Die *Hallo Weekend* Schmankerl-Seite: Heute serviert Sternekoch Otto Koch

So schmeckt Weihnachten

Ambiente und Ausblick machen einen Besuch im „Restaurant 181 First & Business“ unvergesslich. Hallo Weekend verlost Menüs in der luftigen Höhe des Olympiaturms.

Sternekoch Otto Kochs Arbeitsplatz bietet einen herrlichen Blick auf die verschneiten Alpen. Und diese Aussicht können auch die Gäste erleben – samt köstlichem Dinner: Das **Restaurant 181** im Olympiaturm, Spiridon-Louis-Ring 7, dreht sich in luftiger Höhe um die eigene Achse – und das auch an Weihnachten. Otto Koch kreiert zuhause an Heiligabend für sich und seine Familie etwas Einfaches, wie „Würstl und Salate“ – „und am liebsten denke ich dann an meine Kindheit“. *Weitere Infos im Internet unter www.restaurant181.com.*

BRUST VON DER BAUERNENTE MIT BLAUKRAUT

ZUTATEN für vier Personen

Entenbrust
4 Entenbrüste (à ca. 140 gr)
2 EL Öl
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
0,4 l Entenjus
Butter

Preiselbeerblaukraut
500 g Blaukraut
½ Zwiebel (in Streifen geschnitten)
40 g Butter
0,5 l Gemüsebrühe
2 EL Preiselbeerkompott
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Marinade
50 ml Rotwein
2 EL Rotweinessig
1 Apfel (fein gerieben)
1 Orange (Saft pressen)

Maronen
200 g Maronen
Gemüsebrühe
Butter

Serviettenknödel
200 g Knödelbrot (8-10 alte Semmeln)
1 Zwiebel
3-4 Eier
125 ml Milch
1 EL Petersilie (gehackt)
Salz, Pfeffer, Butter

ZUBEREITUNG

Entenbrust: Entenbrüste von den Sehnen befreien, salzen und pfeffern, in einer heißen Pfanne mit wenig Öl zuerst auf der Hautseite knusprig braten. Fleisch aus der Pfanne nehmen, auf den Backrost setzen und mit Kräutern im vorgeheizten Backrohr bei 180 Grad etwa neun Minuten braten. Anschließend die Entenbrüste mindestens drei Minuten ruhen lassen, bevor sie aufgeschnitten werden. Entenjus mit ein paar Butterflocken aufkochen und abschmecken.

Preiselbeerblaukraut: Blaukraut vierteln, Strunk entfernen, in Streifen schneiden und mit den Zutaten der Marinade mindestens eine Stunde marinieren. Butter im Topf erhitzen. Zwiebel glasig dünsten, Kraut dazugeben, salzen und pfeffern und mit der Geflügelbrühe aufgießen. Köcheln lassen bis zur gewünschten Konsistenz, zum Schluss mit den Preiselbeeren abschmecken.

Glacierte Maronen: Die Maronen in aufgeschäumter Butter durchschwenken, mit Salz und Butter abschmecken. 2 EL Brühe zugeben und köcheln lassen, bis die Maronen weich sind und glänzen.

Gebratene Serviettenknödel: Zwiebel in Würfel schneiden, in Butter andünsten und gehackte Petersilie dazu geben. Milch aufkochen. Zwiebel und Petersilie auf das Knödelbrot geben, Milch darüber gießen und zugedeckt 20 bis 30 Minuten ziehen lassen. Die Eier zum Teig geben und verarbeiten, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Semmelteig auf eine nasse Stoffserviette oder Klarsichtfolie aufstreichen und zu einer Rolle formen. Die Enden zubinden. In Salzwasser aufkochen lassen und 15 bis 20 Minuten ziehen lassen. Herausnehmen und in Scheiben schneiden, in aufgeschäumter Butter anbraten. Alles zusammen anrichten.

VERLOSUNG
DINNER FÜR 4
Wir verlosen 2x2 Dinner im Restaurant 181. Schreiben Sie eine e-Mail an aktion@hallo-weekend.de. Stichwort: Olympiaturm

Ernährungs-Tipp

HASELNUSSKEKSE

Friedlinde Spitzbart, Ernährungsexpertin der AOK

Woche für Woche geben Ihnen an dieser Stelle die Gesundheits- und Ernährungsexperten der AOK nützliche Tipps.

Die Haselnuss gilt als die älteste bei uns heimische Nussart. Sie gehört ebenso wie Walnüsse und Mandeln zu den Steinfrüchten. Im Herbst bringt der Haselnuss-Strauch die in Büscheln wachsenden Früchte hervor. Ihre glatten, goldbraunen Schalen sind teilweise von grünen Deckblättern umhüllt. Während die bei uns wild vorkommenden Haselsträucher relativ kleine, längliche Kerne bilden, sind die meist aus Italien oder der Türkei eingeführten „Römer“ rund und haben einen größeren Durchmesser.

Haselnüsse liefern wertvolle ungesättigte Fettsäuren, hochwertiges Eiweiß, Vitamin E, Lezithin, B-Vitamine und viele Mineralstoffe. Nusskerne sollten möglichst luftdicht verpackt und vor Licht und Wärme geschützt gelagert werden. Kauft man Nüsse in der Schale, sind sie bei kühler und trockener Lagerung bis zu zwei Jahre haltbar.

Zur Weihnachtszeit empfehlen wir leckere Haselnusskekse. Für etwa 40 Kekse 150 Gramm feine Haferflocken in einer Pfanne trocken anrösten. 100 Gramm Butter und 100 Gramm milden Honig schaumig rühren. Ein Ei trennen und das Eigelb zur Masse geben. 100 Gramm Haselnüsse mit einem Teelöffel Zimt, je einer Messerspitze Vanillepulver und Anis, einem Teelöffel Carob oder Kakao und einem halben Teelöffel Weinsteinbackpulver vermengen. Diese Mischung zusammen mit den Haferflocken unter die Butter-Honig-Masse rühren. Etwa 100 Milliliter Wasser hinzugeben, bis der Teig schwer vom Löffel fällt. Das Eiweiß steif schlagen und unterheben. Mit zwei Teelöffeln kleine Teighäufchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen. Bei 180 Grad etwa 15 Minuten backen.

Tipps zum Thema Ernährung unter www.aok.de (–>„Gesundheit“ –> „Essen & Trinken“).