



Rezepte der Koch Lounge

powered by KIKA mit Marco Krainer

Mittwoch, 14. Sept. 2022

Chicken Teriyaki

Rezept von Christian Pirstnig – Alte Burg Restaurant, Gmünd, www.alteburg.at

Zutaten für die Sauce:

250 ml Sojasauce
250 ml Mirin
250 ml Sake
5 Knoblauchzehen
50 g Ingwer
2 EL Maizena
Weißer Sesam
Zucker

4 Hühnerkeulen (ausgelöst)
4 Stk Karotten in Scheiben geschnitten
1 Stk Brokkoli
1 Stk rote Zwiebel
Salz
Pfeffer

320 g Basmati Reis
400 ml Wasser

Zubereitung:

Für die Sauce Ingwer und Knoblauch feingehackt in einem Topf anschwitzen und mit den restlichen Flüssigkeiten aufgießen. Jetzt das ganze um ein Drittel reduzieren, mit Zucker abschmecken und mit Maizena abbinden. Mit Sesam verfeinern.

Den Reis kurz mit kaltem Wasser auswaschen und mit dem Wasser überstellen, ca. 10 min leicht köcheln und dann ziehen lassen.

Die Hühnerkeulen mit Salz und Pfeffer würzen und für ca. 15 min in den Kühlschrank geben, danach in einer Pfanne bei mittlerer Hitze mit der Hautseite nach unten langsam anbraten.

Nach ca. 10 min wenden. In einer anderen Pfanne das Gemüse anbraten.

Am Teller wird zuerst das Gemüse und der Reis angerichtet, dann werden die Hühnerkeulen mit der Sauce glasiert und auf dem Gemüse arrangiert.



Rezepte der Koch Lounge

powered by KIKA mit Marco Krainer

Mittwoch, 14. Sept. 2022

Sushi-Reis Grundrezept

Rezept von Christian Pirstnig – Alte Burg Restaurant, Gmünd, www.alteburg.at

Zutaten:

1 kg Sushi Reis

1,2 l Wasser

Marinade:

250 ml Reissessig

125 g Zucker

75 g Salz

Zubereitung:

Den Reis in eine Schüssel geben und mit kaltem Wasser waschen. Den Vorgang vier Mal wiederholen, bis das Wasser klar ist. Jetzt den Reis in einen Topf oder Reiskocher geben, mit Wasser auffüllen und 10 min leicht köcheln lassen, dann den Herd ausschalten und den Reis 20 min ziehen lassen.

Während der Reis kocht, alle Zutaten für die Marinade in einen Topf geben und einmal aufkochen lassen.

Geben Sie den Reis aus dem Topf in ein flaches, breites Gefäß und marinieren Sie den Reis mit 250 ml Reismarinade. Den Reis des Öfteren umrühren und auskühlen lassen.



Rezepte der Koch Lounge powered by KIKA mit Marco Krainer

Mittwoch, 14. Sept. 2022

Saiblings-Rolle

Rezept von Christian Pirstnig – Alte Burg Restaurant, Gmünd, www.alteburg.at

Zutaten: (für 2 Rollen)

- 4 Stk Saiblingsfilets, in fingerdicken Streifen (7cm) geschnitten
- 4 Stk Saiblingsfilets, in dünnen Tranchen/Scheiben (handbreit) zum Belegen
- 4 Stk Gurkensticks (1 cm dick)
- Lauch (fein geschnitten)
- Miso-Sauce
- 1 Nori Blätter (halbiert)

Zubereitung:

Den Reis mit feuchten Händen auf der rauhen Seite des Normblattes mit 1 cm unten überstehend und oben mit 1 cm frei lassend verteilen, dann das Blatt vorsichtig wenden, mit der überstehenden Reis-Seite oben. Das Blatt mit jeweils zwei Fischstreifen, Gurken und Lauch belegen und einrollen, dabei öfters der Rolle eine schöne Form geben. Jetzt auf der Rolle zwei Tranchen legen und nochmals leicht drücken. Die Rollen in 8 gleichmäßige Stücke schneiden und mit Miso-Sauce garnieren.



