

STARTSEITE

SPEISEKARTEN

ZUM ABENDESSEN

TAG 11 · MITTAGESSEN *

← VORTAG

↓ PDF

NÄCHSTER →

Atlantik Restaurant · Tag 11

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

MENÜ

VORSPEISE

Schinken-Käse-Toast

SUPPE

Frühlings-Gemüsesuppe

HAUPTGERICHT

Geschmortes Gewürzhuhn mit Ofengemüse

Geschmorte Kalbsbäckchen mit Gremolata, Rosenkohl und hausgemachten Gnocchi

DESSERT

Frische Früchte oder Gemischtes Eis

VEGANES MENÜ

VORSPEISE

Papaya-Salat mit Limetten-Vinaigrette

SUPPE

Klare Wirsigcremesuppe

HAUPTGERICHT

Burrito mit Avocado, gebackener Kartoffel, Pilzen, Rotkraut und Cashewsauce
(V)

DESSERT

Erdbeer-Colada-Kuchen mit Knusperboden und Kokosnuss-Krokant

BESONDERE SPEISEN

VORSPEISE

Zürcher Geschnetzelttes in Morchelsauce mit Kartoffelrösti 18,90€

SUPPE

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

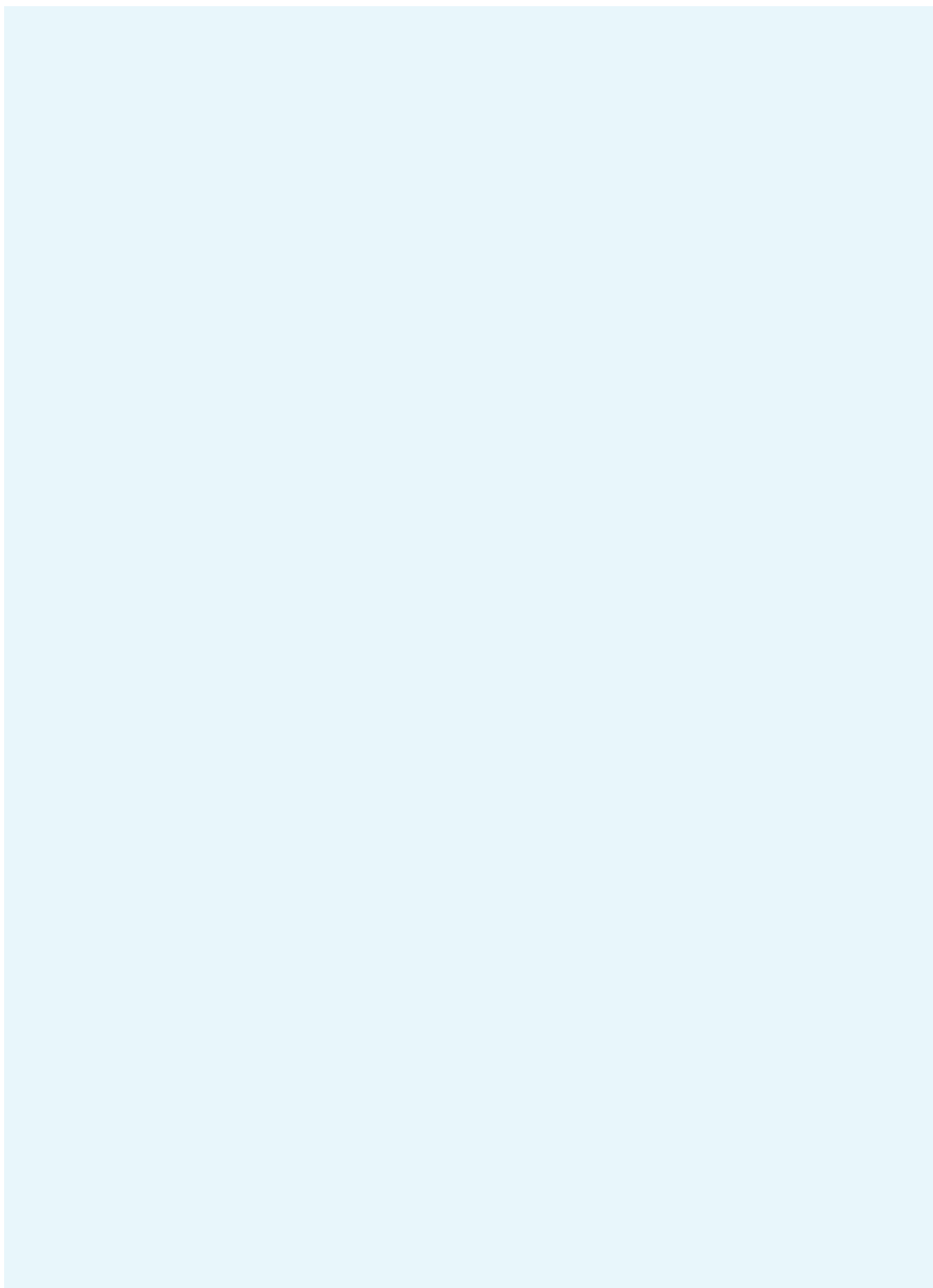
HAUPTGERICHT

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€



Schinken-Käse-Toast

VORSPEISE · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Croque Monsieur ist der klassische französische Schinken-Käse-Toast — ein geröstetes Sandwich aus Toastbrot, Béchamelsauce, Schinken und geriebenem Gruyère. In Pariser Brasseries seit den frühen 1900er Jahren serviert, ist er eines der beliebtesten Bistro-Gerichte Frankreichs.

Das 'Croque' im Namen kommt vom französischen 'croquer' (knuspern) — ein lautmalerisches Wort für den Knusperlaut beim Hineinbeißen. Mit einem Spiegelei obenauf wird es zur 'Croque Madame' — ein kulinarischer Insiderwitz.

Überbackener Toast mit Schinken und Käse ist international in allen Varianten verbreitet: Welsh Rarebit in Wales (mit Biersauce), Toast Hawaii in Deutschland (mit Ananas), Tramezzino in Italien. Jede Küche hat ihre Version dieses einfachen, befriedigenden Gerichts.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

