

[🏠 STARTSEITE](#)[📌 SPEISEKARTEN](#)[🏠 ZUM ABENDESSEN](#)**TAG 13 · MITTAGESSEN ***[← VORTAG](#)[↓ PDF](#)[NÄCHSTER →](#)

Atlantik Restaurant · Tag 13

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

MENÜ

VORSPEISE

Kalbsleber-Mousse mit Apfelgelee

SUPPE

Hühnerkraftbrühe mit Hühnernocken und Gemüse

HAUPTGERICHT

Steirisches Krenfleisch mit Bouillonkartoffeln und Schnittlauch-Sauce

Lasagne aus Spinat, Ricotta und Fontina-Käse mit geschmolzenen Tomaten

DESSERT

Nougat-Krokant-Mousse mit Blaubeerkompott und weiß gebrannten
Haselnüssen oder Gemischtes Eis

VEGANES MENÜ

VORSPEISE

Gemüsesticks mit Kräuter- und Tomaten-Dip

SUPPE

Bärlauchsuppe

HAUPTGERICHT

Gegrilltes Gemüse mit Peperonata-Stew und Majoran-Gewürz-Reis

DESSERT

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€

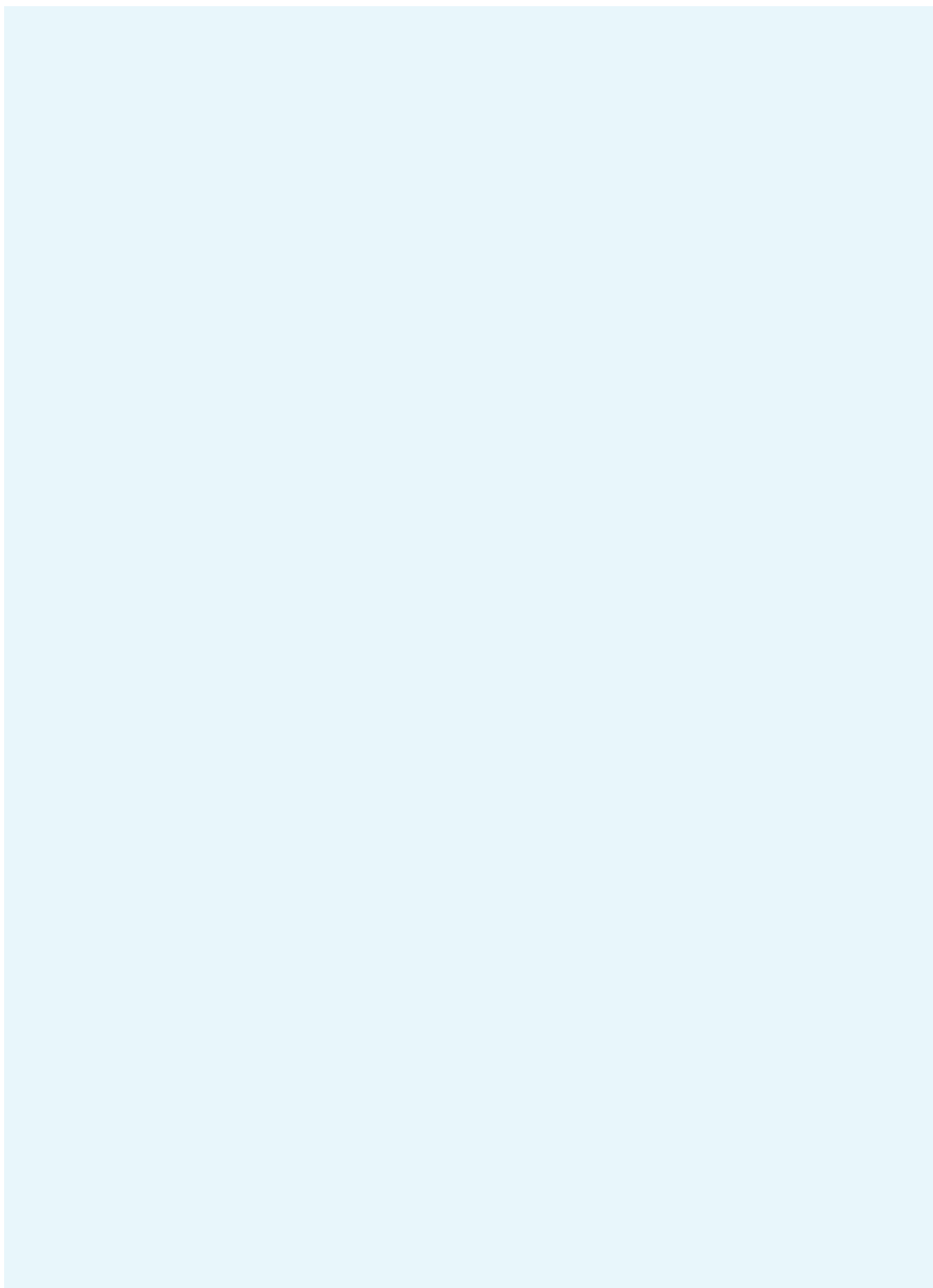
HAUPTGERICHT

Im Ganzen gebratene Seeszunge 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€



Kalbsleber-Mousse mit Apfelgelee

VORSPEISE · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Lebermousse ist eine verfeinerte Form der traditionellen Pastete — durch das Aufschlagen mit Butter und Sahne entsteht eine luftige, cremige Textur. Kalbsleber ist milder und zarter als Schweineleber und daher ideal für feine Mousse-Zubereitungen.

Apfelgelee als Begleitung zu Lebermousse ist eine klassische Kombination der deutschen und österreichischen Küche: die natürliche Süße und Säure des Apfels balanciert die erdige, mineralische Note der Leber und macht das Gericht zugänglicher.

Die Kunst der Mousse liegt in der Konsistenz — zu fest und sie verliert den eleganten Charakter, zu weich und sie fällt beim Anrichten zusammen. Die optimale Temperatur zum Servieren ist 8–10°C: nicht eiskalt, aber kühl genug um die Konsistenz zu halten.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

250 g Kalbsleber,
gereinigt

1 Stk. Schalotte

2 EL Butter

1 Schuss Cognac

100 g Weiche
Butter
(extra)

50 ml Sahne

Zubereitung

