



Es ist angerichtet: Jan-Estor Freyaldenhoven präsentiert seinen Wolfsbarsch. Foto: A. Herrmann

Fisch und Fleisch mit einem Hauch Exotik

Nach langer Zeit in der Pariser Sterneküche kocht **Jan Estor-Freyaldenhoven** nun in Aachen-Laurensberg

Aachen. Jan Estor-Freyaldenhoven bringt frischen Wind in die Aachener Gastronomieszene. Seit April dieses Jahres steht er in der Küche des Restaurants Gut Schlottfeld in Aachen-Laurensberg. Estor-Freyaldenhoven hat längere Zeit als Souschef bei einem Pariser Sternekoch gearbeitet und ist mit einer Französin verheiratet. Nun hat er sich in Aachen niedergelassen. Als Vorspeise empfiehlt Estor-Freyaldenhoven Tafelspitz mit Limette, Koriander, Kürbiskernöl und Radieschen. Als Hauptgericht Wolfsbarschfilet mit Pfifferlingen, Kokosschaum und Sechuanpfeffer.

Tafelspitz mit Limette

Zutaten für vier Personen:
Um den Tafelspitz zu garen:
800 Gramm Tafelspitz vom Rind
100 Gramm geschälter Ingwer
1 Zweig Rosmarin
3 Zehen Knoblauch
2 Zwiebeln
Zum Anrichten:
50 Milliliter Olivenöl
50 Milliliter Kürbiskernöl

Salz und schwarzer Pfeffer
8 Radieschen
30 Blätter Koriander
1 Limette

Zubereitung: Einen schmalen, hohen Topf auswählen, in den das Fleisch gerade so hinein passt. Tafelspitz, Ingwer, Rosmarin, Knoblauch und die Zwiebeln so eng wie möglich hinein legen und mit kochendem Wasser auffüllen, bis alle Zutaten bedeckt sind.

Den Topf abdecken und den Tafelspitz etwa drei bis vier Stunden kurz unterm Siedepunkt gar ziehen. Anschließend vom Herd nehmen und in der Flüssigkeit auskühlen lassen. Den Tafelspitz aus der Flüssigkeit nehmen und Fett und Sehnen entfernen. Auf der Aufschnittmaschine oder mit einem sehr scharfen Messer in hauchdünne Scheiben schneiden und auf einer Platte leicht übereinander wie einen Fächer auslegen. Limettenzesten über das Fleisch streuen. Den Saft auspressen, mit Oliven, Kürbiskernöl, Salz und Pfeffer vermengen und über das Fleisch geben. Radieschen in

hauchdünne Scheiben schneiden und mit den Korianderblättern auf dem Fleisch verteilen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Wolfsbarsch mit Pfifferlingen

Zutaten für vier Personen:
4 Wolfsbarschfilets zu 160 Gramm
400 Gramm Pfifferlinge
2 Schalotten
4 Zweige frischer Koriander
4 Korianderblüten
eine Prise Salz und Pfeffer
2 Esslöffel Olivenöl
1 Teelöffel Sechuanpfeffer
Für den Kokosschaum:
200 Milliliter Geflügelbrühe
200 Milliliter Kokosmilch
2 Stangen Zitronengras
50 Gramm Ingwer
3 Limettenbaumblätter
1 Prise Salz

Zubereitung: Die Geflügelbrühe mit Zitronengras, Ingwer und den Limettenblättern etwa zehn Minuten leicht kochen lassen. Anschließend die Kokosmilch dazu geben und weitere 10 Minuten kochen. Durch ein Sieb passieren und

warm stellen. Die Pfifferlinge mit einem kleinen Messer von ungeschönten Stellen befreien und mit einem Pinsel Sand und Schmutz entfernen. Je nach Verschmutzung in kaltem Wasser kurz auswaschen, aber nicht lange im Wasser liegen lassen. Die Schalotten in kleine Würfel schneiden. Den Koriander waschen und hacken. Eine Pfanne stark erhitzen und die Pfifferlinge, das Olivenöl, die Schalotten, Salz und Pfeffer dazu geben.

Einige Minuten anbraten und den Koriander unterheben. Währenddessen die Wolfsbarschfilet trocken tupfen, mit etwas Salz und Pfeffer würzen und bei mittlerer Hitze in Olivenöl von beiden Seiten anbraten. Die Kokossoße mit einem Pürierstab bei langsamer Drehzahl aufschäumen. Die Filets auf einem warmen Teller anrichten. Die Pfifferlinge darüber geben, den Kokosschaum mit dem Löffel abschöpfen und dazu geben. Mit frischen Korianderblüten und zerstoßenem Sechuanpfeffer garnieren. Dazu passt sehr gut Basmatireis und auch ein Glas trockener Weißwein.