



FRISCHER

SOMMERREZEPTE

Ein Sommer
voller Genuss

Seafood-Gerichte aus
Frankreich, Südamerika
& den USA

Ceviche oder BBQ

So heiß wie die Jahreszeit: Rezepte aus
der südamerikanischen Küche

Fine Dining

Tafeln mit Stil: Jakobsmuscheln,
Hummer und Austern

04

Südamerika



22

Frankreich



18

Südstaaten, USA



Dreimal Genuss pur

Food Styling — Raik Holst, Prop Styling — Meike Graf,
Fotos — Andrea Thode

Inhalt

03 Editorial	18 Genusswelt Südstaaten
04 Genusswelt Südamerika	20 Seafood Boil
06 Calamaretti im gelben Curry	22 Genusswelt Frankreich
08 Thunfisch-Ceviche	24 Hummer in Dillbutter
10 Kabeljau-Ceviche	26 Austerntatar
12 Pulpo mit Süßkartoffeln	28 Jakobsmuschel mit Vanille
14 Lachs-Ceviche	30 Meeresfrüchtesalat
16 Wolfsbarsch BBQ	32 Königskrabbe Calvados
	34 Küchentipps / Impressum

Liebe Kundinnen, liebe Kunden!

»Schön, dass ihr da seid« lautet das Motto unserer aktuellen FRISCHER Ausgabe, die Freunde und Familie zum gemeinsamen Schlemmen unter freiem Himmel einlädt. Wir haben Hummer, Auster, Pulpo, Fisch, Kaviar und viele weitere Seafood-Delikatessen in sommerleichte Gerichte verwandelt, für jeden Gaumen und Anlass ein Genuss. Wie wäre es mit einer herzhaften Seafood Boil mit knackigen Krustentieren, Kartoffeln und Mais? Serviert wird sie neben würziger Cajun-Butter – ganz im Südstaaten-Style – rustikal auf der Zeitung, gegessen wird mit den Fingern, ab Seite 18. Feine Saucen und leichte Salate begleiten unsere französische Genusswelt, deren Hauptdarsteller Hummer, Auster, Königskrabbe und Jakobsmuschel sich, très chic, in Schale werfen, ab Seite 22. Ausgelassen, bunt und feurig geht's an unserer südamerikanischen Tafel zu, ab Seite 4. Freuen Sie sich auf Ceviche mit Thunfisch, Lachs und Kabeljau – ein wenig spicy zwar, aber herrlich erfrischend und fruchtig! Für Ihr Barbecue haben wir Wolfsbarsch mariniert, in Bananenblätter verpackt und zusammen mit saftig-süßer Ananas auf dem heißen Rost gegart. Lecker! Dazu noch Calamaretti und Pulpo, Süßkartoffeln, Bananenchips und ... zisch, eine exotische Caipirinha! Wir wünschen Ihnen eine genussreiche Sommerzeit und viel Freude beim Kochen und gemeinsamen Genießen!

Caroline Doose-Bruns, Chefredakteurin
caroline.doose-bruns@deutscheesee.de



Alle Rezepte und die passenden Produkte bei uns im Online-Shop
deutscheesee.de/frischer-sommer



Hola Sol

Sommerleicht, mit vielen frischen Zutaten und einem Hauch von Schärfe – so lieben wir Seafood an sonnigen Tagen. Inspiriert von der südamerikanischen Küche, haben wir Fisch und Meeresfrüchte im BBQ-Style mariniert und über dem Feuer gegrillt, in reichlich Limettensaft zu Ceviche verarbeitet oder in Kokosmilch und gelbem Curry gegart. Chili, Minze, Koriander und fruchtige Begleiter wie Ananas, Avocado und Granatapfel sorgen für den richtigen Kick.



Calamaretti im Gelben Curry

Zubereitungszeit: 25 Minuten Garzeit: 11 Minuten Portionen: 4

Im Online-Shop erhältlich

500g Calamaretti,
tiefgekühlt (83629)

Fügen Sie noch hinzu

3 Knoblauchzehen
2 Zwiebeln
30g Ingwer
1 Bund Koriander
2 Stangen Frühlingslauch
3 Tomaten
1 Unbehandelte Limette
200g Zuckerschoten
2 EL Pflanzenöl
50g Butter
2 EL Gelbe Currypaste
1 EL Kurkuma
300ml Gemüsebrühe
500ml Kokosmilch
Salz

Calamaretti vorbereiten

- 1 Kopf mitsamt den Innereien aus der Tube herausziehen.
- 2 Den plastikartigen Chitinstab aus der Tube ziehen und entsorgen.
- 3 Die Arme über den Augen abschneiden und den Kopf ebenfalls entsorgen.
- 4 Die dünne Haut mit dem Fingernagel leicht einritzen und abziehen.
- 5 Arme und Tuben mit kaltem Wasser säubern, Tuben von innen gut ausspülen.
- 6 Beides auf einen Küchentuch legen und trocken tupfen.
- 7 Unsere Anleitung gibt's auch per Video: deutscheesee.de/calamares-vorbereiten

Superfood

Das Fleisch der Kalmare ist reich an ungesättigten Fettsäuren, hat einen hohen Proteingehalt und bemerkenswert wenig Fett und Kalorien.