- 1 Leber und Schalotte in Butter 3–4 Min. braten. Mit Cognac ablöschen. Abkühlen.
- 2 Lebermasse fein pürieren. Weiche Butter und Sahne einarbeiten. Passieren. Würzen.
- 3 In Formen füllen. Mindestens 2 Std. kühlen.
- 4 Apfelgelee: Äpfel entsaften oder Saft verwenden. Mit eingeweichter Gelatine

Salz, Pfeffer nach
Geschmack

3 Stk. Säuerliche
Äpfel

100 ml Apfelsaft

3 Blatt Gelatine

vermengen (kurz erhitzen bis Gelatine löst). Etwas abkühlen.

5

Gelee über die Mousse gießen. Nochmals kühlen bis Gelee fest ist.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 13 MITTAGSMENÜ

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

Hühnerkraftbrühe mit Hühnernocken und Gemüse

SUPPE · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Hühnerkraftbrühe (Consommé de Volaille) ist die Mutter aller Suppen — durch langes Auskochen eines ganzen Huhns (3–4 Std.) und anschließendes Klären (mit Eiweiß-Hackfleisch-Gemüse) entsteht eine goldklare, tiefwürzige Brühe.

Nocken oder Klößchen (Quenil in der französischen Küche) sind kleine Klöße aus einer Farce (Fleisch, Ei, Sahne) die in der Brühe pochiert werden. Sie verbinden die Suppe mit einem substantiellen Fleischelement und geben ihr Textur.

Hühnersuppe als Heilmittel ist keine Legende: Studien der University of Nebraska (2000) zeigten, dass Hühnersuppe die Entzündungsreaktionen bei Erkältungen reduziert und neutrophile Granulozyten in ihrer Wanderungsgeschwindigkeit bremst.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

1 Stk. Suppenhuhn

2 Stk. Möhren + 1
Knollensellerie + 1
Lauchstange

Petersilienwurzel, Lorbeer nach
Geschmack

Salz nach Geschmack

200 g Hühnerbrust (für
Nocken)

1 Stk. Ei + 50ml Sahne

Zubereitung

- 1 Huhn mit Gemüse in 2,5 L kaltem Wasser aufsetzen. Langsam aufkochen. 3 Std. köcheln. Abschäumen.
- 2 Brühe abseihen. Würzen. Entfetten.
- 3 Nocken: Hühnerbrust sehr fein pürieren. Ei, Sahne und Semmelbrösel einrühren. Würzen.
- 4

50 g Semmelbrösel

Gemüseeinlage nach
Geschmack

Mit zwei Löffeln Nocken formen. In
simmernder Brühe 8 Min. pochieren.

