

STARTSEITE

SPEISEKARTEN

ZUM ABENDESSEN

TAG 7 · MITTAGESSEN *

← VORTAG

↓ PDF

NÄCHSTER →

Atlantik Restaurant · Tag 7

* Mittagessen (Lunch) · 12:00 – 14:30 Uhr

MENÜ

VORSPEISE

Karoffelrösti mit Lachstatar* und Gurkensalat

SUPPE

Consommé von der roten Bete mit Meerrettich-Sahne-Haube

HAUPTGERICHT

Gebratenes Forellenfilet an Beurre blanc mit Schmorgurke, Yuzu-Kartoffelcreme und Dill-Öl

Griechisches Moussaka - Auberginen-Kartoffeln-Auflauf mit Tomaten, Lamm- und Rinderhackfleisch

DESSERT

Blaubeermousse mit Mandelbiskuit, Schokoladenspiegel und gebranntes Mandeleis

VEGANES MENÜ

VORSPEISE

Gebratene Äpfel mit Zwiebel-Rucola-Salat

SUPPE

Gemüse-Linsen-Eintopf mit Erbsen

HAUPTGERICHT

Epanadillas mit Tahin-Dip und Blattsalate in weißer Balsamico-Papayvinaigrette

DESSERT

Gemischtes Eis
oder
Frische Früchte

BESONDERE SPEISEN

VORSPEISE

Zürcher Geschnetzeltes in Morchelsauce mit Kartoffelrösti 18,90€

SUPPE

Ganzer gratinierter Hummer "Thermidor" mit Hummer-Linguine und Salatherzen
37,50€

HAUPTGERICHT

Im Ganzen gebratene Seezunge mit Dill-Krabben aus der Nordsee und
Salzkartoffeln 19,90€

Ganzer Wolfsbarsch mit mediterranem Grillgemüse, Kapern, Zitrusfrüchte und
Rosmarinkartoffeln 28,00€

DESSERT

Wiener Schnitzel vom Kalb
mit Kartoffel-Gurkensalat und Preiselbeeren 17,90€

⚓ MEIN SCHIFF 7 · Atlantik Restaurant · Täglich frisch

Kartoffelrösti mit Lachstatar und Gurkensalat

VORSPEISE · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Kartoffelrösti ist das Nationalgericht der Schweiz — genauer gesagt des deutschsprachigen Berns. Rösti (von 'rösten') sind goldbraune Kartoffelfladen, ursprünglich das Frühstück der Berner Bauern. Die kulinarische Trennlinie zwischen der deutsch- und französischsprachigen Schweiz wird scherzhaft als 'Röstigraben' bezeichnet.

Lachstatar als Rösti-Belag ist eine nordisch-alpische Fusion: die alpine Rösti-Technik trifft auf den skandinavischen Lachs genuss. In der modernen Gastroküche ist diese Kombination zu einer Klassiker-Vorspeise geworden.

Gurkensalat mit Dill und Essig ist in Deutschland, Österreich und Skandinavien traditionell — die kühle, knackige Gurke kontrastiert mit dem cremigen Lachstatar und dem knusprigen Rösti.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

2 Stk. Kartoffeln
(festkochend,
gerieben,
ausgedrückt)

Salz, Pfeffer nach
Geschmack

3 EL Öl

150 g Frischer
Lachs
(Sashimi-
Qualität, fein
gewürfelt)

Zubereitung

- 1 Geriebene Kartoffeln stark ausdrücken. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 2 In beschichteter Pfanne mit Öl flache Rösti (ca. 10 cm) bei mittlerer Hitze je 4 Min. pro Seite goldbraun braten.
- 3 Lachstatar: Lachs fein würfeln, mit Crème fraîche, Zitronensaft, Dill, Salz und Pfeffer marinieren.
- 4

1 EL Crème fraîche

1 TL Zitronensaft

1 EL Dill

1/2 Stk. Gurke, dünn
gehobelt

1 EL Weißweinessig
+ Salz + Dill

Gurkensalat: Gurke hobeln, mit Essig, Salz und Dill anmachen.

5

Rösti auf Tellern anrichten. Lachstatar draufsetzen. Gurkensalat danebenreichen.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 7 MITTAGSMENÜ

Consommé von der roten Bete mit Meerrettich-Sahne-Haube

SUPPE · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Rote-Bete-Consommé ist eine der optisch spektakulärsten Suppen der modernen Küche: tiefviolett, klar wie Rubinglas, mit goldener Sahnehaube. Rote Bete (*Beta vulgaris*) ist das am intensivsten gefärbte Gemüse Europas — das Betalain-Pigment ist ein natürlicher Lebensmittelfarbstoff.

Das Klären einer Gemüsebrühe zu einer Consommé folgt dem gleichen Prinzip wie die klassische Fleischconsommé: Eiweiß und Gemüsereste binden Trübstoffe und werden mit ihnen abgeschöpft. Eine klare, tiefviolette Rote-Bete-Consommé ist Küchenkunst in seiner reinsten Form.

