



Alexandra
Palla

Meine

SOMMER FRISCHE KÜCHE



Pichler



GUT ZU WISSEN

Am besten den Fischhändler darum bitten, den Fisch zu häuten und zu filetieren. Für Kinderportionen die Chilischoten weglassen.



Es gibt kaum eine erfrischendere, kühlendere und fruchtigere kalte Fischspeise als das ursprünglich aus Südamerika stammende Ceviche. Es wird wie »Sewitsche« mit Betonung auf dem »l« ausgesprochen. Die Zubereitung kommt einer wundersamen Fischverwandlung gleich, denn allein die Säure des Limettensaftes »gart« den Fisch ganz ohne Kochen oder Braten. Ideal auch für unsere Alpenfische: Weiße werden dadurch noch weißer, der Lachssaibling behält sein elegant zartes Rosé, das nicht nur optisch mit dem Orange der reifen, saftigen Pfirsiche, roten Zwiebeln, Beeren und Chilis harmoniert. Die Reaktionen sind der »Hit« mit Betonung auf dem »t«.



4 Portionen

ZUTATEN

500 g frisches Filet vom
Lachssaibling
4 Limetten
1 rote Zwiebel
4 reife Pfirsiche
frische Kräuter (Dille, Koriander,
Petersilie)
1 TL rote Pfefferbeeren
1 TL fein gehackte Chilischoten
etwas Sonnenblumenöl
Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

- 1 Fischfilet ggf. enthäuten, anschließend grob würfeln (Kantenlänge ca. 1 cm). Limetten auspressen.
- 2 Fischstücke in einer kleine Schale mit dem Limettensaft übergießen, abgedeckt ca. 30 Minuten kalt stellen.
- 3 Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Pfirsiche schälen, entkernen und würfeln.
- 4 Frische Kräuter hacken, Pfefferbeeren grob stoßen.
- 5 Alle Zutaten mit den nun im Limettensaft »gegarten« Fischstücken vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf einem Teller oder in Gläsern anrichten.

Alpen-Ceviche

Eine längere und stabile Schönwetterperiode kündigt sich damit an, dass die Landwirte ihre prächtigen Wiesen mähen, um das geschnittene Gras an den folgenden heißen Sonnentagen zu Heu trocknen zu lassen. Sobald ich diese Beobachtung mache, rufe ich sofort den Fleischhauer an und bestelle einen Rindslungenbraten. Der Zusammenhang besteht nun darin, dass frisch getrocknetes Heu den besten Wiesenkräutergeschmack an ein Chateaubriand abgibt, das einmal im Sommer von mir in eine Salzkruste gepackt wird.



4 Portionen

Rindslungenbraten in Heu und Salzkruste

ZUTATEN

1 kg Rindslungenbraten im Ganzen
 1 TL gestoßene Pfefferkörner
 Butterschmalz zum Anbraten
 2 Handvoll trockenes Wiesenheu
 2 kg grobes Meersalz
 3 Eiklar

ZUBEREITUNG

- 1 Rindslungenbraten pfeffern und in einer heißen Pfanne in Butterschmalz von allen Seiten insgesamt ca. 5 Minuten lang anbraten. Vom Feuer nehmen und mit Heu ummanteln.
- 2 Meersalz in einer Schüssel mit Eiklar vermischen.
- 3 In einer feuerfesten Form aus der Hälfte der Salzmischung ein Bett bereiten. Das in Heu eingepackte Fleischstück daraufsetzen und mit der restlichen Salzmischung gut bedecken.
- 4 Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Heißluft) ca. 30 Minuten garen. (Wer gerne kontrolliert, misst bei »medium« eine Kerntemperatur von 52 °C im Inneren des Rindslungenbratens.)
- 5 Vor dem Servieren die Salzkruste rund um den Braten aufbrechen und das Fleisch in Stücke schneiden.

SERVIERVORSCHLAG

Mit frischer Kräuter-
butter auftragen
(→ Seite 149).



Kein Sommer ohne Pavlova! Die beliebte Baisertorte mit Schlagobers, benannt nach der russischen Ballerina Anna Pavlova, ist die Basis für spannende Frucht- und Obstkombinationen wie diese hier. Von einem Seespaziergang habe ich einen Zweig Eberesche mitgebracht. Entgegen vielen Vorurteilen sind ihre Beeren sehr gut essbar. Sie bieten einen wunderbar herben Geschmack sowie ein leuchtendes Orange und passen gemäß den »Pavlova-Regeln« nicht nur farblich perfekt zu Marillen und Birnen. Leicht karamellisiert harmonisieren die unterschiedlichen Früchte mit ihrer Süße und Säure nicht nur geschmacklich, sondern sind auch optisch ein großes Vergnügen.



8 Portionen

Marillen-Birnen- Beeren-Pavlova

ZUTATEN

FÜR DEN BAISERBODEN

6 Eiklar
1 Prise Salz
300 g Staubzucker

FÜR DEN BELAG

1 Zweig Eberesche
5 Marillen
1 Birne
1 EL Zucker
1 EL Butter
250 ml Schlagobers
1 Pkg. Vanillezucker

ZUBEREITUNG

- 1 Für den Baiserboden Eiklar mit Salz steif schlagen. Nach und nach Staubzucker einrieseln lassen und 10 Minuten weitermixen.
- 2 Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Eischneemasse in einem Durchmesser von ca. 25 cm kreisrund darauf verteilen.
- 3 Im vorgeheizten Backofen bei 110 °C (Ober-/Unterhitze) 2 Stunden trocknen. Ofen abdrehen, Baiserboden bei leicht geöffneter Tür auskühlen lassen.
- 4 Für den Belag Ebereschen abreiben. Marillen entkernen und halbieren. Birne entkernen und in Spalten schneiden.
- 5 In einem Topf Zucker leicht karamellisieren, Butter hinzufügen und die Beeren darin ein paar Minuten weich werden lassen. Marillenhälften und Birnenstücke darin kurz mitschwenken. Vom Herd nehmen und vollständig auskühlen lassen.
- 6 Schlagobers mit Vanillezucker aufschlagen, auf dem ausgekühlten Baiserboden verteilen und die Früchte darauf anrichten.

DIE PAVLOVA-REGELN

Je spannender das Zusammenspiel von süßen, herben und säuerlichen Früchten auf einer Pavlova, umso besser. Nüsse, Kräuter und Zitrusfrüchte sind explizit erlaubt. Hier drei weitere Lieblingskombinationen des Sommers: Erdbeer-Rhabarber-Himbeere, Kirsche-Nektarine-Schokolade oder Zwetschke-Heidelbeere-Brombeere.

