

Feine Krisenküche: Festmenü für'n Zehner

Peter Henzeks Tipp für das schmale Budget

Die Geldscheine sitzen nicht so locker oder sind schlicht nicht da? Kein Grund, jedes Jahr Bockwurst und Kartoffelsalat zum Fest zu essen. Spitzenkoch Peter Henzek zeigt den WAZ-Lesern, wie sie für zehn bis zwölf Mark pro Person ein exquisites Drei-Gänge-Menü zaubern können.

Der Chefkoch des Restaurants Henzek an der Düsseldorfer Straße ist es gewohnt, sich auf die Finger schauen zu lassen. Er selbst gibt Topfguckerkurse; sein prominentester Angestellter, Carsten Dohrs, verrät seine Kniffe gar einem Millionenpublikum - im „Kochduell“ auf VOX. Mit preiswerten Zutaten und à la minute auch den verwöhnten Geschmacksnerv treffen - eine Fähigkeit, die Spätentschlossenen nicht schlecht stünde. Also Stifte gespitzt, Messer gewetzt - hier ist Henzeks Tipp für Christkinds Krisenküche: Wels im Knochen-schinkenmantel auf Rapunzel-salat als Vorspeise, hernach ein Gratin von Krabben mit Sauce Hollandaise und zu guter Letzt eine Honiglebkuchen-Mousse. Und so geht's:

★

Die Vorspeise

Wels im Schinkenmantel

Zutaten: 600 g Welsfilet, 12 Scheiben Knochen-schinken, 200 g Rapunzelsalat, 4 Wach-

teleier, 2 kleine blaue Kartoffeln, Essig, Öl, Gewürze, Kräuter.

Die Kartoffeln kochen, pellen und würfeln. Rapunzelsalat waschen und putzen. Eine Vinaigrette aus Essig, Öl, Gewürzen und Kräutern anrühren.

Das Welsfilet würzen, in Schinken einwickeln und knusprig anbraten. Die Wachteleier als Spiegeleier braten. Den Salat mit der Vinaigrette anmachen und mittig auf dem Teller anrichten. Das Welsfilet auf den Salat legen und das Wachtelei anlegen. Mit blauen Kartoffelwürfeln bestreuen.

★

Der Hauptgang

Gratin von Krabben

Zutaten: 100 g Butter, 6 Esslöffel Weißwein, Salz, Pfeffer, Muskat, 500 g Kartoffeln, 500 g Krabben (ersatzweise auch

Fischfilet, z.B. Lachs), 2 Teelöffel Zitronensaft, 1 Zweig Thymian, 5 Eigelb.

Kartoffeln 15 bis 20 Minuten in Salzwasser garen, abdämpfen, pellen und in Scheiben schneiden. Eine feuerfeste Form mit Butter auspinseln, die Kartoffeln dachziegelartig einschichten. Butter in einer Pfanne schmelzen, Krabben darin zwei bis drei Minuten schwenken, mit Salz, Pfeffer, etwas Zitronensaft und gezupftem Thymian würzen.

Für die Sauce Hollandaise Eigelb mit restlichem Zitronensaft, 6 EL Wein, Salz und Pfeffer bei milder Hitze zu einer dicklichen Creme aufschlagen. Geschmolzene Butter erst tropfenweise, dann in dünnem Strahl unterrühren. Die Hollandaise mit den Krabben vermischen und auf den Kartoffeln verteilen. Gratin bei starker Oberhitze (250 °C) sieben bis zehn Minuten goldbraun überkrusten.

★

Das Dessert

Honiglebkuchen-Mousse

Zutaten: 6 Eigelb, 150 g Honig, 5 Blatt Gelatine, 500 g Sahne, Lebkuchengewürz.

Eigelb und Honig warm und kalt aufschlagen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen, danach vorsichtig mit einem EL Honig erwärmen. Sahne steif schlagen, mit Lebkuchengewürz und der Gelatine unter die Eigelb-Honig-Masse heben. Bon appetit!

sts

Der Einkauf

Zehn bis zwölf Mark pro Person sollte Henzeks Menü kosten. Nicht eingerechnet Dinge wie Butter, Öl und Honig, die zur Grundausstattung einer Küche zählen. Den Rest haben wir nachgerechnet, und: Die Rechnung geht auf, wenn Sie entweder die Krabben im Supermarkt kaufen oder durch Fischfilet (z.B. Lachs) ersetzen.

HEUTE IN DER WAZ

MÜLHEIM

Feine Krisenküche: Tonnen-Trinkgeld offiziell verboten

Ein schmales Budget beim Festessen muss nicht in Bockwurst und Kartoffelsalat enden. Das beweist Peter Henzek mit seinem Menü-Tipp: Wels im Schinkenmantel, Krabbengratin und Lebkuchenmousse - drei Gänge für zehn DM pro Person.

Dilemma für die Müllwerker: Das Tonnen-Trinkgeld zum Fest ist offiziell verboten. Für viele Bürger ist die kleine Gabe aber Tradition. Doch auch die stehen mitunter vor einem Dilemma. Was machen, bei drei unterschiedlichen Kolonnen für drei Mülltonnen?