5

Brühe mit Gemüsejulienne und
Nocken servieren.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 13 MITTAGSMENÜ

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

Steirisches Krenfleisch mit Bouillonkartoffeln und Schnittlauch-Sauce

HAUPTGERICHT · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Krenfleisch ist ein klassisches steirisches Gericht aus der Steiermark (Österreich) — 'Kren' ist das steirische Wort für Meerrettich. Gekochtes Schweinefleisch (Bauch, Schulter oder Stelze) wird mit frisch geriebenem Meerrettich serviert. Es ist ein Wintergericht und Festessen, besonders zu Hauswirtschaftsschlachtungen.

Bouillonkartoffeln (in der Fleischbrühe gegarte Kartoffeln statt in Wasser) nehmen das Aroma der Brühe auf und sind dadurch wesentlich würziger und geschmackreicher als normale Salzkartoffeln.

Schnittlauch-Sauce (aus Sauerrahm oder Joghurt mit frischem Schnittlauch, Essig und Senf) ist die typische Beilage zum Krenfleisch — ihre Säure harmoniert mit dem Schweinefleisch und ergänzt die Schärfe des Meerrettichs.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

600 g Schweinebauch
oder -schulter

1 Stk. Zwiebel + 2
Möhren +
Lauch

Lorbeer, Kümmel, Pfefferkörner nach
Geschmack

Salz nach
Geschmack

4 Stk. Festkochende
Kartoffeln

Zubereitung

- 1** Fleisch mit Gewürzgemüse in Salzwasser aufsetzen. 2 Std. köcheln bis zart.
- 2** Kartoffeln in der Fleischbrühe 20 Min. garen.
- 3** Schnittlauch-Sauce: Sauerrahm mit Schnittlauch, Senf und Essig verrühren. Würzen.
- 4** Fleisch in Tranchen schneiden. Mit frisch geriebenem Meerrettich bestreuen.

4 EL Frisch
geriebener
Meerrettich

200 g Sauerrahm

1 Bund Schnittlauch

1 TL Senf + 1 EL
Weißweinessig

5

Mit Bouillonkartoffeln und Schnittlauch-
Sauce anrichten.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 13 MITTAGSMENÜ

Lasagne aus Spinat, Ricotta und Fontina-Käse mit geschmolzenen Tomaten

HAUPTGERICHT · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Lasagne al forno ist ein norditalienisches Gericht aus der Emilia-Romagna. Die vegetarische Version (Lasagne Verde) mit Spinat und Ricotta ist in Norditalien ebenso klassisch wie die Bolognese-Variante — grüne Lasagneblätter (mit Spinat eingefärbt) sind das Wahrzeichen der Emilianischen Küche.

Fontina Valle d'Aosta ist einer der ältesten Käse Italiens, seit dem 13. Jahrhundert produziert. Sein halbfester Teig schmilzt beim Backen zu einer cremigen, delikaten Schicht und gibt der Lasagne eine butterige Tiefe.

Geschmolzene Tomaten (langsam im Ofen bei 120°C geschmort bis sie fast karamellisieren) sind ein Konzentrat des Tomatenaromás — süßer, intensiver und weniger sauer als frische Tomaten.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

12 Blatt Lasagneblätter
(vorgekocht
oder No-Boil)

400 g Frischer Spinat

300 g Ricotta

200 g Fontina-Käse,
gerieben

500 ml Béchamelsauce
(Mehl, Butter,
Milch)

Zubereitung

- 1 Tomaten auf Blech mit Öl und Thymian bei 120°C 60 Min. schmelzen lassen.
- 2 Spinat blanchieren, gut ausdrücken, hacken. Mit Ricotta mischen. Würzen.
- 3 Lasagne schichten: Béchamel → Nudel → Spinat-Ricotta → Fontina → Béchamel → Nudel...
- 4 Abschluss: Béchamel + Fontina. Bei 175°C 35 Min. backen.

