

[🏠 STARTSEITE](#)[📍 SPEISEKARTEN](#)[📄 ZUM ABENDESSEN](#)**TAG 9 · MITTAGESSEN** ✨[← VORTAG](#)[↓ PDF](#)[NÄCHSTER →](#)

Atlantik Restaurant · Tag 9

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

MENÜ

VORSPEISE

Bauernbrot belegt mit italienischer Mortadella und Radicchio

SUPPE

Cremige Spinatsuppe

HAUPTGERICHT

Roastbeef* vom Alm-Ochsen an Petersiliensauce mit gelben Rübenpüree, Grünkohl und neuen Kartoffeln

Mediterraner Burger mit Grillgemüse und Kartoffel-Wedges mit Gorgonzola-Dip

DESSERT

Cassismousse-Schnitte mit Kakaosauce und Limetten-Basilikumsorbet

VEGANES MENÜ

VORSPEISE

Zucchini^{salat} mit Minze, Zitrone und Olivenöl

SUPPE

Miso-Suppe mit geräuchertem Tofu

HAUPTGERICHT

Gemüsestrudel im Gemüse-Nest an Mandelsauce mit Duftreis

DESSERT

Gemischtes Eis
oder
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€

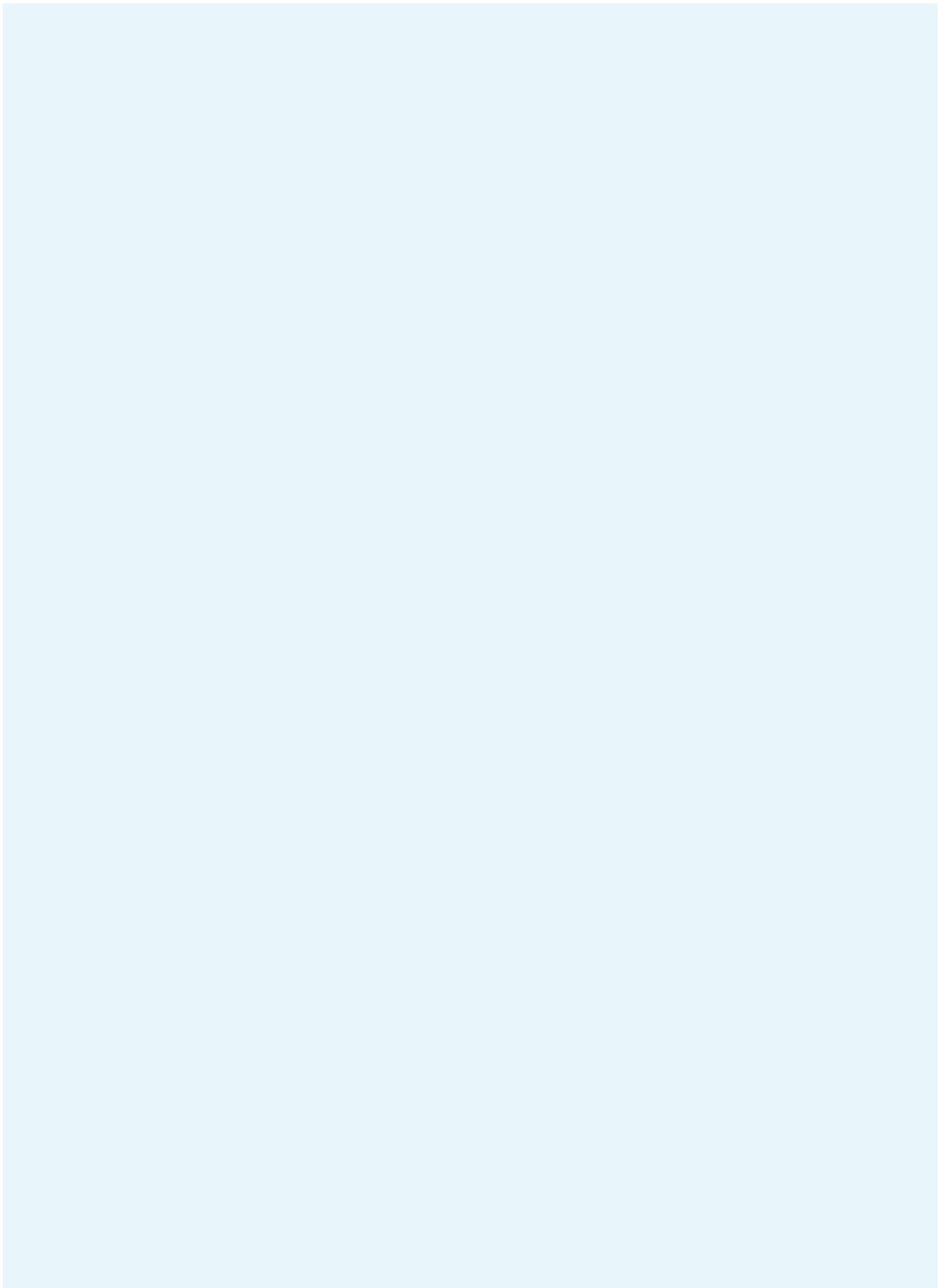
HAUPTGERICHT

Im Ganzen gebratene Seezunge 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€