4 Scheiben Toastbrot oder Kastenweißbrot

4 Scheiben Kochschinken

100 g Gruyère oder Emmentaler, gerieben

2 EL Dijon-Senf

2 EL Butter

Frischer Schnittlauch zur Garnitur

Zubereitung

- 1 Bratscheiben toasten oder in Butter in der Pfanne anrösten.
- 2 Jeweils eine Seite mit Senf bestreichen.
- 3 Schinken auflegen.
- 4 Käse aufstreuen. Unter dem Grill 3–4 Min. überbacken bis der Käse blubbert und goldbraun ist.
- 5 Mit Schnittlauch garnieren.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 11 MITTAGSMENÜ

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

Frühlings-Gemüsesuppe

SUPPE · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Frühlingssuppe (Potage Printanier in der klassischen französischen Küche) ist eine helle, klare oder leicht gebundene Brühe mit zarten Frühlingsgemüsen: junge Erbsen, grüne Bohnen, junger Spinat, Karotten, Schnittlauch. Die Reinheit der Aromen ist das Ziel.

Die Idee der 'Frühlingssuppe' feiert die erste Ernte nach dem Winter — in der Vergangenheit, als Konservierungstechniken fehlten, war das erste frische Gemüse des Jahres ein Ereignis. Im April und Mai erscheinen junge Gemüse, die zarter und süßer sind als die reifen Sommergemüse.

Minestrone (aus Norditalien) und Potage Printanier (Frankreich) sind die bekanntesten europäischen Frühlingssuppen. Beide teilen das Prinzip der kurzen Garzeit — Gemüse soll noch Biss haben und seine Farbe behalten.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

150 g	Junge Erbsen (TK)
100 g	Junge Karotten, in Scheiben
100 g	Grüne Bohnen, in Stücke
1 Stange	Frühlingszwiebel
700 ml	Gemüsebrühe
2 EL	Butter

Zubereitung

- 1 Brühe aufkochen.
- 2 Karotten 5 Min. im Sud kochen.
- 3 Bohnen zugeben, 3 Min. köcheln.
- 4 Erbsen und Frühlingszwiebeln zugeben, 2 Min. köcheln.
- 5 Mit Butter verfeinern. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kräuter aufstreuen.

