



# Deutsche Sushi

## Matjesröllchen

**200 g Keniabohnen (feine grüne Bohnen)**  
**1 Schalotte**  
**1/2 Apfel**  
**3 EL Crème fraîche**  
**2 Matjesdoppelfilets**  
**16 Scheiben Frühstücksspeck (Bacon)**  
**wenig Sonnenblumenöl zum Anbraten**

Die Enden der Keniabohnen abschneiden, sodass sie gleichmäßig lang sind. Die Bohnen in kochendem Salzwasser bissfest garen, abgießen und kalt abschrecken.

Die Schalotte sehr fein würfeln (1 x 1 mm). Den Apfel schälen, entkernen und ebenfalls sehr fein würfeln. Beides mit der Crème fraîche vermengen.

Die Matjesdoppelfilets vom Schwanz befreien und mit Apfel-Schalotten-Crème-fraîche füllen.

Jeweils 4 Scheiben Speck überlappend zu einer Fläche auslegen, die Bohnen eng aneinanderliegend darauf auslegen, etwas von der Crème-fraîche-Masse daraufgeben. Jeweils ein halbes der gefüllten Matjesfilets in den Speck-Bohnen-Mantel einrollen; die Bohenschicht sollte rund um das Matjesfilet einen schönen Ring ergeben (falls für ein schönes Schnittbild nötig, entweder noch Bohnen ergänzen oder wegnehmen).

Die Röllchen in ganz wenig Sonnenblumenöl zuerst mit der Verschlussseite nach unten, dann rundherum vorsichtig anbraten. Kurz auskühlen lassen und dann in jeweils 3 Stücke schneiden.

Sushi aus dem eigenen Garten. Ein gutes Matjesfilet, Böhnchen und Äpfel werden mit Speck umwickelt und kurz angebraten. Für Wasabi-Freunde gibt es reichlich geriebenen Meerrettich oben drauf.

Tipp: Die Sushirollen auf der Seite mit der überlappenden Verschlusskante zuerst anbraten. So schließt sich die Naht und der Speck bildet eine gleichmäßig krosse Hülle.



# Roher Döner in gegrilltem Fladenbrot

500 g Kalbsfilet  
1 Eigelb  
1/2 Bund Schnittlauch  
2 Knoblauchzehen  
Olivenöl bester Qualität  
Salz, Pfeffer aus der Mühle

## FÜR DIE JOGHURTSAUCE:

100 g griechischer oder Sahnejoghurt  
2 Eigelb  
2 TL Senf  
1/2 Knoblauchzehe  
Salz, Zucker  
150 ml Olivenöl bester Qualität

1/2 Gurke, geschält, entkernt  
1 rote Zwiebel  
1 mittelgroßes Fladenbrot

Zuerst die Joghurtsauce zubereiten: Joghurt, Eigelbe, Senf und Knoblauch mixen und kräftig mit Salz und etwas Zucker abschmecken. Dann das Olivenöl einlaufen lassen und daruntermixen.

Das Kalbsfilet in feine, kleinste Würfelchen schneiden und mit dem Eigelb vermengen. Den Schnittlauch in feine Ringe schneiden, den Knoblauch fein würfeln und beides mit reichlich Olivenöl zu dem Tatar geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Gurke und Zwiebel in feine Streifen schneiden.

Das Fladenbrot vierteln, die Viertel zum Füllen einschneiden und von beiden Seiten knusprig grillen. Die gegrillten Fladenbrottaschen innen mit der Joghurtsauce bestreichen und das Kalbstatar mit den Zwiebeln und den Gurken hineinfüllen.

*Ein roher Döner?! Auf jeden Fall, denn das zarte Kalbfleisch schmeckt wunderbar als Tatar! Es sollte natürlich knallfrisch sein, bis zum Servieren im Kühlschrank stehen und nicht länger als zwölf Stunden gelagert werden.  
Tipp: Mischt das Tatar zuerst mit Eigelb, so kann es nicht oxidieren.*



# Marokkanische Currywurst

Die Merguez auf dem Holzkohlegrill grillen.

Für die Currysauce die Tomaten enthäuten, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel ebenfalls klein würfeln, in Olivenöl anbraten, den gehackten Knoblauch und sofort die gewürfelten Tomaten dazugeben. Mit dem Currypulver bestäuben und mit Weißwein ablöschen. Die Sauce leicht einköcheln lassen und mit Salz, wenig Pfeffer, Zucker, Kreuzkümmel und Currypulver abschmecken. Unmittelbar vor dem Servieren mit gehacktem Koriander verfeinern.

**8 kleine Merguez**

**FÜR DIE CURRYSAUCE:**

**4 große Tomaten**

**1 Zwiebel**

**Olivenöl**

**2 Knoblauchzehen**

**1 Msp. Anapura-Curry**

**60 ml Weißwein**

**Salz, Pfeffer aus der Mühle, Zucker**

**1 Msp. Kreuzkümmel**

**1 Bund Koriander, gehackt**

*Das Rezept der »bratwerk«-Currywurst bleibt natürlich geheim. Diese Variante ist nicht weniger lecker und der Klopfer auf jedem Grillfest.*



# Ulli Krauses Blutwurst-Bratkartoffeln

Die Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden und in Sonnenblumenöl von beiden Seiten goldgelb braten. Auf einem Küchenpapier entfetten.

Die rote Zwiebel würfeln und in wenig Butter andünsten, ohne Farbe annehmen zu lassen. Die Blutwurst in Würfel schneiden und dazugeben.

Jetzt muss alles ganz schnell gehen: Schnittlauch und Frühlingszwiebeln hinzugeben und durchschwenken. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

In einer zweiten Pfanne die Wachteleier in Butter zu Spiegeleiern braten und auf den Blutwurstbratkartoffeln anrichten.

**600 g festkochende Kartoffeln, gekocht**  
**Sonnenblumenöl**  
**1 rote Zwiebel**  
**Butter**  
**200 g Boudin Noir (französische Blutwurst)**  
**etwas Schnittlauch, fein geschnitten**  
**1 Bund Frühlingszwiebeln, sehr fein geschnitten**  
**Salz, Pfeffer aus der Mühle, Muskatnuss**  
**4 Wachteleier**

Ohne Ulli Krauses Blutwurst-Bratkartoffeln hätte ich meine Ausbildung nicht überstanden. Ulli Krause hatte einen Gasthof in der Nähe meiner Ausbildungsstelle. Sonntags gingen wir in der Teildienstpause dorthin, haben noch schnell die restlichen Pfifferlinge für den Abendservice geputzt, ein »Weizen« getrunken und seine Bratkartoffeln gegessen.