Bauernbrot belegt mit italienischer Mortadella und Radicchio

VORSPEISE · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Bauernbrot ist das Herzstück der deutschen Brotkultur — ein kräftiges Mischbrot aus Roggen- und Weizenmehl mit Sauerteig, das eine dicke, knusprige Kruste und eine saftige, aromatische Krume entwickelt. Deutschland ist weltbekannt für seine Brotvielfalt: über 3.200 offiziell erfasste Brotsorten sind als UNESCO-Kulturerbe anerkannt.

Mortadella di Bologna ist eine der ältesten Wurstsorten Italiens — in Bologna seit dem 14. Jahrhundert belegt. Sie besteht aus fein emulgiertem Schweinefleisch mit weißen Fettspeckwürfeln, Pistazien und Gewürzen. Der Name kommt möglicherweise vom lateinischen 'myrtatum' (mit Myrte gewürzt). In den USA als 'Bologna' bekannt.

Radicchio (Cichorium intybus var. foliosum) ist ein Blattzichoriengewächs aus dem Veneto in Norditalien — Radicchio di Treviso und Radicchio di Chioggia sind die bekanntesten Sorten. Sein charakteristischer Bitterstoff Intybin macht ihn zum idealen Kontrast zu der milden, fettreichen Mortadella.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

4 Scheiben Bauernbrot
(sauerteig,
kräftig)

6 Scheiben Mortadella

100 g Radicchio, in
Streifen

2 EL

Zubereitung

- 1 Radicchio in feine Streifen schneiden. Mit Olivenöl und Balsamico anmachen. Abschmecken.
- 2 Brotscheiben toasten oder so belassen.
- 3 Brot mit etwas Senf bestreichen.

Olivenöl

1 EL Balsamico

Salz, Pfeffer nach
Geschmack

Frischer Senf nach
Geschmack

4

Mortadella locker drapieren.

5

Marinierten Radicchio darüberstreuen.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 9 MITTAGSMENÜ

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

Cremige Spinatsuppe

SUPPE · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Spinatsuppe ist ein Klassiker der europäischen Hausküche — einfach, nährreich und variabel. Spinat (*Spinacia oleracea*) kam im Mittelalter über die arabische Welt nach Europa, vermutlich durch Spanien im 11. Jahrhundert. Die Kreuzfahrer brachten ihn weiter nach Norden.

Die Cremigkeit einer guten Spinatsuppe hängt von zwei Faktoren ab: der kurzen Kochzeit (Spinat verliert seine lebhaft grüne Farbe schnell) und der Bindung mit Sahne oder Crème fraîche. Das Geheimnis des satten Grüns ist das Blanchieren mit sofortigem Abschrecken in Eiswasser.

Muskatnuss ist das klassische Würzmittel für Spinatgerichte in der deutschen und österreichischen Küche. Der Duft des frisch geriebenen Muskatnuss ergänzt Spinat auf eine Weise, die chemisch erklärt werden kann: beide enthalten ähnliche Terpene, die sich im Aroma verstärken.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

400 g	Frischer Babyspinat
2 Stk.	Schalotten
1 Zehe	Knoblauch
600 ml	Gemüsebrühe
150 ml	Sahne
2 EL	Butter
Salz, Pfeffer	

Zubereitung

- 1 Schalotten und Knoblauch in Butter glasig dünsten.
- 2 Spinat zugeben, 2 Min. zusammenfallen lassen.
- 3 Brühe aufgießen, 5 Min. köcheln.
- 4 Sahne einrühren. Fein pürieren.
- 5 Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Mit Crème fraîche garnieren.

nach Geschmack

Frisch geriebene Muskatnuss nach
Geschmack

Crème fraîche zur
Garnitur

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 9 MITTAGSMENÜ

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

Roastbeef vom Alm-Ochsen an Petersiliensauce mit gelbem Rübenpüree, Grünkohl und neuen Kartoffeln

HAUPTGERICHT · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Roastbeef ('Roasted Beef') ist ein klassisches britisches Sonntagsgericht, das durch britische Einflüsse in die norddeutsche Küche einfloss. Alm-Ochse bezeichnet Rinder, die auf Almweiden in den Alpen oder im Mittelgebirge aufwachsen — das Fleisch ist durch die Bewegung und das Kräuterfutter besonders aromatisch und marmoriert.