Salz, Pfeffer nach
Geschmack

Frischer Dill und Schnittlauch zur
Garnitur

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 11 MITTAGSMENÜ

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

Geschmortes Gewürzhuhn mit Ofengemüse

HAUPTGERICHT · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Geschmortes Gewürzhuhn verbindet das europäische Schmorgericht mit orientalischen Gewürzen. 'Gewürzhuhn' (von 'Gewürz' = Spice) bedeutet mit Gewürzen gemariniertes und geschmortes Huhn — eine Technik, die den Gewürzen Zeit gibt, tief ins Fleisch einzudringen.

Ras el Hanout, Za'atar oder Baharat — nordafrikanische und levantinische Gewürzmischungen — machen aus einem einfachen Hühnchen ein aromatisches Festgericht. Die Kombination aus Kreuzkümmel, Koriander, Zimt, Ingwer und Chili ist wärmend und komplex.

Ofengemüse ist die einfachste und befriedigendste Art, Gemüse zuzubereiten: die direkte Hitze des Ofens karamellisiert die natürlichen Zucker und verwandelt einfaches Gemüse in ein aromatisches Beilagengericht.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

2 Stk. Hähnchenschenkel

2 EL Ras el Hanout
oder gemischte
Gewürze
(Kreuzkümmel,
Koriander,
Paprika, Zimt)

2 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer nach
Geschmack

200 ml Hühnerbrühe

Zubereitung

- 1 Hähnchen mit Ras el Hanout, Olivenöl und Salz einreiben. 1 Std. marinieren.
- 2 In ofenfester Form scharf anbraten. Brühe zugeben. Abgedeckt 35 Min. bei 180°C schmoren.
- 3 Ofengemüse: Gemüse grob würfeln. Mit Olivenöl und Salz mischen. Auf Blech bei 200°C 25 Min. rösten.
- 4 Hähnchen mit Gemüse anrichten.

300 g Gemischtes
Gemüse
(Zucchini,
Paprika,
Karotten,
Zwiebeln)

2 EL Olivenöl

Frische Petersilie zur
Garnitur

5

Mit Petersilie und etwas Schmorsud
garnieren.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 11 MITTAGSMENÜ

Geschmorte Kalbsbäckchen mit Gremolata, Rosenkohl und hausgemachten Gnocchi

▮ **BESONDERS**

HAUPTGERICHT · MITTAGSMENÜ

▮ Geschichte & Herkunft

Geschmorte Kalbsbäckchen (Guancia di vitello brasato) sind in der norditalienischen Küche (besonders Lombardei und Piemont) ein Klassiker der Herbst- und Winterküche. Das Wangenfleisch ist durch die ständige Kaubewegung muskelreich und kollagenreich — nach langem Schmoren butterzart.

Gremolata ist ein klassisches Würzmittel für Ossobuco: Zitronenschale, Knoblauch und Petersilie, fein gehackt. Gremolata wird erst am Ende über das Gericht gegeben — die ätherischen Öle sind flüchtig und würden bei der Hitze verloren gehen.

Hausgemachte Gnocchi aus Kartoffeln, Mehl und Ei sind ein Klassiker der norditalienischen Küche. Das Geheimnis liegt in möglichst mehligem Kartoffeln (damit man wenig Mehl braucht) und in der schnellen, leichten Behandlung des Teigs — Überkneten macht Gnocchi zäh.

Zutaten

▮ FÜR 2 PERSONEN

2 Stk. Kalbsbäckchen

Salz, Pfeffer, Thymian nach Geschmack

2 EL Olivenöl

1 Stk. Karotte +
Sellerie +
Zwiebel

200 ml

Zubereitung

- 1** Kalbsbäckchen würzen, scharf anbraten. Gemüse zugeben. Wein und Fond aufgießen. 2,5 Std. bei 160°C schmoren.
- 2** Gnocchi: Kartoffeln gar kochen, noch heiß durch Presse drücken. Mit Mehl, Ei und Salz schnell verkneten. Rollen, in Stücke schneiden.
- 3**

Weißwein + 300ml
Kalbsfond

200 g Rosenkohl

Zitronenabrieb, Knoblauch, Petersilie

300 g Mehlig Kartoffeln

80 g Mehl

1 Stk. Ei

Salz, Butter nach
Geschmack

In Salzwasser garen bis sie aufschwimmen. In
Butter schwenken.

