden kaltstellen. Dann kann die Creme auf einen Dessertteller gestürzt werden. Dafür eventuell die Schälchen kurz in heißes Wasser senken.

• Den Saft kalt mit Speisestärke anrühren und langsam erhitzen, kurz aufkochen, dann vom Herd ziehen und dabei ständig rühren, bis eine geschmeidige Soße entsteht.

• Blüten bei Sonnenschein pflücken bzw. wenn sie duften und möglichst auf das Waschen verzichten. Je einen Suppenteller mit Eiweiß und Zucker bereitstellen, ein Back-

blech mit Backpapier auslegen. Die Blüten vorsichtig und umfassend mit Eiweiß benetzen, überflüssige Feuchtigkeit abschütteln, dann die Blüten im Zucker wälzen. Darauf achten, dass sich keine Zuckerklumpen an den Blüten bilden. Die gezuckerten Blüten auf das Backpapier legen und bei 50 Grad und offener Ofentür mit Umluft trocknen. Das Eiweiß soll dadurch fest werden. Luftdicht in einer Dose aufbewahren.

• Waldmeistercreme auf einen Dessertteller stürzen und mit gezuckerten Blüten garnieren, Holunderbeerensode ringsum träufeln.



Eine geschmacksstarke Komposition: Gezuckerte Veilchenblüten, Waldmeistercreme und Soße von Holunderbeeren. Foto: Lantelmé



Der Waldrand auf dem Vorspeiseteller: Wildschweinschinken auf der Löwenzahnsalat. Die Vinaigrette aus Honig, Senf und Fenchelsamen bietet den kräftigen Zutaten Paroli. Foto: Lantelmé

Ein wilder Einstieg

Hors d'œuvre: Wildschweinschinken auf Löwenzahnsalat

Honig und Fenchelsamen geben diesem Vorspeisesalat die kulinarische Richtung vor. Den Samen gib't's in der Natur und in der Apotheke.

Zutaten für 4 Personen

50 g Wildschweinschinken, hauchdünn geschnitten, 4 TL flüssiger Honig, 1 TL Fenchelsamen, 4 junge Löwenzahn-

Blattrossetten und einige Löwenzahnblüten. 4 EL Öl, 2 EL Weißweinessig, 1-2 TL mittelscharfen Senf, Salz, Pfeffer, Zucker nach Geschmack

Zubereitung

Den Schinken und den gewaschenen Löwenzahn auf einem großen, flachen Teller anrichten. Anschließend Honig über den

Schinken träufeln, mit Fenchel bestreuen. Öl und Essig in einer kleinen Schüssel miteinander verquirlen, bis die Flüssigkeit gleichmäßig emulgiert. Senf und Gewürze hinzufügen und verrühren und über den Löwenzahn träufeln.

So erreichen Sie die Redaktion Essen und Trinken: Inge Thaetner Telefon: 0561 / 203 1407 E-Mail: thr@hna.de