- 1 Calamaretti auftauen lassen und putzen (siehe Anleitung oben). Nach dem Putzen die Calamaretti-Tuben mit einem sehr scharfen Messer mehrfach schräg einschneiden. Knoblauch und Zwiebeln schälen. Knoblauch in Scheiben und Zwiebeln in Spalten schneiden. Ingwer schälen und fein würfeln. Koriander und Frühlingslauch waschen. Koriander grob zupfen. Den Frühlingslauch vom Wurzelansatz befreien und in dünne Ringe schneiden. Tomaten waschen, vom Strunk befreien und achteln. Limette waschen und in dünne Scheiben schneiden. Zuckerschoten waschen.
- 2 In einem Topf oder in einer tiefen Pfanne das Öl erhitzen und die Calamaretti darin kurz, aber kräftig anbraten. Dabei mit Salz würzen. Anschließend herausnehmen und beiseite legen.
- 3 Die Butter in den Topf geben und die Hitze reduzieren. Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer, Currypaste und Kurkuma unterrühren und kurz anbraten. Nun die Tomaten zugeben, kurz mitbraten. Danach alles mit der Brühe und der Kokosmilch ablöschen und ca. 8 Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen.
- 4 Zum Schluss die Calamaretti, Zuckerschoten und Limettenscheiben zugeben und ca. 3 Minuten weiter köcheln lassen. Alles mit Salz abschmecken und anrichten. Den Koriander und den Frühlingslauch darüber streuen. Dazu passt Reis.



Alle Rezepte und die passenden Produkte bei uns im Online-Shop
deutscheesee.de/frischer-sommer

Thunfisch-Garnelen-Ceviche mit Orange und Granatapfel

Zubereitungszeit: 25 Minuten Garzeit: 3 Minuten Marinierzeit: ca. 60 Minuten Portionen: 4

Im Online-Shop erhältlich

400g Thunfischfilet, Sashimi-Qualität, tiefgekühlt (85044)
12 Garnelen, tiefgekühlt, z.B. Argentinische Rotgarnelen (83268)
2 EL Olivenöl, z.B. Jordan Olivenöl nativ extra (28611)

Fügen Sie noch hinzu

Ca. 4 Limetten (Menge abhängig von Reife und Größe)
2 EL Ketchup
1 TL Tabasco
1 TL Worcester
2 Orangen
1 Granatapfel
1 Bund Koriander
4 Zweige Zitronenmelisse oder Minze
Salz zum Abschmecken

- 1 Thunfischfilet auftauen lassen. Danach in grobe Würfel schneiden. Garnelen ebenfalls auftauen lassen und anschließend vom Panzer befreien.
- 2 Garnelen im kochenden Salzwasser ca. 2-3 Minuten garen. Danach herausnehmen und auskühlen lassen.
- 3 Den Saft von 3 Limetten auspressen. Thunfisch und Garnelen in eine Schüssel geben, mit dem Limettensaft übergießen und ca. 60 Minuten abgedeckt im Kühlschrank marinieren lassen.
- 4 In der Zwischenzeit den Saft der letzten Limette auspressen und mit Ketchup, Olivenöl, Tabasco und Worcester verrühren.
- 5 Die Schale der Orangen mit einem scharfen Messer entfernen. Anschließend die Orangen halbieren und in Scheiben schneiden. Die Kerne aus dem Granatapfel lösen. Kräuter waschen und zupfen.
- 6 Nun die Flüssigkeit vom Thunfisch und von den Garnelen abgießen und das vorbereitete Dressing zugeben. Alles vorsichtig vermengen und mit Salz abschmecken.
- 7 Danach die Granatapfelkerne und Orangenscheiben zugeben und ebenfalls vorsichtig vermengen. Alles anrichten und mit den Kräutern bestreuen.

Mit Sicherheit frisch

Qualität ist beim rohen Fischgenuss oberstes Gebot. Darum schreibt das Gesetz vor, den Fisch direkt nach dem Fang für 24 Stunden bei einer Temperatur von mindestens -20°C einzufrieren. Die für unsere Ceviche-Rezepte aufgetauten Fische (siehe auch Folgeseiten) sollten nach der Zubereitung innerhalb von 24 Stunden verzehrt werden.



Alle Rezepte und die passenden Produkte bei uns im Online-Shop
deutschesee.de/frischer-sommer





Kabeljau-Ceviche mit Avocado und Bananenchips

Zubereitungszeit: 25 Minuten Marinierzeit: ca. 60 Minuten Portionen: 4

Im Online-Shop erhältlich

400g Kabeljaufilet,
tiefgekühlt (86836)

Fügen Sie noch hinzu

Ca. 3 Limetten (Menge abhängig von Reife und Größe)
1 Kochbanane vom Asiamarkt
1 Rote Peperoni
1 Bund Koriander
1 Stange Frühlingslauch
1 Knoblauchzehe
2 Avocados
Etwas Pflanzenöl zum Frittieren
Salz zum Abschmecken
Worcester zum Abschmecken

- 1 Kabeljaufilet auftauen lassen und mit einem scharfen Messer von der Hautseite lösen. Danach das Filet in grobe Würfel schneiden und in eine Schüssel geben.
- 2 Saft der Limetten auspressen und zu den Fischwürfeln geben. Alles vermengen und abgedeckt im Kühlschrank ca. 60 Minuten marinieren lassen.
- 3 In der Zwischenzeit die Kochbanane von der Schale befreien und mit einem Hobel der Länge nach in dünne Scheiben schneiden. Alternativ mit einem Sparschäler dünne Streifen von der Banane abschälen. Die Bananenscheiben in kleinen Mengen im heißen Fettbad bei 170°C gold-gelb ausbacken. Danach herausnehmen, auf ein Küchenpapier legen und mit Salz würzen.
- 4 Peperoni waschen und in Ringe schneiden. Kräuter waschen und grob zupfen. Frühlingslauch waschen, vom Wurzelansatz befreien und in dünne Ringe schneiden. Knoblauch schälen und fein reiben.
- 5 Knoblauch, Peperoni, Frühlingslauch und Kräuter zu dem marinierten Fisch geben. Alles vorsichtig vermengen und dabei mit Salz und Worcester würzen.
- 6 Avocado halbieren und vom Kern und der Schale befreien. Danach die Avocadohälften der Länge nach halbieren, in Scheiben schneiden und zusammen mit der Ceviche anrichten. Die Avocado mit Salz würzen und die Bananenchips darüber verteilen.