4 Rosenkohl blanchieren, in Butter
anschwenken.
Gremolata

5 Gremolata: Zitronenabrieb, Knoblauch
und Petersilie hacken. Alles anrichten,
Gremolata aufstreuen.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 11 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

Papaya-Salat mit Limetten-Vinaigrette VEGAN

VORSPEISE · VEGANES MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Grüner Papaya-Salat (Som Tum) ist das Nationalgericht Thailands und Laos — geriebene unreife Papaya, gemörsert mit Limettensaft, Fischsauce (hier weggelassen), Chilies und Zucker. Es ist das vielleicht bekannteste Gericht Südostasiens nach Pad Thai.

Reife Papaya als Salat ist westlicher inspiriert und süßer — die tropische Frucht von *Carica papaya* hat ein mildes, süßliches Aroma und enthält Papain, ein proteolytisches Enzym das Fleisch weichmacht und die Verdauung fördert.

Limetten-Vinaigrette (Limettensaft, Olivenöl, Honig oder Agavensirup, Salz) ist eine einfache, aber aromatische Sauce für Frucht-Salate. Die Säure der Limette verhindert das Braunwerden der Papaya und aktiviert ihre natürliche Süße.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

1 Stk. Reife Papaya

2 Stk. Limetten
(Saft)

3 EL Olivenöl

1 TL Agavensirup

Salz, Chiliflocken nach
Geschmack

Frischer Koriander und Minze nach
Geschmack

2 EL Geröstete
Erdnüsse

Zubereitung

- 1** Papaya schälen, entkernen und in dünne Scheiben oder Streifen schneiden.
- 2** Limetten-Vinaigrette: Limettensaft, Olivenöl, Agavensirup, Salz und Chiliflocken verrühren.
- 3** Papaya mit Dressing anmachen.
- 4** Koriander und Minze grob hacken, unterheben.
- 5** Geröstete Erdnüsse aufstreuen. Sofort servieren.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 11 MITTAGSMENÜ

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

Klare Wirsingcremesuppe

🌱 VEGAN

SUPPE · VEGANES MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Wirsing (*Brassica oleracea* var. *sabauda*) ist das Wintergemüse schlechthin — mit seinen gekräuselten Blättern und dem milden, leicht nussigen Geschmack ist er weniger bitter als Weißkohl und weicher als Grünkohl. In Deutschland ist Wirsing ein Klassiker der Herbst- und Winterküche.

Als Cremesuppe verarbeitet entwickelt Wirsing eine überraschend elegante Süße, die durch langsames Dünsten entsteht. Die natürliche Stärke des Kohl bindet die Suppe leicht.

Muskatnuss ist das klassische Gewürz für Kohlsuppen in der deutschen Küche — es ergänzt die Schwefelverbindungen des Kohl mit einer warmen, leicht süßlichen Schärfe.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

1/2 Kopf Wirsing, in Streifen

2 Stk. Kartoffeln, gewürfelt

2 Stk. Schalotten

700 ml Gemüsebrühe

100 ml Hafersahne

2 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer, Muskatnuss

nach Geschmack

Zubereitung

- 1 Schalotten in Olivenöl glasig dünsten.
- 2 Wirsing und Kartoffeln zugeben, 2 Min. mitschwitzen.
- 3 Brühe aufgießen, 20 Min. köcheln.
- 4 Hafersahne einrühren. Fein pürieren.
- 5 Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Mit Schnittlauch garnieren.