4 Stk. Tomaten, in
Scheiben

Olivenöl, Thymian nach
Geschmack

Salz, Pfeffer, Muskat nach
Geschmack

5

Mit geschmolzenen Tomaten auf dem Tisch
servieren.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 13 MITTAGSMENÜ

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

Nougat-Krokant-Mousse mit Blaubeerkompott und weiß gebrannten Haselnüssen

DESSERT · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Nougat (von arabisch 'nāqūt' = süßer Samen?) ist eine Konfektur aus Zucker, Honig und Nüssen. Nougat de Montélimar (Frankreich), Torrone (Italien) und Türkischer Honig sind die bekanntesten Varianten. Als Grundlage für eine Mousse wird Nougat geschmolzen und in Sahne eingearbeitet.

Krokant (von französisch 'croquer' = knuspern) ist geröstetes Zucker-Nuss-Gemisch — Zucker karamellisiert und umhüllt die Nüsse. Das Ergebnis ist ein glitzerndes, knuspriges Element das im Mund schmilzt. In der Patisserie als Dekor und Texturkontrast unverzichtbar.

Blaubeer-Kompott als Begleitung zu Nougat: die Säure der Blaubeeren (Oxalsäure) bricht die Süßigkeit des Nougats auf. Blaubeeren enthalten Anthocyane — natürliche Farbpigmente die auch als Antioxidantien wirken.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

100 g	Nougat (Haselnuss- Nougat)
300 ml	Schlagsahne
3 Stk.	Eigelb
50 g	Zucker
200 g	Blaubeeren
2 EL	Zucker

Zubereitung

- 1 Nougat im Wasserbad schmelzen. Eigelb mit Zucker cremig schlagen. Nougat einrühren.
- 2 Sahne steif schlagen, unterheben. In Gläser füllen. Mindestens 3 Std. kühlen.
- 3 Blaubeerkompott: Blaubeeren mit Zucker und Zitronensaft 10 Min. köcheln.
- 4

1 EL Zitronensaft

50 g Haselnüsse

50 g Zucker (für
Krokant)

Weißer Krokant: Haselnüsse rösten. Zucker golden karamellisieren. Nüsse zugeben. Auf Backpapier. Abkühlen, grob hacken.

5

Mousse mit Kompott und Krokant anrichten.

← **ZURÜCK: ATLANTIK TAG 13 MITTAGSMENÜ**

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

Gemüsesticks mit Kräuter- und Tomaten-Dip

🌱 VEGAN

VORSPEISE · VEGANES MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Gemüse-Crudités mit Dip sind die älteste Vorspeise der mediterranen Welt — rohes Gemüse mit Öl und Gewürzen wurde bereits in der Antike als 'hors d'oeuvre' serviert. Die moderne Version mit Soßen zum Dippen wurde durch die Nouvelle Cuisine der 1970er populär.

Kräuter-Dip (Tzatziki-Stil oder Kräuterquark-Stil) basiert auf einem fermentierten Milchprodukt (Joghurt, Quark) mit frischen Kräutern. Vegan: Sojajoghurt, Cashew-Creme oder Tofu-Basis bieten eine ähnliche Cremigkeit.

Tomaten-Dip (Tomatensalsa oder mediterraner Sugo) ist reich an Lycopin, das durch das Pürieren und leichte Erwärmen besser bioverfügbar wird als in rohen Tomaten.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

2 Stk.	Möhren, in Stifte
2 Stk.	Selleriestangen, in Stifte
1 Stk.	Gurke, in Stifte
1 Stk.	Paprika, in Stifte
200 g	Sojajoghurt (Natur)

Zubereitung

- 1 Gemüse in gleichmäßige Stifte schneiden.
- 2 Kräuter-Dip: Sojajoghurt mit gehackten Kräutern und Knoblauch mischen. Würzen.
- 3 Tomaten-Dip: Tomaten und Zwiebel würfeln. Mit Olivenöl und Gewürzen mischen. 10 Min. ziehen lassen.
- 4 Gemüsestifte auf Platte anrichten.
- 5 Beide Dips in Schälchen dazustellen.

