

TIPPS

1. Unter dem Avocado-Joghurt-Dip ein wenig Krabbenfleisch heben, schmeckt wunderbar zum Krabbenburger.
2. Die Krabbenpattys sofort nach dem Braten als Burger anrichten, langes Warmhalten lässt die Krabbenpattys austrocknen!

KRABBENSOUFFLE

Mit Safran-Fenchel, Steckrübengemüse und Schokoladen-Weinbrandsauce

ZUTATEN:

FÜR DAS KRABBENSOUFFLE (4 PERSONEN)

- 400 g Kabeljaufilet
- 250 g Lachsfilet
- 100 g Krabbenfleisch
- 80 ml Sahne
- 2 Scheiben Toastbrot, ohne Rinde
- 250 g Weizenvollkornmehl
- 2 Eiweiß
- Salz und Wermut nach Geschmack

SAFRAN-FENCHEL

- 1 nicht zu großer Fenchel
- Hühnerfond
- Weißwein
- Salz, Safran

SCHOKOLADEN-WEINBRANDSAUCE

- Brauner Fond von Nordseekrabben
- Rote Chilischote
- Schalotte, fein gehackt
- Knoblauchzehe, fein gehackt
- Five-Spices Gewürz
(Fenchel, Nelke, Kardamon, Sternanis, Zimt)
- Salz, Zucker
- Edle Bitterschokolade
- Guter Weinbrand
- Krabbenfleisch

STECKRÜBENGEMÜSE

- 1 nicht zu große Steckrübe
- 1 Gemüsezwiebel, gewürfelt
- Sahne
- Salz, Pfeffer

Krabbensouffle: Kabeljaufilet und Lachsfilet fein wolfen oder sehr fein hacken und das Krabbenfleisch in kleine Stücke schneiden. Mit Sahne, Toastbrotwürfeln ohne Rinde, Salz und Wermut vermischen. Eiweiße steif schlagen und unterheben. In Förmchen oder Ringe füllen und im Wasserdampf bei 80° C je nach Größe 15-20 min garen. Vorher mit einem Holzspieß eine Probe machen.

Safran-Fenchel: Fenchel der Länge nach in dünne Scheiben schneiden, in Olivenöl anbraten, mit Hühnerfond und Weißwein ablöschen, etwas Salz und Safran zugeben und garkochen lassen.

Schokoladen-Weinbrandsauce: Schalotten und Knoblauch kurz farblos in etwas Butter anschwitzen. Mit den Gewürzen bestäuben und kurz mitschwitzen. Mit Krabbenfond auffüllen, etwas fein gehackte Chilischote dazugeben und reduzieren. Die Sauce nun vom Feuer nehmen und mit der Schokolade binden. Schalotte, Zwiebel und Knoblauch dürfen gerne in der Sauce verbleiben. Mit Salz, Zucker, Weinbrand abschmecken; nach Zugabe der Schokolade darf die Sauce nicht mehr kochen. Nun etwas Krabbenfleisch zugeben.

Steckrübengemüse: Steckrübe in Würfel schneiden, farblos mit Zwiebelwürfeln anschwitzen, mit Sahne ablöschen und reduzieren, dann garziehen lassen. Mit Salz und etwas Pfeffer abschmecken.



HUSUMER KRABBENTAGE

UNSERE
BESTEN
REZEPTE

Veranstalter:

Messe Husum & Congress
Am Messeplatz 12 - 18 · 25813 Husum
04841 902-0 · hafenevent@messehusum.de



GEMÜSELASAGNE „LOW CARB“

mit Nordseekrabben-Curryomelette

ZUTATEN:

Für 4 Personen

- 2 große Zucchini, der Länge nach in 1 cm dünnen Scheiben
- Gutes Olivenöl
- 1 Steckrübe, in kleinen Würfeln
- Filets von 4 Tomaten, in kleinen Würfeln
- 1 Zwiebeln, in feinen Würfeln
- 4 cm Ingwer, gerieben
- ½ Zehe Knoblauch, fein gehackt
- 2 EL Tomatenmark
- 400 ml ungesüßte Kokosmilch
- Salz, Cayennepfeffer
- 12 frische Bio-Landeier
- 3 EL geschnittener Koriander
- Salz, Pfeffer, Madras-Curry
- 1 EL Butter
- 250 g frisches Nordseekrabbenfleisch

ZUBEREITUNG:

Zucchini-scheiben in einer großen, heißen Pfanne mit dem Olivenöl von beiden Seiten scharf anbraten. Herausnehmen und auf Küchenkrepp legen. Mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen.

