



Rezept von **Christian Petz**

Thunfisch auf Sushi-Art

ZUBEREITUNGSZEIT 35 MIN. • SCHWIERIGKEITSGRAD AUFWENDIG • PRO PORTION CA. 326 KCAL

Die vielleicht einfachste Form, um perfekten Reis und rohen Thunfisch zu genießen - auch köstlich mit der etwas milderen Sushi & Sashimi-Sauce.

Für den Reis

- 130 g Sushireis
- 2 EL Reisessig
- 1/2 TL Salz
- 1/2 TL Zucker

Für den Thunfisch

- Wasabi
- 200 g Thunfisch, in dünne Scheiben geschnitten
- 2 EL Sesamöl
- 2 EL Sojasauce
- schwarzer Sesam
- zarte Salatblätter

Zum Dippen

- 4 EL Sojasauce
- eingelegter Ingwer
- Wasabi

Den Reis in ein Sieb geben und unter fließendem kaltem Wasser so lange waschen, bis das Wasser klar abläuft. Den Reis 15 Minuten lang abtropfen lassen und anschließend in einem kleinen Topf mit 160 ml Wasser rasch zum Kochen bringen. Dann die Hitze reduzieren, gut schließenden Deckel aufsetzen und 10 Minuten köcheln lassen. Den Topf, ohne den Deckel zu heben, vom Herd ziehen und den Reis weitere 15 Minuten gut geschlossen ziehen lassen. Dann den Reis in eine Schüssel umfüllen. Essig mit Salz und Zucker leicht erwärmen und so lange verrühren, bis sich alles aufgelöst hat. Dann die Flüssigkeit mit einem Holzlöffel unter den Reis heben. Reis mit einem feuchten Tuch bedecken und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

Den Sushireis mittels einer Ringform auf Teller verteilen, dünn mit Wasabi bestreichen, mit dem Thunfisch belegen und diesen mit etwas Sesamöl und Sojasauce beträufeln. Mit schwarzem Sesam bestreuen und mit Salatblättern garnieren.

Sojasauce, eingelegten Ingwer und Wasabi in kleinen Schüsseln oder Chinalöffeln zum Dippen anrichten.



Rezept von **Christian Petz**

Frühlingsrolle vom Kalbsbries mit Shiitakepilzen und Erbsenschoten

ZUBEREITUNGSZEIT 90 MIN. • SCHWIERIGKEITSGRAD AUFWENDIG • PRO PORTION CA. 515 KCAL

Für das Bries

- 500 g Kalbsbries
- 2 Scheiben Toastbrot
- 30 g Butter
- 1 Bund Schnittlauch
- 2 Eier
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- 8 Blatt Frühlingsrollenteig
- Öl zum Frittieren

Für die Beilage

- 400 g Shiitakepilze
- 300 g Erbsenschoten
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 EL Olivenöl
- 1 TL Sesamöl
- 2–3 cm Ingwer, gerieben
- 3 Knoblauchzehen, gehackt
- 3–4 EL Sojasauce
- Saft von 1/2 Zitrone

Kalbsbries in kochendes Wasser legen, den Topf vom Herd nehmen und eine Stunde ziehen lassen. Anschließend kalt abschrecken und vorsichtig in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Toastbrot entrinden, in Würfel schneiden und in Butter hellbraun rösten. Schnittlauch fein schneiden. Aus den Eiern eine sehr weiche Eierspeise herstellen und mit den Croûtons und dem Schnittlauch unter das Bries heben. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und in Frühlingsrollenblätter einschlagen.

Shiitakepilze in Scheiben schneiden, Erbsenschoten quer halbieren und die Frühlingszwiebeln in feine Scheiben schneiden. Zuerst die Pilze in Olivenöl und Sesamöl anbraten, dann Erbsenschoten und Frühlingszwiebeln zufügen. Mit Ingwer, Knoblauch, Sojasauce und Zitronensaft würzen.

Frühlingsrollen in Öl knusprig frittieren und auf dem Gemüse anrichten, mit Sojasauce servieren.

Das klassisch österreichische Innereintopfen im Crossover-Stil! Das Bries unbedingt beim Fleischhauer vorbestellen, heutzutage hat es kaum noch jemand selbstverständlich im Laden.