Meerrettich (*Armoracia rusticana*) als Sahnehaube kontrastiert mit seiner scharfen Frische die Erdigkeit der Roten Bete. Diese Kombination ist typisch für die österreichische und böhmische Küche, wo Rote Bete und Meerrettich klassische Partner sind.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

500 g Rote Bete
(gekocht,
gepresst für
Saft)

400 ml Gemüsebrühe

1 Stk. Eiweiß (zum
Klären)

Salz, Pfeffer, Balsamico nach
Geschmack

Zubereitung

- 1** Rote Bete entsaften oder pürieren und durch ein Tuch pressen. Saft mit Brühe mischen.
- 2** Eiweiß schaumig schlagen, in die kalte Suppe einrühren. Langsam erhitzen, NICHT rühren. Eiweiß steigt mit Trübstoffen auf. Abschöpfen und durch ein Tuch sieben.
- 3** Klare rote Brühe erhitzen. Mit Salz, Pfeffer und Balsamico abschmecken.

100 ml Sahne

2 EL Frischer Meerrettich (gerieben) oder aus dem Glas

Frischer Schnittlauch zur Garnitur

4

Meerrettich-Sahne: Sahne steif schlagen, Meerrettich einrühren. Mit Salz abschmecken.

5

Consommé in vorgewärmte Tassen schöpfen. Meerrettich-Sahne drauf löffeln. Mit Schnittlauch garnieren.

← **ZURÜCK: ATLANTIK TAG 7 MITTAGSMENÜ**

Gebratenes Forellenfilet an Beurre blanc mit Schmorgurke, Yuzu-Kartoffelcreme und Dill-Öl

HAUPTGERICHT · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Beurre blanc ('weißes Butter') ist die klassische Sauce der Loire-Küche Frankreichs, erfunden angeblich von der Köchin Clémence Lefevre in Saint-Julien-de-Concelles um 1900. Sie besteht aus einer Reduktion von Weißwein und Schalotten, in die kalte Butterstücke eingearbeitet werden — die Butter emulgiert zu einer schaumig-cremigen Sauce.

Schmorgurke ist in der deutschen und österreichischen Küche eine vergessene Köstlichkeit. Geschmorte Gurken — in Butter gegart, bis sie zart und fast schmelzig werden — haben ein delikates, leicht süßliches Aroma, das in der modernen Küche als 'Heritage-Gemüse' wiederentdeckt wird.

Yuzu ist eine japanische Zitrusfrucht mit einem unverwechselbaren Aroma zwischen Zitrone, Mandarine und Grapefruit. In der japanischen Küche ist Yuzu-Saft und -Zeste ein wichtiges Gewürz. In der westlichen Restaurantküche ist Yuzu seit den 2000er Jahren durch japanisch beeinflusste Fusionsküche populär geworden.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

2 Stk. Forellenfilets
(ca. 150g,
mit Haut)

Salz, Pfeffer nach
Geschmack

3 EL Butter

1 Stk.

Zubereitung

- 1** Dill-Öl: Dill 30 Sek. blanchieren, ausdrücken, mit Rapsöl pürieren, sieben.
- 2** Kartoffelcreme: Kartoffeln kochen, pressen. Sahne, Yuzu-Saft und Butter einarbeiten. Abschmecken.

Schalotte

100 ml Weißwein

1 EL Weißweinessig

100 g Kalte Butter
(in Stücken)

1 Stk. Salatgurke

300 g Kartoffeln

50 ml Sahne

1 TL Yuzu-Saft
oder
Zitronensaft

Frischer Dill + 3 EL Rapsöl für
das
Öl

3 Schmorgurke: Gurke schälen, in Streifen schneiden. In Butter 5 Min. bei mittlerer Hitze schmoren. Salzen.

4 Beurre blanc: Schalotte, Wein und Essig auf 2 EL einkochen. Kalte Butter stückweise einrühren bis cremig. Abschmecken.

5 Forellenfilet salzen. Hautseite 4 Min. in Butter knusprig braten. Wenden, 1 Min. fertig garen. Alles anrichten.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 7 MITTAGSMENÜ

Griechisches Moussaka - Auberginen-Kartoffeln-Auflauf mit Tomaten, Lamm- und Rinderhackfleisch

HAUPTGERICHT · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Moussaka ist das bekannteste Gericht der griechischen Küche, verbreitet auch in der Türkei, im Libanon und in Ägypten. Es besteht aus geschichteten Auberginen, Hackfleisch und einer Béchamel-Haube. Nikolas Tselementes, der griechische Kochbuchautor, popularisierte das moderne Moussaka in den 1930er Jahren.