Alle Rezepte und die
passenden Produkte bei
uns im Online-Shop
deutscheesee.de/frischer-sommer

Pulpo mit Süßkartoffeln

Zubereitungszeit: 35 Minuten Garzeit: 20 Minuten Portionen: 4

Im Online-Shop erhältlich

6 Pulpoarme (ca. 600g), tiefgekühlt, vorgekocht (83300)
6 EL Olivenöl, z.B. Jordan Olivenöl nativ extra (28611)

Fügen Sie noch hinzu

800g Süßkartoffeln
2 Grüne kleine Chili
3 Rote Zwiebeln
2 Stangen Staudensellerie
3 Unbehandelte Limetten
3 EL Zucker
5 Zweige Minze
Salz und Pfeffer zum Abschmecken
Worcester zum Abschmecken

1 Pulpoarme auftauen lassen. Danach in kleine Stücke schneiden und in eine Schüssel geben.

Tipp: Nach dem Auftauen die Arme in kochendes Salzwasser geben, einmal aufkochen lassen und sofort herausnehmen – so sind sie für die weitere Zubereitung perfekt temperiert. Nun etwas abkühlen lassen und anschließend in kleine Stücke schneiden und in eine Schüssel geben.

2 Süßkartoffeln im Salzwasser ca. 20 Minuten weichkochen. Danach herausnehmen, noch warm pellen und grob zerstampfen. Kartoffeln mit 3 EL Olivenöl beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und vorsichtig vermengen, danach warm stellen (sollte beim Anrichten später noch lauwarm sein).

3 Chili in feine Ringe schneiden. Zwiebeln schälen und die äußeren zwei Schichten entfernen. Zwiebeln danach in sehr feine Ringe schneiden. Sellerie waschen, die Blätter abzupfen und beiseite legen. Selleriestangen in dünne Scheiben schneiden. Eine Limette waschen und in dünne Scheiben schneiden.

4 Saft der restlichen Limetten auspressen und zusammen mit Zucker, Zwiebeln, Staudensellerie, Limettenscheiben, Chili und restlichem Olivenöl zu dem Pulpo geben und alles vorsichtig vermengen. Dabei kräftig mit Salz und Worcester abschmecken.

5 Minze waschen, zupfen und zusammen mit den zuvor beiseite gestellten Sellerieblättern über den Pulpo streuen.

6 Süßkartoffeln anrichten und den marinierten Pulposalat darüber verteilen.



Alle Rezepte und die passenden Produkte bei uns im Online-Shop
deutscheesee.de/frischer-sommer

Vorgekochte Pulpoarme

In unserer Manufaktur bereits küchenfertig vorbereitet, haben Sie die Pulpoarme in wenigen Minuten zubereitet und serviert.





Lachs-Ceviche mit Granny Smith und Kokosmilch

Zubereitungszeit: 25 Minuten Marinierzeit: ca. 60 Minuten Portionen: 4

Im Online-Shop erhältlich

600g Lachsfilet, Sashimi
Qualität, tiefgekühlt (83460)

Fügen Sie noch hinzu

Ca. 3 Limetten (Menge abhängig von Reife und Größe)
2 Rote Zwiebeln
100ml Kokosmilch
1 EL Agavensirup
1 Rote Chili
3 Zweige Dill
2 Granny Smith
Salz zum Würzen

- 1 Lachsfilet auftauen lassen. Danach in ca. 0,5cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebeln schälen. Danach die äußeren zwei Schichten entfernen und die Zwiebel in feine Ringe schneiden.
- 2 Saft der Limetten auspressen und mit der Kokosmilch und dem Agavensirup vermengen. Chili in feine Ringe schneiden und zugeben.
- 3 Fisch und Zwiebeln auf ein tiefes Blech legen und mit dem Limetten-Kokosmilchsaft übergießen. Alles ca. 60 Minuten abgedeckt im Kühlschrank marinieren lassen.
- 4 In der Zwischenzeit den Dill fein zupfen. Die Äpfel waschen und in dünne Scheiben schneiden.
- 5 Apfelscheiben zusammen mit dem Fisch und den Zwiebeln anrichten und mit Salz würzen. Alles mit Dill bestreuen und mit etwas von der Kokosmilch-Limettenmarinade übergießen.

Tipp: Zum Lachs-Ceviche passt gerösteter Mais!

Limetten Knowhow

Neben Fisch spielt auch die Qualität der Limetten eine entscheidende Rolle für den Geschmack. Sind die Früchte dunkelgrün, also unreif, geben sie wenig Saft und schmecken bissig-sauer. Komplet gelb sind sie überreif, ihre Schale ist dann gerne mal bitter. Um diesen Effekt abzumildern, kann man die halbierten Früchte kurz in kaltes Wasser legen, dann landen beim Auspressen weniger Bitterstoffe im Saft. Die beste Variante ist natürlich, nach auf den Punkt gereiften, hellgrünen Limetten Ausschau zu halten. Falls die Marinade trotz gewissenhaften Limetten-Castings zu sauer gerät, kann man etwas Orangen- oder Grapefruitsaft zufügen.

Leche de Tigre

Die sogenannte Tigermilch aus Peru ist so etwas wie die Seele der Ceviche. Die milchige Flüssigkeit entsteht beim Marinieren aus dem Limettensaft, den Gewürzen und dem Fischsaft, sie sollte auf jeden Fall mitgenossen werden. Häufig wird die Leche de Tigre auch als kleiner Shot – gerne angereichert mit einem Schuss Pisco, einem einheimischen Schnaps aus Traubenmost – vorweg als Aperitif serviert.



