

rezept Nils Henkel
text | fotos Gaby Apostel

SEEZUNGENSCHNITTE MIT MARINIERTER SCHWERTMUSCHEL, PINIENFUMET
UND SUGO VON ANDALUSISCHEN TOMATEN

N. Henkel



tas präsentiert Nils Henkel, der gerade die Nachfolge Dieter Müllers angetreten ist. Der langjährige Küchenchef und Vertraute Müllers ist ein Gourmet-Architekt mit feinem Gespür für Trends, die er dezent in seine Kreationen und seit Jahren auch in die Müllersche Küche einfließen lässt. Nils Henkel beschreitet in Müllers Fussstapfen neue Wege. Er bringt mit außerordentlicher Begabung, Intelligenz und Fleiß die Faszination des 3-Sterne-Restaurants „Dieter Müller“ in die Zukunft. Im Wechsel werden nun Nils Henkel und Dieter Müller ihre Gourmet-Gerichte vorstellen. Nils Henkel macht mit seinem yachting-tauglichen Rezept den Anfang...

HERZLICH WILLKOMMEN IM HOTEL & RESTAURANT

DIE MÜHLENHELLE

OSTERN IN DER MÜHLENHELLE:

OSTERBRUNCH AM OSTERSONNTAG,
DEN 23.03.2008 VON 11.00-14.00 UHR
IN UNSEREM BISTRO; 28,00 EURO/PERSON
INKL. EINEM GLAS SEKT.

OSTERMENÜS SERVIEREN WIR IHNEN AN BEIDEN
OSTERTAGEN MITTAGS UND ABENDS
IN UNSEREM RESTAURANT.

KAFFEE & KUCHEN,
IN ÖSTERLICHER STIMMUNG GIBT ES AN BEIDEN
OSTERTAGEN VON 14.00-17.00 UHR;
FÜR DEN NACHWUCHS WERDEN AUF UNSERER
TERRASSE EIER VERSTECKT!

NÄHERES ÜBER UNS, WIE Z.B. UNSEREN VERANSTALTUNGSKALENDER MIT KOCHKURSEN, WEINPROBEN, UND WEITEREN EVENTS FINDEN SIE UNTER
WWW.MUEHLENHELLE.DE

HOTEL & RESTAURANT DIE MÜHLENHELLE
HOHLER STRASSE 1 · 51645 GUMMERSBACH
TEL: 0 22 61-290 00 0 · FAX: 0 22 61-290 00 20
KONTAKT@MUEHLENHELLE.DE

UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN IM BISTRO:
12.00 - 14.00 UHR UND AB 18.00 UHR

UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN IM RESTAURANT:
AB 18.00 UHR, AN SONN- UND FEIERTAGEN
AUCH VON 12.00 - 14.00 UHR

AN SONN- UND FEIERTAGEN SERVIEREN WIR VON
14.00 - 17.00 UHR KAFFEE UND TEESPEZIALITÄTEN,
KUCHEN, KAISERSCHMARRN UND WEITERE
KÖSTLICHKEITEN AUS UNSERER PÂTISSERIE.

RUHETAGE : MONTAG & DIENSTAG

REZEPT FÜR 4 PERSONEN

ZUTATEN:

- 1 Seezungenfilet, sehr frisch, etwa 800g
- 4 Schwertmuscheln, gut gewässert
- Kräuteröl
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

FISCHFARCE:

- 80g Seezungenabschnitte
- 5cl Sahne
- 1EL Kräuter, gehackt

PINIENFUMET:

- 2dl Fischfond
- 4cl Noilly Prat
- 4cl Weißwein, lieblich
- 1 Spritzer weißer Balsamico
- 1 Spritzer Pinienkernöl
- 2 EL Pinienkerne, geröstet
- 50g kalte Butterwürfel
- Salz, Spritzer Tabasco

TOMATEN-SUGO:

- 2 Tomaten, reif und aromatisch
(am besten MagiQo aus Andalusien)
- 1dl Tomatensaft, klar
- 2cl Olivenöl, Kräftig (Arberquina)
- 1 Estragonzweig
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

PINIEN-PETERSILIENPÜREE:

- 100g Kartoffelpüree
- 4cl Pinienöl
- 2EL Pinienkerne, geröstet und zerkleinert
- 60g Petersilienpüree
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG:

Von der Seezunge die Haut abziehen und den Fisch filetieren. Die Filets auf etwa 15cm zuschneiden. Die 80g gut gekühlten Fischabschnitte mit den Kräutern und einer Priese Salz im Mixer fein pürieren. Die leicht angefrorene Sahne zugeben und alles zu einer glänzenden, grünlichen Farce mixen und mit Zitrone, Salz und Pfeffer abschmecken. Zwei Seezungenfilets auf Klarsichtfolie mit etwas Olivenöl legen, mit Salz und Pfeffer würzen und dünn die Farce aufstreichen. Dann die beiden verbleibenden Filets würzen und darauf legen und stramm in die Folie einwickeln. Nochmals in Alufolie wickeln und wie eine Wurst fest eindrehen. Kühl stellen.

PINIENSAUCE:

Für die Sauce Noilly Prat und Weißwein auf die Hälfte einköcheln lassen. Fischfond zugeben, einmal aufkochen, mit den Pinienkernen und der Butter im Mixer fein pürieren und passieren. Mit Balsamico, Pinienöl, Salz und Tabasco würzig abschmecken und warm halten.

TOMATEN-SUGO:

Den Tomatensaft kurz aufkochen und mit Stärke leicht binden. Das Olivenöl unterrühren. Die Tomaten entkernen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden,



dann unter den Tomatensaft rühren und mit fein geschnittenem Estragon, Salz und Pfeffer gut abschmecken.

PINIEN-KARTOFFELPÜREE:

Das Kartoffelpüree mit Pinienöl und Pinienkernen heiß aufrühren, das Petersilienpüree unter heben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

ANRICHTEN:

Die Seezungenroulade in 80°C heißem Wasser etwa 8 Minuten garen und anschließend 4 Minuten ruhen

lassen. Die Schwertmuscheln etwa 3 Minuten in heißem Dampf garen bis die Schale aufspringt. Die Muscheln mit etwas Kräuteröl marinieren und warm stellen. Das Petersilienpüree mit einem Spritzbeutel als Kreis in einen tiefen Teller auftragen. In den Kreis je einen Löffel Tomaten-Sugo geben und den Pinien-Fumet außen angießen. Die Seezunge aus der Folie wickeln und längs durchschneiden. Die Schnitte leicht salzen und auf die Tomaten platzieren, dann die Schwertmuschel auf den grünen Streifen legen und sofort servieren.

Tipp

Mágiqo – Die Tomate in Reinform. Der unverkennbare Geruch und Geschmack machen diese sortenreine Tomatenfrucht zu dem, was sie ist – Gourmet-Tomate nach Tradition. Im sonnigen Süden Spaniens wird die Mágiqo nach althergebrachter Methode angebaut und sticht durch ihre asymmetrische Form und saftige rot-grün Färbung vor. Die andalusische Tomate passt mit ihrem süß-säuerlichen Geschmack zu allen mediterranen Gerichten, vom Fisch über Lamm zaubert man mit ihr von der Sonne geküsste Gerichte. Über „www.magiqo.de“ holt man sich die Mágiqo in die heimische Küche.