Das Wort 'Moussaka' stammt vom arabischen 'musaqqa' (kalt serviert) oder türkischen Wort für 'feucht'. Der griechische Moussaka unterscheidet sich vom türkischen durch die Béchamel-Haube, die durch den französischen Einfluss auf die griechische Küche des 19. Jahrhunderts entstand.

Die Kombination von Lamm- und Rinderhack ist traditionell griechisch: Lammhack allein wäre zu intensiv, Rind zu mild — gemischt entsteht das perfekte Moussaka-Hackfleisch.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

2 Stk. Auberginen,
in Scheiben

300 g Kartoffeln, in
Scheiben,
vorgekocht

300 g Gemischtes
Hack (Lamm
+ Rind)

1 Stk. Zwiebel

Zubereitung

- 1** Auberginenscheiben salzen, 10 Min. ziehen lassen, abtropfen, in Olivenöl goldbraun braten.
- 2** Hack mit Zwiebel und Knoblauch anbraten. Passata, Zimt und Piment zugeben. 15 Min. köcheln.

2 Zehen Knoblauch

200 ml Passata

1 TL Zimt + Piment

3 EL Olivenöl

300 ml Béchamelsauce
(Butter, Mehl,
Milch, Muskat)

1 Stk. Ei (für die
Béchamel)

3 Béchamel: Butter schmelzen, Mehl einrühren, Milch zugeben, dick einkochen. Abkühlen, Ei einrühren.

4 In Auflaufform schichten: Kartoffeln → Hackfleisch → Auberginen → Hackfleisch → Béchamel.

5 Bei 180°C 40 Min. backen bis goldbraun. 10 Min. ruhen lassen vor dem Schneiden.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 7 MITTAGSMENÜ

Blaubeermousse mit Mandelbiskuit, Schokoladenspiegel und gebranntem Mandeleis

DESSERT · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Blaubeermousse ist in der nordeuropäischen Dessertküche fest verankert — Blaubeeren (*Vaccinium myrtillus*) wachsen wild in Skandinavien, den Alpen und Nordamerika und sind seit Jahrtausenden beliebte Beerenfrucht. Ihr Anthocyan-Farbstoff ergibt eine intensiv violette Mousse.

Mandelbiskuit ist eine klassische Patisserie-Grundlage: Eischnee und gemahlene Mandeln ergeben einen lockeren, leicht nussigen Biscuit, der als Basis für Mousse-Desserts ideal ist.

Gebranntes Mandeleis — Eis aus karamellisierten Mandeln — verweist auf das Weihnachtsmarktaroma der deutschen Adventszeit. Die Kombination aus sommerlichen Blaubeeren und dem weihnachtlich-gewürzigen Mandeleis ist eine unerwartete, stimmige Verbindung.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

200 g Blaubeeren

2 EL Zucker

1 EL Zitronensaft

2 Blätter Gelatine

200 ml Schlagsahne
(steif)

3 Stk. Eier (getrennt)

Zubereitung

- 1** Blaubeeren mit Zucker und Zitronensaft pürieren. Gelatine einweichen, auflösen, einrühren. Abkühlen bis leicht dicklich.
- 2** Sahne unterheben. In Formen füllen. 3 Std. kühlen.
- 3** Mandelbiskuit: Eigelb mit Zucker aufschlagen, Mandeln einrühren, Eischnee unterheben. Bei 160°C 15 Min. backen.

80 g Gemahlene
Mandeln

60 g Zucker

100 g Dunkle
Schokolade

60 ml Sahne

2 Kugeln Mandeleis

4 Schokoladenspiegel: Schokolade mit Sahne
schmelzen. Auf Teller gießen, erkalten
lassen.

5 Biskuit aufsetzen, Mousse darauf stürzen.
Mandeleis daneben. Frische Blaubeeren
garnieren.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 7 MITTAGSMENÜ

Gebratene Äpfel mit Zwiebel-Rucola-Salat VEGAN

VORSPEISE · VEGANES MITTAGSMENÜ

Geschichte & Herkunft

Gebratene Äpfel in herzhafter Kombination mit Zwiebeln und Salat ist eine Technik aus der elsässischen und pfälzischen Küche, wo Äpfel traditionell zu Fleisch- und Wurstspeisen gereicht werden. Der süß-saure Kontrast von karamellisiertem Apfel und Salat ist eine klassische Frühlings- und Herbstvorspeise.

Rucola (*Eruca sativa*) wurde in der Antike als Aphrodisiakum gegessen — Plinius der Ältere berichtet davon. In der modernen Küche ist Rucola mit seiner pfeffrig-bitteren Note die ideale Basis für Salate mit süßen und reichhaltigen Zutaten.

Karamellierte Zwiebeln und Äpfel in der Pfanne ergeben zusammen ein Süß-Sauer-Spiel: die Zwiebeln verlieren beim Karamellisieren ihre Schärfe und werden süß, der Apfel bleibt leicht säuerlich — eine natürliche Agrodolce.

