

STERNZEICHEN-MENÜ

Vorspeise

Tomatentorte

Stier
21. April – 20. Mai

Zutaten für 4 Personen

6 große Tomaten (z.B. Fleischtomaten)
2-8 frische Zweige Thymian
2 Knoblauchzehen
300 g Gruyère-Käse (am Stück)
15 schwarze Oliven (mit Stein)
Olivenöl zum Einfetten

5 EL Dijon-Senf
6 EL Olivenöl
Pfeffer, frisch gemahlen
375 g Tiefkühl-Blätterteigplatten
(1 ½ Packungen)

Zubereitung

Den Teig auftauen lassen. Den Backofen auf 200° C vorheizen. Tomaten waschen und in dünne Scheiben schneiden. Thymian waschen, trocken tupfen und die Blätter abzupfen. Den Knoblauch schälen. Den Käse in dünne Scheiben schneiden oder abhobeln. Oliven vom Stein schneiden und grob hacken. Ein Backblech mit Olivenöl einfetten. Die Blätterteigplatten leicht überlappend auf dem Backblech auslegen und dünn mit dem Senf bestreichen. Den Käse ebenfalls leicht überlappend darauf verteilen und dann zuerst die Tomatenscheiben, danach die Oliven darüber verteilen. In eine Schüssel sechs Esslöffel Olivenöl geben und die Knoblauchzehen hineinpressen. Das Knoblauchöl über die Torte verteilen, Thymianblättchen darüber geben und mit Pfeffer würzen. Die Torte auf der mittleren Schiene ca. 25-30 Minuten backen.

Tipps

Zu empfehlen ist hier eher ein kalt gepresstes, natives Olivenöl. Bitte verwenden Sie für die Torte den „aufgehenden“ Blätterteig (rote Packung).

Hinweis

Alle Zutaten (auch den Gruyère-Käse) gibt es normalerweise in den lokalen Supermärkten wie z.B. Mercadona oder Hiper Trebol. Ausnahme könnte der frische Thymian sein - diesen erhält man dann aber beim Obst- und Gemüsehändler.

Hauptspeise

Belgischer Filettopf

Belgian Beef



Zutaten für 4 Personen

1 kg Rinderfilet
1 Tasse Mehl
3 Dosen Bier (jeweils 0,33 l)
1 Zwiebel
4 Scheiben Graubrot

Erdnussöl
Dijon-Senf
0,5 l Fleischbrühe, instant
Pfeffer
Salz

Zubereitung

Die Zwiebel schälen und fein hacken. Die Brotscheiben entrinden und das Filet in grobe Würfel schneiden. Das Mehl in einen Gefrierbeutel geben, die Filetwürfel hineinlegen und durch Schütteln des Beutels bemehlen. Erdnussöl in eine Kasserolle geben, die Zwiebel darin anschwitzen, dann das Fleisch dazugeben, gut anbraten und mit der Brühe löschen. Einkochen lassen, von Zeit zu Zeit mit Bier nachgießen und erneut einkochen lassen. Den Inhalt der Kasserolle in einen Schmortopf geben. Die Brotscheiben dick mit dem Senf bestreichen und mit der Senfseite nach unten auf das Fleisch legen. Den Schmortopf in den Ofen schieben, bei Grilleinstellung ca. 4-5 Minuten überbacken, bis die Brotscheiben getoastet sind. Vor dem Servieren das Brot mit einer flachen Gabel oder einem Holzlöffel in die Soße drücken.

Tipps

Wer möchte, kann anstatt dem Filetfleisch auch „mageres Schulterfleisch“ nehmen. Dunkles Bier gibt eine schöne Farbe und extra Geschmack. Weißbrot ist hier eher nicht geeignet. Palm- oder Pflanzenöl sind eine akzeptable Alternative zum Erdnussöl. Sehr lecker dazu ist ein grüner Salat, z.B. Feldsalat, Rucola oder Endivie.

Hinweis

Alle Zutaten gibt es normalerweise in den lokalen Supermärkten wie z.B. Mercadona oder Hiper Trebol. Ausnahme könnte das Erdnussöl sein - das bekommt man aber in einigen Touristen-Supermärkten, wie z.B. Spar, Transito, Netto, usw. oder in Reformhäusern.