Rezept von **Christian Petz**

Kalbsrouladen mit Sojasprossen und Ingwer

ZUBEREITUNGSZEIT 45 MIN. • SCHWIERIGKEITSGRAD AUFWENDIG • PRO PORTION CA. 690 KCAL

Für die Füllung

- 1 roter Paprika
- 80 g Erbsenschoten
- 50 g Shiitakepilze
- 80 g Lauch
- 2 TL frischer Koriander
- 10 g Ingwer
- 80 g Sojasprossen
- 1 EL Sesamöl
- Pfeffer
- gemahlene Korianderkörner
- 6 EL Sojasauce

Für die Schnitzel

- 8 Kalbsschnitzel (à 100 g)
- 2 EL Sojasauce
- Pfeffer
- Mehl zum Wenden
- 1 EL Butterschmalz

Für die Sauce

- 1 EL Butter
- 3 Schalotten
- 125 ml trockener Sherry
- 250 ml Hühnerfond
- Sojasauce zum Abschmecken
- Pfeffer
- Saft von 1/2 Zitrone
- Maizena
- 1 EL Petersilie
- 1 TL frischer Koriander

Als Beilage

- Basmatireis
- 1 EL Öl zum Anbraten
- 2–4 Pak Choi

Paprika mit einem Sparschäler schälen und entkernen. Paprika, Erbsenschoten, Pilze, Lauch in feine Streifen schneiden. Koriandergrün und Ingwer fein hacken. Gemüse in Sesamöl kurz anbraten, mit Pfeffer und gemahlenem Koriander würzen, mit Sojasauce ablöschen, Ingwer und Koriandergrün untermischen, kalt stellen.

Kalbsschnitzel mit einem Plattiereisen dünn klopfen, mit dem Gemüse belegen und einrollen. Mit Küchengarn binden. Die Rouladen mit Sojasauce und Pfeffer würzen, in Mehl wenden und in einem Topf in Butterschmalz rundherum scharf anbraten.

Rouladen aus dem Topf nehmen, frische Butter hineingeben und darin die in Streifen geschnittenen Schalotten anschwitzen. Mit Sherry ablöschen, mit Hühnerfond auffüllen und die Rouladen wieder einlegen. Mit einem Deckel zudecken und ca. 15 Minuten dünsten lassen.

Rouladen herausnehmen, die Sauce mit Sojasauce, Pfeffer und Zitrone abschmecken, nach Bedarf mit etwas Maisstärke binden und mit den gehackten Kräutern vollenden.

Rouladen mit der Sauce nappieren, mit Basmatireis und kurz in Öl gebratenem Pak Choi anrichten.

Bei Rouladen spielt die Sauce eine wichtige Rolle – von dieser würzigen Sauce kann es nie genug geben!



Rezept von **Christian Petz**

Gefüllte Erdäpfel mit Blutwurst und Sojazwiebeln

ZUBEREITUNGSZEIT 90 MIN. • SCHWIERIGKEITSGRAD AUFWENDIG • PRO PORTION CA. 400 KCAL

- 8 kleine mehlig Erdäpfel
- grobes Meersalz

Für die Füllung

- 2 Frühlingszwiebeln
- 20 g Butter
- 240 g Blutwurst
- 1 EL Petersilie, gehackt
- 1 TL frischer Majoran, gehackt
- 2-3 EL Sojasauce

Für die Salatgarnitur

- 1 Schuss Sojasauce
- 1 EL Aceto Balsamico
- 1 1/2 EL Olivenöl
- Pfeffer
- 8 Salatblätter

Die Erdäpfel sauber bürsten und auf grobem Meersalz im Backrohr bei 200 °C ca. 1 Stunde backen. Aus den Erdäpfeln ca. zwei Drittel aushöhlen, die ausgeschabten Erdäpfel warm stellen und die Innenmasse zerstampfen.

Frühlingszwiebeln in feine Scheiben schneiden, die weißen Teile in Butter glasig anschwitzen, zerstampfte Erdäpfel mitrösten, fein gewürfelte Blutwurst zufügen, kurz durchrösten, dann Petersilie und Majoran untermischen, mit Sojasauce abschmecken.

Blutwurstmasse in die ausgeschabten Erdäpfelhälften füllen, die grünen Frühlingszwiebelscheiben mit Sojasauce marinieren und damit die Blutwurst-Erdäpfel garnieren.

Für die Salatgarnitur Sojasauce, Aceto Balsamico und Olivenöl verrühren und mit Pfeffer abschmecken. Die Salatblätter mit der Vinaigrette marinieren und je einen Erdäpfel auf ein Salatblatt drapieren.

Modern gemachte Regionalküche, die sich in kleinen Portionen auch hervorragend als herrschafte Vorspeise macht!