In einem Topf die feinen Zwiebelwürfel mit dem Ingwer und Knoblauch glasig dünsten. Steckrübenwürfel dazu geben und mit anschwitzen. Tomatenmark beimengen und mit der Kokosmilch ablöschen. Mit Salz und etwas Cayenne abschmecken und auf dickere Saucenkonsistenz einkochen. Tomatenwürfel dazu geben.

Die Eier mit den Gewürzen und dem Koriander verquirlen, in eine nicht zu heiße beschichtete Pfanne geben und zu Zweidrittel stocken lassen. Die Krabben linienförmig auf das Ei geben und zu einem Omelette zusammenrollen.

Zucchini abwechselnd mit dem Steckrübenragout zu einer Lasagne aufschichten, Nordseekrabbenomelette aufschneiden und dekorativ anrichten.

Viel Spaß beim Nachkochen wünscht Ihnen:

Erik Brack

Ihr Gastgeber und Küchenmeister im Hallig Krog
25821 Reußenköge
www.hallig-krog.de

HUSUMER KRABBENBURGER

Mit Avocado-Joghurt-Dip

ZUTATEN:

FÜR DAS BURGER-TOMATEN-BRÖTCHEN (8 PORTIONEN)

- 25 g frische Hefe
- 3 EL Zucker
- 50 g Butter
- 250 ml Milch
- Salz
- 250 g Weizenvollkornmehl
- 450 g Weizenmehl (405)
- 100 g Tomatenmark
- 1 Ei (Größe M)

FÜR DAS KRABBENPATTY (CA. 13 PATTYS)

- 250 g Kabeljaufilet
- 250 g Rauchmatjesfilet
- 100 g Tiefseekrabbenfleisch
- 100 g Nordseekrabbenfleisch
- 50 g getrocknete eingelegte Tomaten
- 2 kleine Schalotten
- 1 Eigelb, 1 Eiweiß (aufgeschlagen)
- 10 g Pankomehl (japanische Semmelbrösel)

FÜR DEN AVOCADO-JOGHURT-DIP

- 1 Avocado
- 1 Limette, Saft und Abrieb
- 1 Bd. Schnittlauch, fein geschnitten
- 4 EL Naturjoghurt
- 1 Msp. Kardamom, gemahlen
- 50 g Cashewkerne, ohne Fett geröstet, grob gehackt
- ⅛ grüne Chilischote ohne Kerne, gewürfelt
- Salz, Pfeffer, Zucker

ZUBEREITUNG:

Brötchen: Hefe mit einem EL Zucker glattrühren. Butter und Milch erwärmen. 125 ml Wasser zu geben. 1 TL Salz, Mehl, Tomatenmark und Ei mit der Milchemischung und der Hefe verkneten. Zugedeckt ca. 45 Min. gehen lassen. Teig gut durchkneten und daraus ca. 8 runde Brötchen formen. Auf zwei mit Backpapier ausgelegte Bleche geben. Zugedeckt weitere 20 Min. gehen lassen. Blecheweise nacheinander im heißen Ofen (Umluft 175° C ca. 15 Min.) backen und dann auskühlen lassen.

Pattys: Das Kabeljaufilet und die Rauchmatjesfilets kurz auf Küchenpapier trockenreiben und durch die grobe Scheibe des Fleischwolfes lassen. Jetzt die Tiefsee- und die Nordseekrabben mit dem Messer grob hacken, so dass es noch als Krabbenfleisch zu erkennen ist. Die eingelegten Tomaten ohne Öl ebenfalls grob hacken, dann die Schalotten in feine Würfel schneiden, glasig dünsten und alles unter die gewolfte Fischmasse heben. Das Pankomehl unterheben und zum Schluss das steif geschlagene Eiweiß mit einem Kochlöffel vorsichtig unter die Fischfarce heben. Nun mit den Händen kleine Pattys von ca. 60 g formen und kurz in heißem Öl von jeder Seite 1 Min. anbraten.

Dip: Die Avocado halbieren, das Fleisch aus der Schale heben und mit dem Saft und Abrieb der Limette, dem Schnittlauch, Naturjoghurt, Kardamom, den gerösteten Cashewkernen, Chili, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker zu einer Creme rühren (Stabmixer) und abschmecken.