1 Bund	FrISChe Kräuter (Petersilie, Schnittlauch, Dill)
1 Zehe	Knoblauch
3 Stk.	Tomaten
1 Stk.	Rote Zwiebel
2 EL	Olivenöl
Salz, Pfeffer	nach Geschmack

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 13 MITTAGSMENÜ

Bärlauchsuppe 🌱 VEGAN

SUPPE · VEGANES MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Bärlauch (*Allium ursinum*) ist eine der beliebtesten Wildpflanzen der mitteleuropäischen Küche. Von März bis Mai bedeckt er die Waldboden und verbreitet seinen intensiven Knoblauchduft. Der Name kommt daher, dass Braunbären nach dem Winterschlaf Bärlauch fressen um sich zu stärken.

Bärlauch ist reicher an Vitamin C als Zitrone und enthält Allicin (wie Knoblauch) — ein natürliches Antibiotikum. In der Volksmedizin wurde er als 'Bärlauch-Kur' im Frühjahr eingesetzt um Blut zu reinigen.

Beim Bärlauchsammeln Vorsicht: Bärlauch kann mit Maiglöckchen verwechselt werden, die giftig sind. Das Unterscheidungsmerkmal ist der intensive Knoblauchgeruch beim Zerreiben der Blätter — Maiglöckchen riechen nicht nach Knoblauch.

Zutaten

🍽️ FÜR 2 PERSONEN

200 g	Frischer Bärlauch (oder TK)
2 Stk.	Kartoffeln, gewürfelt
1 Stk.	Schalotte
700 ml	Gemüsebrühe
100 ml	Hafer- oder Mandelsahne
2 EL	Olivöl

Zubereitung

- 1 Schalotte und Kartoffeln in Öl 3 Min. anschwitzen.
- 2 Brühe zugeben. 15 Min. köcheln bis Kartoffeln weich.
- 3 Bärlauch (einige Blätter für Garnitur beiseite) zugeben.
- 4 Sofort fein pürieren (Farbe bleibt lebhaft grün wenn schnell püriert).

Salz, Pfeffer nach
Geschmack

Bärlauchöl zur Garnitur

5

Sahne einrühren. Würzen. Mit Bärlauchöl und
Blättern garnieren.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 13 MITTAGSMENÜ

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

Gegrilltes Gemüse mit Peperonata-Stew und Majoran-Gewürz-Reis 🌱 VEGAN

HAUPTGERICHT · VEGANES MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Peperonata ist ein klassisches süditalienisches Paprikagemüse (peperone = Paprika) aus der sizilianischen und der neapolitanischen Küche. Rote und gelbe Paprika werden langsam in Olivenöl mit Tomaten, Zwiebeln und Kapern geschmort bis sie zu einem süß-sauren Ragù werden.

Gegrilltes Gemüse über der Holzkohle ist eine der ältesten Garmethoden der Menschheit — Zucchini, Paprika, Aubergine und Pilze bekommen durch das Grillen Röstaromen (Maillard-Reaktion) die ihre natürliche Süße verstärken.

Majoran (*Origanum majorana*) ist das Gewürzkraut der deutschen Hausmannsküche schlechthin — enger verwandt mit Oregano, aber milder und süßer. In der süddeutschen Küche ist Majoran das klassische Reisgewürz.

Zutaten

🌱 FÜR 2 PERSONEN

1 Stk.	Zucchini, in Scheiben
1 Stk.	Aubergine, in Scheiben
1 Stk.	Paprika, in Vierteln
2 EL	Olivenöl
3 Stk.	Rote und gelbe Paprika (für Peperonata)

Zubereitung

- 1 Peperonata: Zwiebeln in Öl goldbraun. Paprika zugeben, 10 Min. dünsten. Tomaten zugeben. 20 Min. köcheln. Mit Kapern, Zucker und Essig würzen.
- 2 Gemüse mit Öl einpinseln. In Grillpfanne je 3 Min. pro Seite grillen.
- 3 Majoran-Reis: Reis kochen. Majoran und Olivenöl unterrühren.
- 4 Reis anrichten.

2 Stk. Tomaten

1 Stk. Zwiebel

2 EL Olivenöl

Kapern, Zucker, Essig nach
Geschmack

160 g Basmati-Reis

1 EL getrockneter
Majoran

5

Gegrilltes Gemüse darauf. Peperonata
dazugeben.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 13 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)

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