



Slow Food® Karlsruhe

Bericht vom Kochclub am 04.03.2017:

Erfolgreiche Reaktivierung des Kochclubs im Convivium Karlsruhe!

Der erste Kochclub 2017 des Conviviums Karlsruhe fand Anfang März wieder in unserer Heimat im Kochstudio < Prinzip > in Karlsruhe statt.

Aus den Vorschlägen hatten wir ein 4-gängiges Menu ausgewählt; jeweils 2 o. 3 Teilnehmer waren für einen Gang zuständig – dazu gehörte im Vorfeld auch der Einkauf der benötigten Materialien.

Bewährt hat sich, dass jeweils eine Person für einen Gang verantwortlich war und dazu auch die notwendigen Lebensmittel eingekauft hat. Teilweise wurde auch zu Hause schonmal probegekocht um das Rezept dann im KochClub optimal zu präsentieren. Die benötigte frische Hühnerbouillon wurde am SA-vormittag bereits gekocht und mitgebracht. Zubereitet wurden dann jeder Gang von 2-3 Personen; so war auch jede(r) ins Kochen involviert. Dank guter Vorbereitung lief alles sehr entspannt und auch die Gespräche untereinander kamen nicht zu kurz. Der gesetzte Zeitrahmen passt auch wunderbar.

Wir wurden mit einem **Amuse Gueule** von unserer Wildkräuter-Expertin A.Uhlig überrascht - einer Frischkäsezubereitung mit im Landkreis frisch gesammelten Wildkräutern, gereicht auf Scheiben "Badischer Seelen", einem Weißbrotgebäck mit etwas Kümmel und grobem Salz. Dazu gab es einen leckeren Apfel-Birnenektar mit einem frischen Kräuterauszug.

Danach ging es an das Zubereiten der Gänge:

1. **Feldsalat und glasierte Maronen mit einer raffinierten Vinaigrette**, dazu wurden die angebratenen Lebern, Nieren und Herz der Kaninchen gereicht. Ein leckerer Strauß feiner Aromen und Geschmackseindrücke.
2. **Topinambursuppe mit Curry**
Topinambur ist ein im Badischen geschätztes Wurzelgemüse (auch Erdapfel oder Erdbirne genannt), das als Pflanze zu den Korbblütlern / Sonnenblumengewächse gehört. Es enthält als Kohlenhydrat den Ballaststoff Inulin, der Geschmack des Gemüses ist leicht süßlich. Die Knollen werden zuerst in Salzwasser fast gar gekocht, dann wird das Kochwasser gegen Hühnerbouillon ausgetauscht und fertig gegart. Nach dem Pürieren wurde mit süßer Sahne und Curry abgeschmeckt und mit Balsamico-Creme und etwas fein geschnittenen Chilischoten versetzt.
3. **Kaninchen mit Backpflaumen, Schmorgemüse und Nudeln**
Die bereits vom Metzger in passende Portionen geteilten Kaninchen werden auf ausgelassenem Speck langsam angebraten, dazu kommen Karotten und Schallotten und Thymian. Geschmort wird mit Weißwein (Chardonnay oder Weißburgunder) und mit Trockenpflaumen, die zuvor in starkem Earl Grey Tee mariniert worden waren. Dadurch entsteht eine Aroma-intensive Mixtur, die durch die Zugabe von Sahne eine weitere Steigerung erfuhr. Dazu gab es als Schmorgemüse Karotten (Rodelika!) und Pastinaken, das den Kaninchentopf sehr schön begleitete.



Slow Food® Karlsruhe

4. **Mousse au Chocolat mit marinierten Blutorganenfilets**

Ein raffinierter Nachtisch aus Mousse von weißer und von dunkler Schokolade auf mit Orangenlikör marinierten Blutorganenfilets schloss das Menu genial ab

Weine aus Baden und der Pfalz (Sauvignon Blanc, Grauburgunder, Spätburgunder; Muskateller und Riesling) begleiteten die einzelnen Gänge.

Martin Apetz und Angelika Uhlig