Zutaten

 FÜR 2 PERSONEN

2 Stk.	Äpfel (säuerliche Sorte: Boskop, Elstar)
2 Stk.	Rote Zwiebeln
2 EL	Olivenöl
1 EL	Zucker
1 EL	Balsamico
100 g	Rucola

Zubereitung

- 1 Äpfel vierteln, Zwiebeln in Ringe schneiden.
- 2 In Olivenöl bei mittlerer Hitze 5 Min. anbraten. Zucker zugeben, karamellisieren. Balsamico ablöschen.
- 3 Dressing: Olivenöl, Balsamico, Senf, Salz und Pfeffer verrühren.
- 4 Rucola mit Dressing anmachen.
- 5 Rucola auf Tellern, karamellierte Äpfel und Zwiebeln darauf, Walnüsse bestreuen.

3 EL Olivenöl + 1
EL Balsamico
+ 1 TL Senf

Salz, Pfeffer nach
Geschmack

50 g Walnüsse

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 7 MITTAGSMENÜ

⚓ MEIN SCHIFF 7 · Atlantik Restaurant · Rezept für 2 Personen

Gemüse-Linsen-Eintopf mit Erbsen VEGAN

SUPPE · VEGANES MITTAGSMENÜ

Geschichte & Herkunft

Linsen (*Lens culinaris*) sind das erste Hülsenfrüchtchen der Menschheitsgeschichte — Linsenfunde in Israel und Syrien datieren auf 8.000 v. Chr. Sie haben die Zivilisation ernährt: als Esau in der Bibel seine Erstgeburt für ein Linsengericht verkaufte, war das kein Ausdruck von Dummheit, sondern von Hunger.

Linsen-Eintopf ist in der deutschen Küche einer der ältesten Alltagsgerichte. In Schwaben und Baden ist Linsen mit Spätzle (mit Speck) ein nationales Gericht. In dieser veganen Version stehen die Linsen im Mittelpunkt, begleitet von buntem Gemüse und Erbsen.

Erbsen und Linsen zusammen ergeben eine proteinreiche, vollständig pflanzliche Mahlzeit. Die Kombination zweier Hülsenfrüchte ist in der indischen Küche (Dal) und im Nahen Osten (Mujaddara) traditionell.

Zutaten

 FÜR 2 PERSONEN

200 g	Rote oder braune Linsen
--------------	-------------------------

700 ml	Gemüsebrühe
---------------	-------------

2 Stk.	Karotten, gewürfelt
---------------	---------------------

2 Stk.	Kartoffeln, gewürfelt
---------------	-----------------------

1 Stk.	Selleriestange
---------------	----------------

Zubereitung

- 1** Zwiebel und Knoblauch in Olivenöl anschwitzen. Karotten und Sellerie zugeben.
- 2** Linsen, Kartoffeln und Brühe zugeben. Mit Kreuzkümmel und Kurkuma würzen. 20 Min. köcheln.
- 3** Erbsen zugeben, weitere 5 Min. köcheln.
- 4**

1 Stk. Zwiebel + 2
Knoblauch

150 g Erbsen (TK)

2 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, Kurkuma nach
Geschmack

Frische Petersilie zur
Garnitur

Abschmecken. Nach Wunsch pürieren oder
stückig lassen.

5

Mit Petersilie und einem Spritzer Zitrone
servieren.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 7 MITTAGSMENÜ

Epanadillas mit Tahin-Dip und Blattsalate in weißer Balsamico-Papayavinaigrette

VEGAN

HAUPTGERICHT · VEGANES MITTAGSMENÜ

Geschichte & Herkunft

Empanadillas (spanisch: kleine Empanadas) sind kleine, gefüllte Teigtaschen aus der spanischen und lateinamerikanischen Küche. Empanadilla-Teig ist dünner und knuspriger als normaler Empanadateig und wird vor allem in der Kanarischen-Inselküche und in Lateinamerika zum Frittieren verwendet.

Tahin (Tahini) ist eine Sesamuspaste aus dem Nahen Osten und Nordafrika und das Grundgewürz für Hummus, Baba Ghanoush und Halva. Seine cremige, nussige Textur macht ihn zu einem vielseitigen Dip. Griechisch für Sesam ist 'σήςαμον' — die Pflanze wurde aus Indien in die Antike gebracht.

Papaya-Vinaigrette ist ein exotischer, tropischer Dressing-Twist: reife Papaya enthält Papain, ein Enzym das Proteine abbaut und Dressings von Natur aus leicht cremig macht.