Petersiliensauce ist eine klassische grüne Sauce der deutschen Küche — aus frischer Petersilie, Schalotten, Butter und Brühe. In Frankfurt ist die 'Frankfurter Grüne Sauce' (mit 7 Kräutern) eine Spezialität. Die grüne Farbe durch das Pürieren von Petersilie in der Sauce ist ein einfacher Trick, der das Gericht optisch aufwertet.

Grünkohl ('Braunkohl' in Norddeutschland) ist ein nordisches Wintergemüse, das nach dem ersten Frost seinen vollen Geschmack entwickelt. In Norddeutschland wird er traditionell mit Pinkel-Wurst und Kassler serviert. Als Beilagengemüse zu Roastbeef ist er eine moderne, regionale Interpretation.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

300 g Roastbeef
(aus dem Backofen
oder Aufschnitt
kalt)

Zubereitung

- 1** Kartoffeln in Salzwasser garen. Grünkohl in Butter schwenken, würzen.
- 2** Gelbe-Rüben-Püree: Karotten pürieren, Sahne einrühren, abschmecken.

1 Bund	Frische Petersilie
100 ml	Rinderbrühe
2 EL	Butter
1 Stk.	Schalotte
2 Stk.	Gelbe Rüben (Karotten), weich gegart
100 ml	Sahne
200 g	Grünkohl
200 g	Neue Kartoffeln

- 3 Petersiliensauce: Schalotte in Butter anschwitzen. Brühe zugeben. Petersilie einblenden (Stabmixer). Abschmecken.
- 4 Roastbeef in dünne Tranchen schneiden.
- 5 Püree, Grünkohl und Kartoffeln anrichten. Roastbeef anlegen. Petersiliensauce angießen.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 9 MITTAGSMENÜ

Mediterraner Burger mit Grillgemüse und Kartoffel-Wedges mit Gorgonzola-Dip

HAUPTGERICHT · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Der Hamburger hat eine komplexe Geschichte: Einerseits wurden 'Hamburg Steaks' (gebratenes Hackfleisch) von deutschen Einwanderern in die USA gebracht. Andererseits entstand der Hamburger im Brötchen in den USA im 19. Jahrhundert. Der mediterrane Twist — Lamm- oder Rinderhack mit Feta, Olivenöl und Gewürzen — ist eine moderne kreative Reinterpretation.

Grillgemüse (Zucchini, Aubergine, Paprika, rote Zwiebeln) ist das Parade Gemüse der mediterranen Küche. Die Maillard-Reaktion beim starken Grillen karamellisiert die natürlichen Zucker und erzeugt die charakteristischen Brandaromen.

Gorgonzola-Dip — cremiger Blauschimmelkäse aus der Lombardei, mit Sahne aufgeschlagen — ist ein klassischer Dip zu Kartoffelwedges. Gorgonzola (eine Stadt nahe Mailand) ist einer der ältesten Käsesorten Italiens und seit dem 9. Jahrhundert dokumentiert.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

300 g Rinderhack
(oder Lammhack)

1 EL Olivenöl

1 Zehe Knoblauch

1 TL Oregano

Salz, Pfeffer nach
Geschmack

Zubereitung

- 1** Kartoffel-Wedges: Kartoffeln in Spalten schneiden, mit Olivenöl und Salz mischen. Bei 200°C 30 Min. backen.
- 2** Gorgonzola-Dip: Käse mit Sahne cremig rühren.
- 3** Grillgemüse: In Scheiben schneiden, mit Olivenöl bestreichen, grillen bis goldbraun.

2 Stk. Burger-Buns

1 Stk. Zucchini + 1
Aubergine +
1 Paprika

2 EL Olivenöl

100 g Gorgonzola

3 EL Sahne

300 g Kartoffeln
(Wedges)

4 Burger-Patties: Hack mit Knoblauch, Oregano, Salz und Pfeffer vermengen. 2 Patties formen, je 4 Min. pro Seite grillen.