Nachspeise

Der große Hans



Zutaten für 4 Personen

5 altbackene klein geschnittene Brötchen oder die gleiche Menge altes Brot
0,25 l Milch
80 g Butter
60 – 100 g Zucker (nach Geschmack)
1 Zitrone (unbehandelt)
2 Msp Vanillezucker

2 Msp gemahlene Zimt
3 Eier
50 g Zitronat
80 g Rosinen oder Sultaninen
1 Päckchen Vanillesoßenpulver
50 g geriebene Mandeln oder Haselnüsse

Zubereitung

Die Butter und die Milch zusammen erwärmen, so dass die Butter schmilzt. Beides anschließend über die klein geschnittenen Brötchen geben und diese darin einweichen lassen. Den Brei mit einem Handrührgerät verquirlen oder mit den Händen durchkneten. Die Eier trennen und dann die Eigelbe, den Zucker, die Nüsse oder die Mandeln, das Zitronat, die Rosinen, den Zimt, den Vanillezucker und die geriebene Zitronenschale zu der Masse geben und ordentlich durchkneten. Die drei Eiwieße zu Schnee schlagen und vorsichtig unter den Puddingteig heben. Eine Wasserbad-Puddingform ausbuttern und mit geriebenen Mandeln oder Nüssen bestäuben. Den Puddingteig in die Form geben und eine Stunde im Wasserbad garen lassen. Dann die Form aus dem Wasser nehmen und unter kaltem Wasser abschrecken, bevor der Pudding gestürzt werden kann. Etwas abkühlen lassen, in Scheiben schneiden und diese auf Desserttellern mit Vanillesoße anrichten.

Tipps

Schmeckt auch sehr lecker mit Vanilleeis. Ist die Zitrone nicht unbehandelt, dann gründlich abwaschen.

Hinweis

Alle Zutaten gibt es normalerweise in den lokalen Supermärkten, wie z.B. Mercadona oder Hiper Trebol. Ausnahmen könnten das Zitronat und das Vanillesoßenpulver sein - dieses bekommt man aber in den so genannten Touristen-Supermärkten, wie z.B. Spar, Transito, Netto, usw.

Eine Frau erstmals Siegerin des Kanarischen Kochwettbewerbs

Die aus Galizien stammende Köchin Laura Nieto hat als erste Frau den Kanarischen Kochwettbewerb gewonnen.

Die einzige weibliche Teilnehmerin der V. Ausgabe der Veranstaltung auf dem Messegelände von Santa Cruz hatte die Jury mit ihren Kochkünsten bestechen und ihre neun männlichen Teilnehmer ausstechen können. „Ich habe in der Küche des Restaurants meines Vater gearbeitet, seit ich acht Jahre alt war“, erklärte die junge Köchin, die seit sechs Jahren den Kochlöffel in der

Restaurantküche des Hotels Antheia im Süden Teneriffas schwingt.

Die „Campeonata de Cocineros de Canarias“ gilt als wichtigster Wettbewerb seiner Art auf dem gesamten Archipel. Die Siegerin durfte sich über 1.500 Euro Preisgeld freuen. Der zweite Preis, der mit 1.000 Euro dotiert war, ging an Germán Blanco Carrero aus Lanzarote.

Den dritten Preis im Wert von 600 Euro durfte sich Diego Laureano Schattenhofer aus Santa Cruz de Tenerife mitnehmen.

Kleines Menü-Wörterbuch



VORSPEISE

Tomaten	Tomates
Fleischtomaten	Tomates ensalada
Frischer Thymian	Tomillo fresco
Senf	Mostaza
Knoblauch	Ajo
Olivenöl	Aceite de Oliva
Gruyère-Käse	Queso Gruyère
Pfeffer	Pimienta
Schwarze Oliven	Aceitunas negras
Blätterteig	Hojaldre

HAUPTSPEISE

Rinderfilet	Solomillo de tenera
Fleischbrühe	Caldo de carne
Mehl	Harina
Erdnussöl	Aceite de cacahuete
Dunkles Bier	Cerveza negra
Senf	Mostaza
Zwiebel	Cebolla
Graubrot	Pan integral

NACHSPEISE

Vanillezucker	Azúcar de vainilla
Zitronat	Citronato
Gemahlener Zimt	Canela molida
Rosinen	Pasas
Mandeln	Almendras
Vanillesoße	Salsa de vainilla
Haselnüsse	Avellanas



RESTAURANT CASA LERCARO

Historisches Ambiente mit Stil und Panoramablick!
Tapas, frische Kuchen & exzellente Küche -
die perfekte Mischung für Genießer
Banketts für bis zu 60 Personen

Öffnungszeiten: Restaurant: Mo-Sa 12.30-16.30 u. 20-23h So 12-17h
(sonntags live klassische Pianomusik), Café: Mo bis Sa 11.30h-24h So 11-20h.
Bodega: Fr & Sa ab 20h geöffnet, Jeden Freitag ab 22h und sonntags
mittags Live-Musik

La Orotava, ca. 100 Meter unterhalb der Casa de los Balcones, Tel. 922 32 37 38