Alle Rezepte und die passenden Produkte bei uns im Online-Shop
deutscheesee.de/frischer-sommer

Wolfsbarsch BBQ mit gegrillter Ananas

Zubereitungszeit: 25 Minuten Garzeit: 25 Minuten Portionen: 4

Im Online-Shop erhältlich

4 Wolfsbarsche je 300g
(86485)

Fügen Sie noch hinzu

1 Rote Zwiebel
3 Knoblauchzehen
30g Butter
3 EL Akaziensirup oder Honig
3 EL Sojasauce
1 TL Senf
2 EL Ketchup
200ml Dunkles Bier
1 TL Worcester
4 Spritzer Tabasco
3 Unbehandelte Limetten
3 Baby Ananas
4 Zweige Petersilie
4 Zweige Minze
4 Bananenblätter/
ca. 30cm x 25cm
1 Bund Koriander
1 Rote Chili
Salz zum Abschmecken

Grillen vs. Barbecue

Beide Garmethoden sind kulinarisch ein Highlight. In der Zubereitungsart allerdings unterscheiden sie sich. Beim Grillen brutzelt das Grillgut bei sehr hoher Hitze (200°-300°C) und unter häufigem Wenden direkt über der Glut. Die Garzeit ist relativ kurz, das eignet sich vor allem für kleinere Portionen. Ganz anders beim Barbecue: Hier gart das Grillgut – in unserem Fall der ganze Fisch – nicht über der Kohle, sondern langsam und schonend im Rauch bei indirekter Hitze (90-180°C). Wird mit Deckel gegrillt, braucht der Fisch nicht gewendet zu werden.

Ganze Fische grillen

Wie Sie kleinere Fische wie Dorade, Wolfsbarsch und Forelle auf dem Grill perfekt zubereiten können, zeigen wir Ihnen auf unserer Website:
deutscheesee.de/ganze-fische-grillen

- 1 Zwiebel schälen, halbieren und in Spalten schneiden. Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden.
- 2 Für die BBQ-Marinade Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebspalten und Knoblauchscheiben darin anbraten. Akaziensirup, Sojasauce, Senf, Ketchup und Bier zugeben und alles bei niedriger Hitze sirupartig einkochen lassen. Danach mit Worcester, Tabasco, Saft einer Limette und Salz abschmecken und auskühlen lassen.
- 3 Fische kalt abspülen und gut trocken tupfen. Danach von jeder Seite mehrfach schräg einschneiden und kräftig mit der BBQ-Marinade bepinseln. Im Kühlschrank ca. 30 Minuten abgedeckt marinieren lassen.
- 4 Den Grill für indirektes Grillen vorbereiten und auf mittlerer Hitze anheizen.
- 5 Restliche Limetten waschen und in Scheiben schneiden. Ananas schälen und in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. Petersilie und Minze waschen. Die Bananenblätter kurz auf dem heißen Grillrost wenden, so werden sie elastischer und lassen sich besser falten.
- 6 Je ein Fisch auf ein Bananenblatt legen, mit Minze und Petersilie füllen und mit etwas Salz würzen. Danach die Fische mit einigen Limettenscheiben belegen und mit den Bananenblättern einschlagen. Die Enden mit einem Zahnstocher befestigen und gut verschließen.
- 7 Fische auf den heißen Grillrost legen und bei indirekter Hitze im geschlossenen Grill bei ca. 180°C 20-25 Minuten grillen. In den letzten 10 Minuten der Grillzeit die Ananasscheiben auf den heißen Grillrost legen und unter öfterem Wenden grillen. Dabei mit etwas BBQ-Marinade bepinseln.
- 8 In der Zwischenzeit den Koriander waschen und grob zupfen. Chili in feine Ringe schneiden. Fische und Ananasscheiben anrichten und alles mit dem Koriander und der Chili bestreuen.



Alle Rezepte und die
passenden Produkte bei
uns im Online-Shop
deutscheesee.de/frischer-sommer



Seafood Boil



Die Südsaaten der USA sind die kulinarische Heimat der herzhaft-würzigen Seafood Boil – doch mittlerweile boomt das lässige Onepot-Gericht auch in den Fischküchen Brooklyns, Berlins und anderer Metropolen der Welt. Kein Wunder, lässt es sich doch so wunderbar mit Freunden teilen. Wir servieren Ihnen eine Boil mit Hummer, Kaisergranat, Muscheln, King Crabs, Mais und Kartoffeln. Ganz rustikal auf Zeitungspapier. Und – Südstaaten-Style eben – mit köstlicher Cajun-Butter, Herzstück unserer Seafood Boil.



Seafood Boil

Zubereitungszeit: 15 Minuten Kochzeit: 20-25 Minuten Portionen: 4-6

Im Online-Shop erhältlich

- 1 kg Venusmuscheln (80345)
- 3 Hummer je 550g, tiefgekühlt (84388)
- 12 Garnelen, tiefgekühlt, z.B. Riesengarnelenschwänze (65491)
- 6 Kaisergranat, tiefgekühlt (83519)
- 350g Königskrabbenbeine, entspricht ca. 3 Beinen, tiefgekühlt (83568)
- 1 EL »Cajun« Gewürzzubereitung (28526)

Fügen Sie noch hinzu

- 1 Knoblauchzehe
- 2 Zwiebeln
- 1 kg Rotschalige Kartoffeln, z.B. Laura
- 1 Unbehandelte Zitrone
- 3 Frische Maiskolben
- 6 Lorbeerblätter
- 1 EL Kümmel
- Cajun-Butter (siehe Rezept unten)

- 1 Venusmuscheln waschen, beschädigte und geöffnete Muscheln aussortieren. Hummer nach Packungsanleitung auftauen lassen. Garnelen, Kaisergranat und Königskrabbenbeine ebenfalls auftauen lassen. Knoblauch schälen und mit der flachen Seite eines Messers andrücken. Zwiebeln schälen und vierteln. Kartoffeln waschen und halbieren. Zitrone waschen und in breite Scheiben schneiden. Maiskolben in ca. 4cm breite Stücke (Scheiben) schneiden.
- 2 In einem großen Topf ca. 6 Liter Wasser aufkochen. Lorbeer, Kümmel, Knoblauch, Zwiebeln und Cajun-Gewürzzubereitung zugeben und alles mit Salz abschmecken.
- 3 Nun die Kartoffeln zugeben und diese ca. 5-8 Minuten köcheln lassen. Danach den Hummer, Krabbenbeine und den Mais zugeben und weitere 5 Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen.
- 4 Im Anschluß die Muscheln, Garnelen, Kaisergranat und Zitronenscheiben zugeben und wieder 5 Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen.
- 5 Sobald die Kartoffeln gar sind (zwischendurch prüfen), alles auf ein Sieb abgießen, gut abtropfen lassen und anrichten. Alles mit der warmen Cajun-Butter (siehe Rezept unten) beträufeln und servieren.