Zutaten

FÜR 2 PERSONEN

4 Blätter	Filoteig oder fertiger Empanadilla-Teig
150 g	Gemüsefüllung (Spinat, Käse vegan, Kürbis, gewürzt)
2 EL	Oliveöl zum Bestreichen
3 EL	Tahin

Zubereitung

- 1 Empanadilla-Füllung: Spinat andünsten, würzen. Abkühlen.
- 2 Teig in Kreise (10cm) ausstechen. Füllung auf einer Hälfte verteilen. Zuklappen, Rand gut andrücken.
- 3 Mit Öl bestreichen. Bei 190°C 18 Min. goldbraun backen.
- 4

2 EL Zitronensaft

1 Zehe Knoblauch

50 ml Wasser

100 g Gemischter
Blattsalat

1/4 Stk. Reife Papaya

2 EL Weißer
Balsamico +
3 EL Olivenöl

Tahin-Dip: Tahin, Zitronensaft, Knoblauch und Wasser cremig rühren.

- 5** Papaya-Vinaigrette: Papaya pürieren, mit Balsamico und Olivenöl verrühren. Salat anmachen. Alles anrichten.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 7 MITTAGSMENÜ

Frische Früchte oder Gemischtes Eis

DESSERT · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Frische Früchte als Dessert sind wohl das älteste und reinste Dessert der Menschheitsgeschichte. Bevor Zucker, Mehl und Backöfen in die Küchen der Welt kamen, war die reife Frucht der süße Abschluss jeder Mahlzeit — in Griechenland, Rom, Persien und China gleichermaßen. Die Wahl saisonaler Früchte ist bis heute die einfachste, gesündeste und ehrlichste Form des Desserts.

Speiseeis hingegen hat eine lange und globale Geschichte. Die Römer kühlten Wein und Fruchtsäfte mit Schnee aus den Bergen, arabische Gelehrte beschrieben bereits im 10. Jahrhundert Scherbet-Zubereitungen, und in Europa entwickelten sich im 17. Jahrhundert aus flüssigem Rahm und Eis die ersten gefrorenen Cremes. Das heutige „Gemischtes Eis“ — eine bunte Auswahl verschiedener Eissorten — ist eine Erfindung der Eisdientradition des 19. Jahrhunderts, vor allem durch italienische Einwanderer geprägt.

Auf einem Kreuzfahrtschiff wie der Mein Schiff 7 sind frische Früchte und Eisdesserts die beliebteste Alternative für Gäste, die nach einem üppigen Mittag etwas Leichtes und Erfrischendes suchen. Das Eis wird täglich frisch produziert, die Früchte täglich in den Häfen der Anlaufstationen an Bord gebracht — ein kleiner, aber wichtiger Luxus auf hoher See.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

je nach Saison Erdbeeren,
Himbeeren,
Melone,
Mango, Kiwi,
Weintrauben

Zubereitung

- 1 Früchte waschen, ggf. schälen und in mundgerechte Stücke schneiden oder als ganze Beeren belassen.

2 Kugeln Vanilleeis (oder nach Wahl: Schokolade, Erdbeer, Pistazie)

2 Kugeln Sorbeteis (z.B. Zitrone oder Mango)

2 EL Minzsirup oder Passionsfruchtmark

Einige Frische Minzblätter

1 TL Puderzucker (optional)

2 Scheiben Waffel oder Keks (optional)

- 2** Auf einem Teller oder in einer Glasschüssel schön anrichten — nach Farben und Größen abwechslungsreich.
- 3** Eiskugeln mit einem angefeuchteten Eisportionierer formen und neben die Früchte setzen.
- 4** Minzsirup oder Passionsfruchtmark als Dressing über die Früchte träufeln.
- 5** Mit frischen Minzblättern garnieren, optional mit Puderzucker bestäuben.
- 6** Sofort servieren — das Eis schmilzt schnell! Wer möchte, steckt eine Waffel oder einen Keks ins Eis.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 1 MITTAGSMENÜ

Zürcher Geschnetzeltes in Morchelsauce mit Kartoffelbrösti

▮ **BESONDERS**

BESONDERES GERICHT · MITTAGSMENÜ

▮ Geschichte & Herkunft

Das Zürcher Geschnetzelte (Züri Gschnätzlets) ist das wohl bekannteste Gericht der Deutschschweizer Küche und das kulinarische Aushängeschild der Stadt Zürich. Es besteht aus schmalen Streifen von Kalbfleisch in einer Rahmsauce — und gilt in Zürich fast als Heiligtum.

Die erste dokumentierte Erwähnung des Gerichts findet sich in einem Zürcher Kochbuch von 1947. Es entstand jedoch schon früher in den Gasthäusern der Zürcher Altstadt, wo Kalbfleisch — das in der Schweiz traditionell hoch geschätzt wird — schnell und schmackhaft zubereitet werden sollte.

Die Version mit Morcheln ist eine Veredelung des Klassikers. Morcheln (*Morchella esculenta*) gehören zu den edelsten und teuersten Speisepilzen Europas. Sie wachsen im Frühjahr in Wäldern und auf Wiesen und sind wegen ihres tiefen, erdigen Umami-Aromas ein Liebling der Haute Cuisine. In Verbindung mit der Rahmsoße und dem knusprigen Rösti ergibt das Zürcher Geschnetzelte mit Morcheln ein Gericht von außerordentlichem Rang.