Gehackter Schnittlauch zur
Garnitur

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 11 MITTAGSMENÜ

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

Burrito mit Avocado, gebackener Kartoffel, Pilzen, Rotkraut und Cashewsauce (V)

VEGAN

HAUPTGERICHT · VEGANES MITTAGSMENÜ

Geschichte & Herkunft

Burrito ('kleiner Esel' auf Spanisch — angeblich weil die zusammengerollte Tortilla an Ohrenschwingung eines Esels erinnert) ist ein Gericht der Tex-Mex-Küche. Während Burritos in Nordmexiko verbreitet sind, ist die XXL-Variante mit vielen Zutaten eine amerikanische Erfindung.

Cashewnuss-Sauce als vegane Alternative zu Sahne- oder Käsesauce ist ein modernes Küchentrick: eingeweichte Cashews ergeben nach dem Pürieren eine natürlich cremige, milde Sauce, die durch Würzen vielfältig eingesetzt werden kann.

Rotkraut (Blaukraut) als Burrito-Füllung ist ungewöhnlich, aber perfekt: es gibt Knusprigkeit, Farbe und die mild-säuerliche Note, die in Tex-Mex-Gerichten sonst von saurer Sahne kommt.

Zutaten

FÜR 2 PERSONEN

2 Stk. Große Weizentortillas

1 Stk. Avocado, zerdrückt

2 Stk. Kartoffeln, gewürfelt und gebacken

150 g Champignons, gebraten

Zubereitung

- 1 Cashewsauce: Cashews mit Wasser, Zitronensaft, Knoblauch und Salz fein pürieren bis cremig.
- 2 Kartoffeln würfeln, mit Olivenöl und Paprika bei 200°C 20 Min. backen.
- 3 Avocado zerdrücken, mit Limettensaft und Salz würzen.
- 4

100 g Rotkraut,
fein
geschnitten

Salz, Pfeffer, Limette nach
Geschmack

100 g Cashewnüsse
(eingeweicht
4 Std.)

100 ml Wasser

1 EL Zitronensaft

1 Zehe Knoblauch

Salz nach
Geschmack

Tortillas erwärmen. Alles in der Mitte auflegen. Eng einrollen.

5

Mit Cashewsauce und etwas Rotkraut servieren.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 11 MITTAGSMENÜ

Erdbeer-Colada-Kuchen mit Knusperboden und Kokosnuss-Krokant

DESSERT · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Piña Colada — der Cocktail aus Kokosrumcreme, Ananas und Rum — wurde 1954 in San Juan, Puerto Rico kreiert. Als Tortenfüllung verbindet der Pina-Colada-Geschmack die Süße der Kokosnuss mit der Frische der Ananas in einer köstlichen Creme.

Erdbeer-Colada-Kuchen ist eine Fusion dieser karibischen Aromen mit der europäischen Tortenkultur: ein Knusperboden aus Kokosraspeln und Keksen, eine Kokosmilch-Sahne-Füllung und frische Erdbeeren als Topping.

Kokosnuss-Krokant — in Kokossirup und Zucker karamellisierte Kokosraspeln — ist ein knuspriges Element, das den samtigen Kuchen in Textur und Aroma ergänzt.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

200 g	Kekse (Butterkekse)
60 g	Kokosraspeln
80 g	Geschmolzene Butter
300 ml	Kokosmilch
200 ml	Sahne
3 Blätter	Gelatine
3 EL	Zucker

Zubereitung

- 1 Boden: Kekse fein zerkleinern, mit Kokosraspeln und Butter mischen. In Springform drücken. 15 Min. kühlen.
- 2 Füllung: Kokosmilch und Sahne aufkochen. Gelatine (eingeweicht) einrühren. Zucker und Kokoslikör zugeben. Abkühlen lassen bis anfängt zu gelieren.
- 3 Auf Keksboden gießen. 4 Std. kühlen.
- 4 Krokant: Kokosraspeln mit Zucker in Pfanne goldbraun rösten.

1 TL Kokoslikör oder
Kokosnussaroma

200 g Erdbeeren

4 EL Kokosraspeln
+ 3 EL Zucker
(Krokant)

5

Kuchen mit Erdbeeren belegen. Krokant
aufstreuen.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 11 MITTAGSMENÜ

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

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)

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.

nach
Geschmack