Cajun-Butter

Zubereitungszeit: 15 Minuten Garzeit: 5 Minuten

Im Online-Shop erhältlich

- 2 EL »Cajun« Gewürzzubereitung (28526)
- 6 EL Olivenöl, z.B. Jordan Olivenöl nativ extra (28611)

Fügen Sie noch hinzu

- 30g Ingwer
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Schalotte
- 1 Stängel Zitronengras
- 1 Rote Peperoni
- 250g Butter
- Salz zum Abschmecken

- 1 Ingwer, Knoblauch und Schalotte schälen. Alles in kleine Würfel schneiden. Zitronengras waschen und in feine Ringe schneiden. Peperoni waschen, halbieren und von den Kernen befreien. Danach in grobe Stücke schneiden.
- 2 Alle so vorbereiteten Zutaten zusammen mit dem Olivenöl in einem Küchenmixer fein mixen.
- 3 Anschließend die Butter in einem Topf erhitzen und die gemixte Masse zusammen mit dem Cajun-Gewürz zugeben. Alles bei niedriger Hitze ca. 5 Minuten erhitzen. Öfter umrühren und eventuell mit etwas Salz abschmecken. Die Cajun-Butter warm zur Seafood Boile (siehe Rezept oben) servieren.

Flair der Südstaaten
 Serviert auf Zeitungspapier, ist der Hummer einer von vielen Stars in unserer Seafood Boil.



Alle Rezepte und die passenden Produkte bei uns im Online-Shop
deutscheesee.de/frischer-sommer



Plates du jour

Ein lauer Sommerabend unter Freunden, federleichte Stimmung, auf der Tafel stilvoll angerichtet – das Meer und seine Schätze. Angelehnt an die französische Küche, reichen wir die Jakobsmuschel in Vanille- und den Hummer in Dill- Knoblauchbutter. Die Königskrabbenbeine tupfen wir in Calvados-Hollandaise, krönen das frische Austerntatar mit Saiblings-Kaviar und den Fenchelsalat mit Meeresfrüchten. Bon appétit!



Hummer in Dillbutter mit Artischocke

Zubereitungszeit: 25 Minuten Garzeit: 35 Minuten Portionen: 4

Im Online-Shop erhältlich

2 ganze Hummer je ca. 550g, tiefgekühlt (84388)

1 Glas Sriracha Aioli, z.B. von Stonewall Kitchen (29980)

4 EL Olivenöl, z.B. Jordan Olivenöl nativ extra (28611)

Fügen Sie noch hinzu

4 Baby Artischocken

2 Zitronen

1 Bund Dill

2 Knoblauchzehen

60g Butter

Salz und Zucker

- 1 Hummer nach Packungsanleitung auftauen lassen. Die Hummerscheren mit einer Drehbewegung vom Körper lösen. Danach den Hummer der Länge nach halbieren, den Darm entfernen und kalt stellen.
- 2 Die Hummerscheren mit einem Küchenmesser anschlagen. Anschließend die Scheren in leicht kochendes Salzwasser geben und ca. 8-10 Minuten ziehen lassen. Danach die Scheren und Gelenke mit einer Küchenschere auslösen. Ausgelöstes Fleisch beiseite legen.
- 3 Artischocken mit lauwarmem Wasser waschen. Den Stiel etwas kürzen und eventuelle äußere harte Blätter der Artischocken entfernen. Saft von 1 Zitrone auspressen.
- 4 Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen und mit Salz und etwas Zucker abschmecken. Zitronensaft und Artischocken zugeben und alles bei niedriger Hitze ca. 20-25 Minuten garen.
- 5 In der Zwischenzeit den Dill waschen und klein schneiden. Einige Dillspitzen zum Garnieren beiseite legen. Restliche Zitrone waschen und in Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und mit dem Handballen oder der flachen Seite eines Küchenmessers kräftig andrücken.
- 6 Zwei große Pfannen mit je 2 EL Olivenöl erhitzen. Je zwei Hummerhälften mit der Fleischseite zuerst hineinlegen und ca. 4 Minuten bei niedriger Hitze braten. Danach den Hummer drehen, Knoblauch und Zitronenscheiben auf die Pfannen verteilen und weitere 4 Minuten braten. In den letzten 2 Minuten der Bratzeit die Butter und das Scherenfleisch auf die zwei Pfannen aufteilen und mitbraten. Alles mit Salz würzen, mit dem Dill bestreuen und mit der Butter übergießen.
- 7 Hummer zusammen mit den warmen Artischocken und den Zitronenscheiben anrichten und mit der Bratenbutter übergießen. Alles mit den beiseite gestellten Dillspitzen garnieren. Die Aioli Sriracha zum Dippen der Artischockenblätter dazu servieren.



Alle Rezepte und die passenden Produkte bei uns im Online-Shop deutscheesee.de/frischer-sommer

Ein Sommer-Gedicht

Leicht, edel und ein Hauch von Knoblauch:
Der Hummer mit Artischocke
macht auf dem Teller eine gute Figur.

Austerntatar auf Gurkenspaghetti

Zubereitungszeit: 25 Minuten Portionen: 4

Im Online-Shop erhältlich

12 frische Austern,
z.B. Tia Maraa (86942)
1 Glas Saiblings-Kaviar (02344)

Fügen Sie noch hinzu

1 Bio Salatgurke
½ Zitrone
3 Zweige Dill
Salz und Pfeffer
Tabasco und Worcester zum
Abschmecken
Einige essbare Blüten z.B.
Alyssum zum Garnieren

1 Austern öffnen, aus der Schale lösen, auf ein Sieb geben und gut abtropfen lassen (siehe Seite 35). Austernschalen beiseite stellen. Gurke waschen, in dünne Scheiben und danach mit Hilfe eines Spiralschneiders in dünne Spaghetti schneiden. Gurkenspaghetti mit Salz und Pfeffer würzen und beiseite stellen.