Zutaten

▮ FÜR 2 PERSONEN

320 g Kalbsfilet oder Kalbsrücken, in 5mm breite Streifen geschnitten

Zubereitung

- 1 Kartoffeln am Vortag kochen, abkühlen lassen und schälen. Grob reiben. Mit Salz würzen. In einer beschichteten Pfanne Butter und Öl erhitzen, Kartoffelmasse hineingeben, zu einem flachen Kuchen formen. Bei mittlerer Hitze 8–10 Min. pro Seite goldbraun und knusprig braten.

20 g Getrocknete
Morcheln (30
Min. in
warmem
Wasser
eingeweicht)

1 Stk. Schalotte, fein
gewürfelt

100 ml Weißwein
(trocken)

200 ml Kalbsfond

150 ml Schlagsahne
(35 %)

2 EL Butter

1 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer, Muskat nach
Geschmack

400 g Mehligkochende
Kartoffeln (für
den Rösti)

1 EL Butter + 1 EL
Öl (für den
Rösti)

Salz nach
Geschmack

2 EL Frische
Petersilie,
gehackt

2 Morcheln ausdrücken (Einweichwasser durch ein feines Tuch filtern und aufheben!), halbieren oder vierteln.

3 Kalbsstreifen portionsweise in sehr heißer Butter und Öl nur kurz anbraten (1–2 Min.) — sie müssen rosa bleiben. Herausnehmen und warm halten.

4 Schalotte im Bratfond glasig dünsten. Morcheln hinzugeben, kurz anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen, komplett einkochen lassen.

5 Kalbsfond angießen, auf die Hälfte reduzieren. Sahne zugeben, cremig einköcheln. Mit Morcheleinweichwasser (2–3 EL) intensivieren.

6 Kalbsstreifen in die Sauce geben, kurz erwärmen (nicht kochen!). Mit Salz, Pfeffer, Muskat abschmecken. Rösti auf Teller setzen, Geschnetzeltes darüber anrichten, mit Petersilie bestreuen.

Ganzer gratinierter Hummer „Thermidor“ mit Hummer-Linguine und Salatherzen

▮ **BESONDERS**

BESONDERES GERICHT · MITTAGSMENÜ

▮ Geschichte & Herkunft

Homard Thermidor ist ein Klassiker der französischen Haute Cuisine und gilt als eines der dekadentesten Gerichte der westlichen Kochkunst. Sein Name hat eine faszinierende Geschichte: Er bezieht sich auf den Monat Thermidor im Revolutionskalender (Juli/August) und auf das gleichnamige Theaterstück „Thermidor“ von Victorien Sardou, das am 24. Januar 1894 in Paris uraufgeführt wurde.

Der Legende nach soll das Gericht am Abend der Uraufführung im Restaurant Chez Marie in Paris zum ersten Mal serviert worden sein — als Hommage an das Stück. Der damalige Chefkoch kombinierte den Hummer mit einer reichhaltigen, cremigen Senfrahmsoße und überbackte ihn in der Schale mit Käse. Sofort wurde das Gericht ein Hit der Pariser Gesellschaft.

Bis heute ist Hummer Thermidor das Symbol für luxuriöse Festlichkeit. In Kreuzfahrt-Restaurants der ersten Klasse ist er ein fester Bestandteil der klassischen Speisekarte. Die Hummer-Linguine als Beilage ist eine moderne Erweiterung, die das volle Aroma des Hummerkorals und der Schalen nutzt.

Zutaten

▮ FÜR 2 PERSONEN

2 Stk. Hummer (je ca. 500 g, lebend oder frisch gegart)

160 g Linguine

Zubereitung

- 1 Hummer 8 Minuten in kochendem Salzwasser garen. Herausheben, halbieren. Fleisch aus Schalen lösen und in Stücke schneiden. Schalen aufheben.

1 Stk. Schalotte,
fein gewürfelt

100 ml Cognac

150 ml Fischfond

150 ml Schlagsahne

1 EL Dijon-Senf

30 g Gruyère, fein
gerieben

2 EL Butter

1 EL Estragon,
frisch
gehackt

1 Herz Romanasalat

2 EL Weißweinessig-
Dressing

Salz, Pfeffer, Cayenne nach
Geschmack

2 Linguine in reichlich Salzwasser al dente kochen (Herstellerangabe). Abtropfen, mit etwas Butter schwenken.

3 Schalotte in Butter glasig dünsten. Mit Cognac flambieren (Vorsicht!). Fischfond angießen, reduzieren.

4 Sahne zugeben, cremig einkochen. Senf, Estragon, Salz, Pfeffer und Cayenne einrühren. Sauce abschmecken.

5 Hummerfleisch in die Sauce geben, kurz erwärmen. Mischung in die Hummerhälften füllen, mit Gruyère bestreuen.

6 Unter dem Backofengrill (240 °C, Oberhitze) 3-4 Minuten gratinieren, bis der Käse goldbraun ist. Linguine und Salatherzen dazu anrichten, sofort servieren.

