

## Soulfood – Die Theaterkochshow

Spargelabend mit Markus Tatzig, Joanna Willenbrink und Andrew Irwin  
10. Mai 2022 im Fischkochstudio Bremerhaven

Alle Zutaten gelten für 4 Portionen.

### Spargelcremesuppe

750 g weißer Spargel ungeschält, bzw. 500 g geschält  
750 ml Spargelfond  
150 ml Milch  
50 g Butter  
50 g Mehl  
1 EL Zitronensaft  
2 TL Zucker  
1 Prise Muskat, frisch gerieben  
Salz und Pfeffer  
Frischen Schnittlauch, Kerbel oder Bärlauch zum Garnieren

Spargel schälen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. In einem mittelgroßen Kochtopf 50 g Butter erhitzen, bis diese leicht schäumt. 2 TL Zucker, 1/2 TL Salz und 1 EL Zitronensaft dazugeben und den Spargel darin 1-2 Minuten glasieren und dünsten. Mit 50 g Mehl bestäuben und direkt mit einem Kochlöffel verteilen. Unter ständigem Rühren mit einem Schneebesen oder Kochlöffel 750 ml Spargelfond dazugeben. Die Spargelsuppe aufkochen lassen und bei mittlerer Hitze für ca. 10-12 Minuten (je nach Spargeldicke) ohne Deckel kochen, bis die Spargelstücke weich sind. Mit einem Schaumlöffel ca. 100 g Spargel entnehmen und für die Einlage beiseitestellen. Den restlichen Spargel in der Suppe pürieren. Für ein besonders feines Ergebnis kann die Suppe anschließend durch ein Sieb gegeben werden. Nach dem Pürieren 150 ml Milch hinzufügen und mit Salz, Zucker, Muskat und Butter abschmecken. Alles nochmals kurz aufkochen lassen und mit dem Schneebesen kräftig umrühren. Spargeleinlage auf Suppenteller verteilen und mit heißer Suppe übergießen. Mit Kräutern garniert servieren.

### Kabeljau mit Chorizo auf Spargelrisotto

300 g Kabeljaufilet  
50 g Chorizo, gewürfelt  
1 Zwiebel  
1 TL Öl  
1 TL Butter  
230 g Risottoreis  
940 ml Spargelfond  
150 g Spargel  
Salz und Pfeffer

Backofen auf 180°C vorheizen. Die Hälfte des Öls in einem Topf erhitzen, die Zwiebel dazugeben und 3 Minuten anbraten. Die Chorizo in die Pfanne geben und etwa 2 Minuten weiter braten, bis die Zwiebeln glasig sind. Die Hitze erhöhen und den Risottoreis hinzufügen. Gut mischen, bis alles mit Öl, Zwiebeln und Chorizo überzogen und der Reis leicht glasig ist. Die Hitze reduzieren und mit einer Schöpfkelle Stück für Stück Spargelfond hinzufügen. Bevor eine neue Kelle dazu gegossen wird, sollte die Flüssigkeit der vorherigen komplett vom Reis aufgenommen worden sein. Sobald der Reis gar ist, Spargel hinzufügen, den Deckel auf den Topf legen und ruhen lassen. Restliches Öl und Butter in einer ofenfesten Pfanne erhitzen und die gewürzten und mehlierten Kabeljaufilets dazugeben. 2 Minuten braten, dann wenden und die Pfanne für 5-7 Minuten in den Ofen stellen. Kabeljaufilets aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten ruhen lassen. Das Risotto mit dem Fisch und den Chorizowürfeln servieren.