2 Nun die Austern mit einem scharfen Messer dritteln und in eine Schüssel geben. Danach mit Tabasco, Worcester und etwas Zitronensaft abschmecken.

3 Dill waschen, gut trocken schütteln und zupfen. Gurkenspaghetti mit dem Dill vermengen und in die Austernschalen füllen.

4 Die Austern zusammen mit dem Saiblings-Kaviar darauf anrichten. Alles mit einigen Blüten garnieren.

— Frische-Check —

FrISCHE Austern müssen fest verschlossene Schalen haben, sollten beim Öffnen Salzwasser enthalten und nach Meer duften.

— Mit irischen Wurzeln —

Die Tia Maraa ist eigentlich eine irische Austernart, die dank des französischen Knowhow der Familie Gillardeau zu etwas ganz Besonderem veredelt wird. Sie ist sehr vollfleischig mit einer guten Balance aus feiner Mineralität, cremiger Süße und nussigem Aroma.



Alle Rezepte und die passenden Produkte bei uns im Online-Shop deutschesee.de/frischer-sommer



Jakobsmuscheln mit Avocado, Himbeeren & Vanille

Zubereitungszeit: 25 Minuten Garzeit: 3-5 Minuten Portionen: 4

Im Online-Shop erhältlich

4 Frische Jakobsmuscheln (81468) oder alternativ: tiefgekühlte Japanische Kammuscheln (82883) und Schalen zum Anrichten (86287)
1 Hand voll Wildkräutersalat, z.B. von Keltenhof (29711)

Fügen Sie noch hinzu

1 Avocado
 ½ Zitrone
 1 Vanilleschote
 50g Butter
 1 TL Honig
 125g Himbeeren
 Salz und Pfeffer
 Meersalz zum Würzen

1 Muschelfleisch der frischen Jakobsmuscheln aus der Schale lösen (siehe Seite 35). Danach waschen und gut trocken tupfen. Die unteren Schalen der Jakobsmuscheln waschen und danach trocken reiben.

2 Avocado halbieren, vom Kern und von der Schale befreien. Anschließend die Hälften halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Saft der Zitrone auspressen. Avocadoscheiben auf vier Schalen aufteilen und darin anrichten. Die Avocado mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas von dem Zitronensaft beträufeln. Vanilleschote halbieren und das Mark auskratzen.

3 Eine Pfanne mit der Butter erhitzen und die Muscheln darin bei niedriger Hitze ca. 3-5 Minuten braten. Dabei die Muscheln einmal wenden. In der letzten Minute der Garzeit das Vanillemark, die ausgekrazte Schote und den Honig zugeben und kurz mitbraten. Nun den restlichen Zitronensaft zugeben und die Muscheln mit der Vanille-Honigbutter übergießen.

4 Muscheln zusammen mit einigen Himbeeren in den Schalen anrichten. Alles mit der Bratenbutter beträufeln. Die Muscheln mit Meersalz bestreuen und mit etwas Kräutersalat garnieren.

—— Frische-Check ——

Anders als bei anderen Muschelarten sind die Schalen von lebenden Jakobsmuscheln oft leicht geöffnet. Das Fleisch sollte immer glänzend und weiß bis cremefarben sein. Kleiner Test: Einfach mit einem Messer kurz das Muskelfleisch berühren – wenn es leicht zuckt, sind die Muscheln frisch.



Alle Rezepte und die passenden Produkte bei uns im Online-Shop
deutschesee.de/frischer-sommer

Meeresfrüchte mit Fenchel

Zubereitungszeit: 35 Minuten Garzeit: 5 Minuten Marinierzeit: ca. 30 Minuten Portionen: 4

Im Online-Shop erhältlich

12 Garnelen, tiefgekühlt, z.B. Argentinische Rotgarnelen (83268)
3 Pulpoarme, tiefgekühlt, vorgekocht (83300)
6 Calamaretti, tiefgekühlt (83629)
6 EL Olivenöl, z.B. Jordan Olivenöl nativ extra (28611)

Fügen Sie noch hinzu

1 Fenchel
1 EL Senfkörner
2 Staudensellerie Stangen
1 Rote Spitzpaprika
8 Kapernäpfel
1 EL Fließfähiger Honig
5 EL Essig Bianco Tomate, z.B. von Reingold
Salz und Pfeffer zum Abschmecken
Tabasco und Worcester zum Abschmecken
Eiswürfel für Eiswasser

- 1 Garnelen, Pulpo und Calamaretti auftauen lassen. Garnelen von der Schale befreien. Calamaretti putzen (siehe Anleitung auf Seite 34). Die Köpfe aus den Calamaretti herausnehmen und die Tuben von der äußeren Haut befreien.
- 2 Einen Topf mit Wasser aufkochen und mit Salz würzen. Garnelen, Pulpo, Calamaretti-Tuben und Köpfe ins kochende Wasser geben, einmal aufkochen lassen. Dann von der Hitze nehmen und ca. 3 Minuten ziehen lassen.
- 3 Die Meeresfrüchte herausnehmen und etwas auskühlen lassen. Die Pulpoarme in mundgerechte Stücke teilen. Die Calamaretti in breite Ringe schneiden. Alle so vorbereiteten Meeresfrüchte in eine Schüssel geben.
- 4 Fenchel waschen und mit einem Hobel der Länge nach in sehr dünne Scheiben schneiden. Den Fenchel in Eiswasser legen bis er knackig wird.