Rezepte der Koch Lounge powered by KIKA mit Marco Krainer

Mittwoch, 14. Sept. 2022

Kärntna Låxn-Rolle

Rezept von Christian Pirstnig – Alte Burg Restaurant, Gmünd, www.alteburg.at

Zutaten: (für 2 Rollen)

4 Stk Kärntna Låxn (Seeforelle), in fingerdicken Streifen (7cm) geschnitten
4 Stk Kärntna Låxn (Seeforelle), in dünnen Tranchen/Scheiben (handbreit) zum Belegen
4 Avocadospalten
Limettenmayo (Mayo mit Limettenabrieb und Saft abgeschmeckt)
Teriyaki Sauce
Kresse

Zubereitung:

Den Reis mit feuchten Händen auf der rauhen Seite des Noriblattes mit 1 cm unten überstehend und oben mit 1 cm frei lassend verteilen, dann das Blatt vorsichtig wenden, mit der überstehenden Reis-Seite oben. Das Blatt mit jeweils zwei Fischstreifen und Avocado belegen und einrollen, dabei öfters der Rolle eine schöne Form geben. Jetzt auf der Rolle zwei Tranchen legen und nochmals leicht drücken. Die Rollen in 8 gleichmäßige Stücke schneiden und mit Limettenmayo, Teriyaki Sauce und Kresse garnieren.



Rezepte der Koch Lounge powered by KIKA mit Marco Krainer

Mittwoch, 14. Sept. 2022

Kokos-Zitronengras-Süppchen

Rezept von Christian Pirstnig – Alte Burg Restaurant, Gmünd, www.alteburg.at

Zutaten:

5 Stangen Zitronengras
10 g Ingwer (1 Stück)
2 EL Rapsöl
400 ml Hühnerfond
2 Limetten
2 Knoblauchzehen
300 ml Kokosmilch
20 g brauner Zucker (1 EL)
Salz
Pfeffer

Zubereitung:

Zitronengras waschen, Ingwer schälen und mit Knoblauch klein hacken. Alles in Öl mit Zucker anschwitzen und mit Hühnerfond aufgießen. Limettenabrieb und Saft hinzufügen und 10 min leicht köcheln (mit Deckel). Danach die Kokosmilch hinzufügen und nochmals 10 min leicht köcheln lassen. Das Ganze abseihen und mit einem Saucenbinder (oder Maizena) leicht abbinden, nochmal mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Rezepte der Koch Lounge powered by KIKA mit Marco Krainer

Mittwoch, 14. Sept. 2022

Gegrillter Schweinebauch auf Asiatischem Krautsalat

Rezept von Christian Pirstnig – Alte Burg Restaurant, Gmünd, www.alteburg.at

Zutaten:

- 1 kg Schweinebauch in Scheiben
- 1 Knoblauchzehe (fein gehackt)
- 1 EL Salz
- 1 EL Zucker
- 1 Limetten (Abrieb und Saft)
- 3 EL Sojasauce

- 1 Krautkopf
- 1 Karotte
- 1 Bund Junglauch (in kleine Ringe geschnitten)
- Sesam

Salatdressing:

- 20 g Ingwer (klein geschnitten)
- ½ Zwiebel (klein geschnitten)
- ½ Apfel (klein geschnitten)
- 1 EL Tahin
- 100 ml Reisessig
- Rapsöl



Zubereitung:

Aus Knoblauch, Salz, Zucker, Limetten und Sojasoße eine Marinade für den Schweinebauch herstellen und das Fleisch über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.

Für das Salatdressing alle Zutaten ohne Öl in einen Mixer geben und fein mixen. Das Öl langsam einmischen, bis eine leicht cremige Konsistenz entsteht. Mit Salz und Zucker abschmecken.

Kraut und Karotten in feine Streifen schneiden, mit dem Dressing gut marinieren und 30 min durchziehen lassen.

Den Schweinebauch in einer Pfanne oder am Grill schön langsam und knusprig anbraten, danach den Schweinebauch auf dem Krautsalat anrichten und mit Junglauch und Sesam garnieren.