Im Ganzen gebratene Seezunge mit Dill-Krabben aus der Nordsee und Salzkartoffeln

📌 BESONDERS

BESONDERES GERICHT · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Die Seezunge (*Solea solea*) ist seit der Antike der edelste Plattfisch Europas. Schon die Römer nannten sie „solea Jovis“ — der Schuh Jupiters — und servierten sie bei Banketten der Senatoren. Im 19. Jahrhundert wurde sie in den Pariser Restaurants zur „reine des poissons“, der Königin der Fische.

Im Ganzen gebratene Seezunge ist die klassischste Zubereitungsart und wird besonders in der belgischen, norddeutschen und britischen Küche (*Sole meunière*) verehrt. Die Technik des Bratens in Butter — „Meunière-Stil“ — wurde vom Escoffier-Schüler Auguste Point zur Perfektion gebracht: Mehl, Butter, Zitrone — mehr braucht ein guter Fisch nicht.

Nordseekrabben (*Crangon crangon*) sind seit Jahrhunderten ein Kulturgut der deutschen Nordseeküste. Die kleinen, intensiv schmeckenden Garnelen werden traditionell auf Kuttern gefangen und noch an Bord gepuhlt — ein Handwerk, das heute noch auf Sylt und Helgoland praktiziert wird. In Kombination mit Dill entsteht eine klassisch-norddeutsche Aromapairing, die perfekt zur delikaten Seezunge passt.

Zutaten

📌 FÜR 2 PERSONEN

2 Stk. Seezungen (je ca. 350 g, küchenfertig)

80 g Nordseekrabben (gepuhlt, frisch oder TK)

Zubereitung

- 1** Kartoffeln mit Schale in Salzwasser garen (ca. 20 Min.), pellen und warm halten.
- 2** Seezungen auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen, in Mehl wenden und überschüssiges Mehl abschütteln.

400 g	Kleine Kartoffeln (festkochend)
3 EL	Mehl
60 g	Butter
2 EL	Olivöl
1 Bund	Frischer Dill
1 Stk.	Zitrone (Saft und Scheiben)
1 EL	Kapern (optional)
Salz, Pfeffer	nach Geschmack
1 EL	Petersilie, gehackt

- 3** In einer großen Pfanne Butter und Öl erhitzen. Seezungen einlegen und bei mittlerer Hitze 4–5 Minuten pro Seite goldbraun braten. Herausnehmen.
- 4** In derselben Pfanne die Butter leicht bräunen lassen (Noisette-Butter). Krabben kurz dazugeben, erwärmen. Zitronensaft angießen — aufpassen, es schäumt!
- 5** Dill hacken und mit Kapern unter die Krabbenbutter rühren. Abschmecken.
- 6** Seezungen auf vorgewärmten Tellern anrichten, Krabbenbutter darübergießen, Salzkartoffeln und Zitronenscheiben dazu. Mit Dillzweigen garnieren.

Ganzer Wolfsbarsch mit mediterranem Grillgemüse, Kapern, Zitrusfrüchten und Rosmarinkartoffeln

▮ **BESONDERS**

BESONDERES GERICHT · MITTAGSMENÜ

▮ Geschichte & Herkunft

Der Wolfsbarsch (*Dicentrarchus labrax*), auch Branzino oder Loup de mer genannt, ist der Edelbarsch des Mittelmeers. Seit der Antike gilt er als Delikatesse — die Griechen züchteten ihn bereits in Fischteichen, die Römer zahlten immense Summen für frische Exemplare aus dem Meer.

Im Ganzen gegrillter Wolfsbarsch ist das Inbegriffs-Gericht der griechischen, türkischen und italienischen Meeresküche. Das Garen des ganzen Fisches — mit Kopf und Gräten — intensiviert den Geschmack erheblich: Die Gräten geben Gelatine und Aroma ab, der Kopf schützt das Fleisch vor dem Austrocknen.

Kapern — die getrockneten Blütenknospen des Kapernstrauchs (*Capparis spinosa*) — sind seit der Antike ein mediterranes Würzmittel. Homer erwähnte sie in der Odyssee, die Ägypter konservierten sie in Salz. In Kombination mit Zitrus und Olivenöl sind sie das klassische Würzmittel für Fischgerichte des gesamten Mittelmeers.

Zutaten

▮ FÜR 2 PERSONEN

2 Stk. Wolfsbarsche
(je ca. 400 g,
küchenfertig,
am Stück)

1 Stk. Zucchini

1 Stk. Rote Paprika

Zubereitung

- 1** Kartoffeln halbieren, mit 2 EL Olivenöl, Rosmarin, Knoblauch, Salz und Pfeffer vermengen. Bei 200 °C ca. 30 Minuten im Ofen goldbraun rösten.