- 5 Senfkörner ca. 2 Minuten im leicht gesalzenen Wasser kochen, danach in ein Sieb gießen und kalt abspülen. Staudensellerie waschen und in Scheiben schneiden. Sellerieblätter beiseite legen. Spitzpaprika halbieren, vom Kerngehäuse befreien und waschen. Danach in feine Würfel schneiden. Kapern in feine Scheiben schneiden.
- 6 Senfkörner, Essig, Olivenöl und Honig kräftig verrühren. Staudensellerie, Paprikawürfel und Kapern zugeben und alles kräftig mit Salz, Pfeffer, Tabasco und Worcester abschmecken und verrühren. Das Dressing über die Meeresfrüchte geben und diese ca. 30 Minuten marinieren lassen.
- 7 Den Fenchel aus dem Eiswasser nehmen, gut trocken schütteln und anrichten. Den Meeresfrüchtesalat und das Dressing darüber verteilen. Alles eventuell noch einmal mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sellerieblätter darüber verteilen.

Gut zu wissen

Weil jede Menge des einzigartigen Aromas in den Schalen der Garnelen steckt, sollten Sie diese nicht wegwerfen. Bereiten Sie aus den übrig gebliebenen Schalen, klein geschnittenem Gemüse wie Lauch, Sellerie, Möhre oder Zwiebel sowie Tomatenmark und Weißwein einen köstlichen Krustentierfond zu. So haben Sie immer einen Vorrat als Basis für Ihre Suppen und Saucen. Gleiches gilt auch für die Schalen aller anderen Krustentieren.



Alle Rezepte und die passenden Produkte bei uns im Online-Shop deutschesee.de/frischer-sommer





Königskrabbene mit Calvados & Äpfeln

Zubereitungszeit: 45 Minuten Garzeit: 8 Minuten Portionen: 4

Im Online-Shop erhältlich

8 Königskrabbene,
tiefgekühlt (83568)
Weinbegleitung Rosé Wein,
z.B. Cabernet Sauvignon Rosé
2018 von Felix Mayer (28463)

Fügen Sie noch hinzu

200g Butter
½ Schalotte
4 EL Calvados
1 EL Weißweinessig
1 Milder Espresso
1 Eigelb Größe M
2 Rotschalige festfleischige
Äpfel, z.B. Cox oder Elster
12 Zweige Thymian (wenn
möglich mit Blüten)
1 TL Rote Pfefferbeeren
10 Kaffeebohnen
Salz und Pfeffer zum
Abschmecken und Würzen
Worcester zum Abschmecken

— Königin von Alaska —

Die Königskrabbe ist ein stattliches Wesen. Ausgewachsene Exemplare erreichen eine Beinspannweite von 1,80 Metern und ein Gewicht von 17 Kilo. Ihre Farbe variiert zwischen rot, braun, bläulich und goldgelb. In den sechs langen Beinen der Alaska Königskrabbe steckt ausgesprochen zartes, saftiges Fleisch, das von Natur aus leicht süßlich schmeckt.

— Fruchtiger Begleiter —

Zu den Königskrabbene passt wunderbar ein frischer, fruchtig-süffiger Sommerwein, zum Beispiel von Felix Mayer.

- 1 Königskrabbene auftauen lassen. Beine in den Gelenken durchschlagen und mit einer Schere aufschneiden, um das Fleisch aus den Schalen zu lösen. Schalen abspülen und abtropfen lassen. Die Schalen ca. 2 Minuten in kochendes Wasser geben, sodass sie sich rot einfärben. Die Schalen zum Anrichten beiseite legen.
- 2 Nun 150g Butter in einem Topf schmelzen lassen. Währenddessen Espresso zubereiten und für den späteren Gebrauch beiseite stellen.
- 3 Schalotte schälen und fein würfeln. In einem kleinen Topf Calvados, Essig und Schalottenwürfel einmal aufkochen und danach von der Hitze nehmen und ca. 5 Minuten ziehen lassen.
- 4 Den Sud anschließend durch ein Sieb passieren und zusammen mit dem Espresso in eine Aufschlagschüssel geben. Das Eigelb zugeben und alles über einem Wasserbad cremig aufschlagen. Nun die Butter mit einem Schneebesen erst tröpfchenweise und danach im dünnen Strahl einrühren, sodass eine Hollandaise entsteht. Die Hollandaise mit Salz, Pfeffer und etwas Worcester abschmecken und warm halten. Wer mag, kann die Hollandaise zusätzlich noch mit etwas Calvados abschmecken.
- 5 Die Äpfel waschen und in breite Scheiben schneiden. Das Kerngehäuse mit einem Apfelsstecher entfernen.
- 6 Restliche Butter auf zwei große Pfannen verteilen und aufschäumen lassen. In der einen Pfanne die Äpfel ca. 4 Minuten braten. Dabei mit Salz und Pfeffer würzen und mehrmals wenden.
- 7 In der anderen Pfanne das ausgelöste Krabbenfleisch bei niedriger Hitze ca. 4-6 Minuten braten. Dabei mit Salz und Pfeffer würzen und mehrmals wenden.
- 8 Krabbenfleisch in die vorbereiteten Krabbenschalen legen und zusammen mit den Apfelscheiben anrichten. Alles mit der Hollandaise beträufeln und mit dem Thymian bestreuen. Kaffeebohnen und Roten Pfeffer leicht andrücken. Das Gericht mit etwas Kaffee und Pfeffer bestreuen.



Alle Rezepte und die passenden Produkte bei uns im Online-Shop deutschesee.de/frischer-sommer

Seafood Knowhow

Ein wenig Zeit, Freude am Kochen und beste Zutaten, vielmehr braucht es nicht für die Zubereitung von Fisch und Meeresfrüchten. Hier finden Sie noch ein paar hilfreiche Tipps aus unserer Profiküche, damit Sie für Ihr großes Sommer-Menü mit Familie und Freunden perfekt vorbereitet sind.