## Roastbeef mit Kräutervinaigrette, Spargel und gebratenen neuen Kartoffeln

1,2-1,5 kg Roastbeef (Entrecôte oder Rib Eye im Ganzen)

2 TL Dijon Senf

2 Rosmarinzweige

Öl zum Anbraten

Salz und Pfeffer

Frischen Schnittlauch, Kerbel oder Bärlauch für die Kräuterkruste

1 kg junge Kartoffeln

2 EL Butter

2-3 EL Olivenöl

2 Rosmarinzweige

2-3 TL grobes Meersalz

Salz und Pfeffer

Frischen Schnittlauch, Kerbel oder Bärlauch

1 TL Dijon Senf

1 TL Honig

1 Knoblauchzehe

1/2 Zitrone, Saft

2-3 EL Balsamico bianco

6-8 EL Olivenöl

Salz und Pfeffer

1 Bund weißer Spargel

Das Fleisch rundum salzen und in einer Pfanne mit Öl von allen Seiten kräftig anbraten (ca. 10 Minuten). Das Fleisch auf ein Gitter geben (das Gitter über ein Blech legen) und im Ofen bei 120°C ca. 70-90 Minuten garen (je nach Größe des Fleisches unterschiedlich – das Fleisch soll eine Kerntemperatur von 55-60°C haben). Das Fleisch 8-10 Minuten zugedeckt rasten lassen. Mit Senf rundum einstreichen, salzen und pfeffern und mit den gehackten Kräutern ummanteln. Das Fleisch am besten mit der Schneidmaschine (oder einem scharfen Messer) in dünne Scheiben schneiden und anrichten.

Die Kartoffeln sorgfältig waschen und wenn nötig abbürsten, aber nicht schälen. Die Butter zusammen mit dem Olivenöl in einer Kasserolle mit dickem Boden erhitzen, bis die Butter leicht aufschäumt. Dann die Kartoffeln hineingeben und gut umrühren, sodass sie rundum mit Butter benetzt sind. Bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten anbraten. Die Temperatur reduzieren, die Kartoffeln gut salzen, Rosmarin zugeben und unter gelegentlichem Rühren weitere 15-20 Minuten zugedeckt braten, bis sie außen schön goldbraun sind und innen weich. Kurz vor dem Servieren noch etwas grobes Meersalz (Fleur de Sel) darüber streuen. Alternativ können die Kartoffeln auf einem Blech im Ofen zusammen mit dem Roastbeef gebraten werden.

Spargel schälen und die Enden abschneiden. Einen Topf voll Wasser mit Salz und etwas Zucker aufkochen lassen. Hitze etwas reduzieren. Spargel hineingeben und 5-6 Minuten darin gar ziehen lassen. Abseihen und kurz bis zum Servieren warm stellen. Für die Vinaigrette die Kräuter fein hacken. Knoblauch hacken. Senf mit Honig, Knoblauch, Essig, Zitronensaft, Salz und Pfeffer gut verrühren. Olivenöl und Kräuter unterrühren. Spargel mit dem Fleisch und den Kartoffeln auf Teller anrichten und mit der Kräutervinaigrette beträufeln.

### Apple Crumble mit Vanille Soße

150 Butter  
200 Mehl  
150 Zucker  
Gemahlene Nüsse (Haselnüsse oder Mandeln)  
Messerspitze Zimt  
1/2 Pk Vanillepudding Pulver

1 kg Boskoop Äpfel  
Zitronensaft

200 ml Milch  
50ml Sahne  
2 EL Zucker  
½ Vanilleschote  
2 Eigelbe  
1TL geriebene Zitronenschale  
1 Prise Salz

Für den Crumble alle Zutaten vermengen, kneten und zu schönen dicken Streusel reiben. Boskoop Äpfel klein schneiden. Mit Zitronensaft bespritzt und einer Messerspitze Zimt in eine Backform geben, Streusel drüber verteilen und bei 200 Grad ca. 20 Minuten im Backofen garen. Für die Soße die Milch und die Sahne in einen kleinen Topf geben, das Mark aus der Vanilleschote auskratzen und mit den geriebenen Zitronenschalen der Sahnemilch hinzugeben. Die Mischung einmal aufkochen, dann vom Herd nehmen und 10 Minuten ziehen lassen. Eigelbe, das Salz und den Zucker in einem zweiten Topf schaumig schlagen. Die warme Vanillemilch hinzugießen und die Vanillesoße auf kleiner Flamme langsam ziehen lassen. Bei passender Konsistenz (schön dickflüssig) den Topf vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen. Warm zum Crumble servieren.