1 Stk. Gelbe Paprika

1 Stk. Rote Zwiebel

400 g Kleine
Kartoffeln

4 Zweige Frischer
Rosmarin

2 EL Kapern

1 Stk. Orange (Filets)

1 Stk. Zitrone (Saft
und
Scheiben)

5 EL Olivenöl
extra vergine

3 Zehen Knoblauch

Salz, Pfeffer nach
Geschmack

1 Bund Frische
Petersilie

2 Gemüse in grobe Streifen schneiden, mit Olivenöl einpinseln, salzen. Auf dem Grill oder in der Grillpfanne bei hoher Hitze grillen, bis schöne Streifen entstehen (je 3–4 Min. pro Seite).

3 Wolfsbärsche innen und außen mit Salz, Pfeffer und Olivenöl einreiben. Je eine Scheibe Zitrone, Petersilienstiel und Knoblauchzehe in den Bauchraum geben.

4 Fisch auf dem heißen Grill (oder Grillpfanne) bei starker Hitze 5–6 Minuten pro Seite garen, bis die Haut knusprig und der Fisch durchgegart ist.

5 Kapern in etwas Olivenöl kurz anschwitzen, Zitronensaft und Orangenfilets unterheben. Warm halten.

6 Gemüse und Kartoffeln auf Tellern anrichten. Fisch daneben legen, Kapern-Zitrus-Vinaigrette darüberträufeln, mit Petersilie bestreuen.

Wiener Schnitzel vom Kalb mit Kartoffel-Gurkensalat und Preiselbeeren

📌 BESONDERS

BESONDERES GERICHT · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Das Wiener Schnitzel ist das kulinarische Wahrzeichen Österreichs — und eines der bekanntesten Gerichte der Welt. Seine Ursprünge sind bis heute Gegenstand nationaler Diskussionen: Die eine Theorie verbindet es mit dem cotoletta alla milanese (Mailänder Schnitzel), das im 15. Jahrhundert am Hof der Mailänder Herzöge serviert wurde.

Der Legende nach soll Feldmarschall Radetzky die Idee 1857 aus Mailand nach Wien gebracht haben — daher heißt es manchmal auch „Radetzky-Schnitzel“. Die Wahrheit ist wahrscheinlich komplexer: Panierte Fleischstücke wurden in Wien schon viel früher zubereitet.

Das „echte“ Wiener Schnitzel muss aus Kalbfleisch bestehen und in Schmalz oder Butterschmalz schwimmend gebraten werden — das ist gesetzlich geschützt. Das Schnitzel muss dabei in der Panade „soufflieren“, d.h. die Panade löst sich leicht vom Fleisch und wirft Blasen — das Zeichen der perfekten Temperatur. Der Kartoffel-Gurkensalat und Preiselbeeren sind die klassischen Beilagen seit mehr als 100 Jahren.

Zutaten

📌 FÜR 2 PERSONEN

2 Stk. Kalbsschnitzel
(je ca. 160 g,
aus der
Oberschale)

60 g Mehl

2 Stk. Eier, verquirlt

Zubereitung

- 1 Kartoffeln kochen, pellen und in Scheiben schneiden. Gurke schälen und in dünne Scheiben hobeln. Zwiebel fein schneiden.

100 g Semmelbrösel
(frisch, nicht
zu fein)

200 ml Butterschmalz
oder
Pflanzenöl
(zum
Frittieren)

Salz nach
Geschmack

1 Stk. Zitrone (zum
Servieren)

400 g Festkochende
Kartoffeln

1 Stk. Salatgurke

1 Stk. Rote
Zwiebel, fein
geschnitten

3 EL Weißweinessig

3 EL Pflanzenöl

Salz, Pfeffer, 1 TL Zucker

4 EL Preiselbeeren
(aus dem
Glas)

nach
Geschmack

2 Dressing aus Essig, Öl, Salz, Pfeffer und Zucker anrühren. Mit Kartoffeln, Gurken und Zwiebeln vermengen. Mindestens 20 Minuten ziehen lassen.

3 Schnitzel zwischen Klarsichtfolie sehr dünn klopfen (ca. 4–5 mm). Salzen.

4 Drei tiefe Teller vorbereiten: Mehl | Ei | Semmelbrösel. Schnitzel nacheinander durch Mehl, Ei und Brösel ziehen. Die Panade locker andrücken — nicht fest!

5 Butterschmalz in einer tiefen Pfanne auf 170 °C erhitzen. Schnitzel einlegen und durch leichtes Schwenken der Pfanne mit heißem Fett übergießen — so souffliert die Panade.

6 Ca. 2–3 Minuten goldbraun frittieren, wenden, weitere 2 Minuten. Auf Küchenpapier abtropfen, sofort mit Zitronenscheibe, Kartoffel-Gurkensalat und Preiselbeeren servieren.