Königskrabbe zubereiten

Lang, schlank und knackig – die Beine der Königskrabbe sind beeindruckend. Mit einer Fischschere ist die Schale aber in wenigen Schnitten geöffnet.

- 1 Königskrabbenbeine mit einer Fischschere an den Gelenken abtrennen.
- 2 Die Schalen komplett längs aufschneiden.
- 3 Schalen und Fleisch vorsichtig voneinander lösen. Darauf achten, dass auch die durchsichtigen Schwerter entfernt werden.

Hummer auftauen

Dafür den gefrorenen Hummer in kaltem Wasser für 30 Minuten auftauen lassen. Hummer direkt im Anschluss zubereiten.



Frischer Fisch

Für optimale Qualität sollte Fisch am kältesten Ort im Kühlschrank aufbewahrt werden, also am besten auf der Platte ganz unten über dem Gemüsefach.

Besuchen Sie uns im Online-Shop

Hier finden Sie alle Rezepte und die dazu passenden Produkte, die Sie einfach und unkompliziert bestellen können. Außerdem: Videoanleitungen zum Umgang mit Fisch & Krustentieren, dazu noch jede Menge Inspiration rund um die Seafood-Küche.



Garnelen auftauen

- 1 Tiefgekühlte Garnelen sollten langsam im Kühlschrank aufgetaut werden – idealerweise in einem Sieb oder auf einem Gitter, sodass sie nicht im eigenen Tauwasser liegen. Und wenn's mal schnell gehen muss, legen Sie die Garnelen zum Auftauen einfach in ein kaltes Wasserbad. Wichtig: Verarbeiten Sie Garnelen nach dem Auftauen möglichst schnell, d.h. innerhalb eines Tages.

Calamaretti vorbereiten

- 1 Kopf mitsamt den Innereien aus der Tube herausziehen.
- 2 Den plastikartigen Chitinstab aus der Tube ziehen und entsorgen.
- 3 Die Arme über den Augen abschneiden und den Kopf ebenfalls entsorgen.
- 4 Die dünne Haut mit dem Fingernagel leicht anritzen und abziehen.
- 5 Arme und Tuben mit kaltem Wasser säubern, Tuben von innen gut ausspülen.
- 6 Beides auf einen Küchentrepp legen und trocken tupfen.

Austern vorbereiten

- 1 Um Hände und Arbeitsplatte zu schonen und um nicht abzurutschen, ein dickes Tuch und ein spezielles Austernmesser verwenden.
- 2 Messer an der Seite der Auster ansetzen und kraftvoll einstechen. Das Messer leicht nach oben neigen und in seitlichen Bewegungen die gesamte Schale öffnen. Dabei das Muskelfleisch oben vom Schalendeckel lösen. Den Deckel der Auster abnehmen.
- 3 Mit dem Messer vorsichtig das Fleisch in der Schale lösen. Danach mit einem Pinsel von innen nach außen streichen, um mögliche Schalenreste zu entfernen.



Jakobsmuscheln vorbereiten

- 1 Zum Öffnen benötigen Sie ein einfaches Tafelmesser und ein scharfes Messer.
- 2 Legen Sie die Muschel mit der flachen Seite nach oben und gehen Sie mit der Spitze eines einfachen Tafelmessers in die Muschel. Weiten Sie die beiden Hälften ein wenig und schneiden anschließend mit dem Messer dicht an der Oberseite entlang. So durchtrennen Sie den Muskel, sodass sich die Jakobsmuschel öffnen lässt.
- 3 Entfernen Sie den Deckel, dass die Innereien der Muschel frei liegen. Genießbar sind der weiße, runde Muskel und das orangefarbene Corail (Rogen).
- 4 Lösen Sie die Innereien, indem Sie mit der Messerspitze vorsichtig auf der Unterschale entlangschaben.
- 5 Befreien Sie mit den Fingern behutsam das runde Muskelfleisch von den übrigen Innereien.
- 6 Schneiden Sie jetzt mit einem scharfen Messer das Corail heraus.
- 7 Das Corail kann zusammen mit der Muschel gebraten werden, ist aber auch ein vorzüglicher Geschmacksgeber zum Beispiel in einem Risotto. Verwenden Sie die Muschelschalen zum Anrichten der Jakobsmuscheln.

Impressum

Herausgeber: Deutsche See GmbH, Maifischstraße 3-9, 27572 Bremerhaven, E-Mail: info@deutschesee.de, www.deutschesee.de;
Redaktion: Objektverantwortung: Andreas Kremer, Dominik Hensel; Chefredaktion: Caroline Doose-Bruns; Mitarbeiter dieser Ausgabe: Stephanie von Seggern, Elke Kramer, Christian Sobiella; Fotografie: Andrea Thode; Foodstyling & Rezeptentwicklung: Raik Holst; Prop Styling: Meike Graf; Gestaltung: Florian Rathcke, p und r medienservice GmbH; Druck: Schürmann + Klagges GmbH & Co. KG; Hinweis zum Datenschutz: Der Verwendung Ihrer Daten für Werbezwecke können Sie selbstverständlich jederzeit postalisch oder per E-Mail an info@deutschesee.de widersprechen.



Deutsche See GmbH, Maifischstraße 3-9, 27572 Bremerhaven

Alle Preise inkl. gesetzl. MwSt. und zzgl. Lieferung. Da Fischware insg. Tagespreisschwankungen unterliegt, ist der aktuelle Preis im Online-Shop auf deutschesee.de/shop zu finden. Fisch ist ein Naturprodukt und unterscheidet sich in Form und Gewicht. Das angegebene Gewicht ist ein Circa-Gewicht und kann geringfügig abweichen. Die Angaben zur Herkunft beziehen sich auf die Hauptbezugsquelle. In einzelnen Fällen können Abweichungen auftreten. Detaillierte Angaben zur Herkunft erfahren Sie im Online-Shop oder bei Ihrer telefonischen Bestellung. Änderungen & Irrtümer vorbehalten. Gestaltung: p und r medianservice GmbH.