5 Burger zusammensetzen. Mit Wedges und Gorgonzola-Dip servieren.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 9 MITTAGSMENÜ

Cassismousse-Schnitte mit Kakaosauce und Limetten-Basilikumsorbet

DESSERT · MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Cassis (schwarze Johannisbeere, *Ribes nigrum*) ist in der französischen Patisserie und im Likörtier verankert — Cassis de Dijon ist das bekannteste Produkt. Ihr intensives Fruchtaroma mit leichter Bitterkeit ist ideal für Mousses, Sorbets und Saucen.

Mousses-Schnitten sind ein Klassiker der österreichischen und deutschen Patisserie: auf einem Biskuitboden wird eine luftige Mousse gegossen und nach dem Kühlen in Schnitten geschnitten. Die Schichten machen jeden Bissen komplex und interessant.

Limetten-Basilikum-Sorbet ist eine moderne Aromaverbindung: die blumig-pfeffrige Note des Basilikums harmoniert überraschend gut mit der säuerlichen Frische der Limette. Diese Kombination wurde durch die Nouvelle Cuisine der 1970er Jahre populär.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

200 g	Schwarze Johannisbeeren (TK)
--------------	------------------------------

3 Stk.	Eier
---------------	------

60 g	Zucker
-------------	--------

2 Blätter	Gelatine
------------------	----------

200 ml	Schlagsahne
---------------	-------------

Zubereitung

- 1** Cassismousse: Johannisbeeren pürieren. Eier mit Zucker schaumig schlagen. Gelatine einweichen, in warmem Beerenpüree auflösen. Sahne schlagen, alles vermengen.
- 2** Auf Biskuit gießen. 4 Std. kühlen. In Schnitten schneiden.
- 3** Kakaosauce: Kakao, Wasser und Zucker 5 Min. köcheln.

1 Stk. Fertig-Biskuitboden

2 EL Kakaopulver
+ 100 ml
Wasser +
Zucker
(Sauce)

2 Stk. Limetten

1 Bund Basilikum

60 g Zucker

4

Limetten-Basilikum-Sorbet: Limettensaft, Basilikum und Zucker mixen. Einfrieren (rühren) oder in Eismaschine.

5

Cassisschnitte mit Kakaosauce und Sorbet anrichten.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 9 MITTAGSMENÜ

Zucchini Salat mit Minze, Zitrone und Olivenöl

🌱 VEGAN

VORSPEISE · VEGANES MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Zucchini-Salat mit Minze und Zitrone ist ein Rezept, das so klar mediterran ist, dass es keine genaue Herkunft hat — überall wo Zucchini und Minze im Garten wachsen, entsteht diese Kombination. In der Levante wird rohes Zucchini geraspelt mit Minze und Zitrone als Meze serviert.

Rohes oder leicht gegartes Zucchini behält eine angenehme, leicht knackige Textur. Zucchini (Cucurbita pepo) stammt ursprünglich aus Mexiko und Central Amerika, wurde aber in Italien so konsequent weiterzüchtet, dass das Wort 'Zucchini' heute weltweit als Bezeichnung bekannt ist.

Olivenöl, Zitrone und Minze sind drei der charakteristischsten Aromen der mediterranen Küche. Zusammen ergeben sie ein Dressing, das frisch, kräuterig und leicht herb ist — und das die milde Zucchini perfekt in Szene setzt.

Zutaten

🌱 FÜR 2 PERSONEN

3 Stk. Zucchini
(mittelgroß)

1 Bund Frische Minze

1 Stk. Zitrone (Saft
+ Abrieb)

4 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer nach
Geschmack

Optional: Pinienkerne geröstet

Zubereitung

- 1** Zucchini mit dem Sparschäler oder Julienne-Schneider in lange, dünne Bänder schneiden (oder raspeln).
- 2** Zitronensaft und -abrieb, Olivenöl, Salz und Pfeffer zu einem Dressing verquirlen.
- 3** Zucchini-Bänder mit Dressing vermengen. 10 Min. marinieren.
- 4** Minzblätter grob zerzupfen, unterheben.

5

Mit gerösteten Pinienkernen bestreuen.
Sofort servieren.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 9 MITTAGSMENÜ

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

Miso-Suppe mit geräuchertem Tofu VEGAN

SUPPE · VEGANES MITTAGSMENÜ

📖 Geschichte & Herkunft

Misosuppe (Misoshiru) ist das tägliche Grundnahrungsmittel Japans — traditionell zum Frühstück, Mittag- und Abendessen gereicht. Miso (fermentierte Sojabohnenpaste) gibt der Suppe ihren charakteristischen Umami-Geschmack und ist durch die Fermentation reich an Probiotika.

Tofu (Doufu auf Chinesisch) wurde vor über 2.000 Jahren in China entwickelt, angeblich von Prinz Liu An in der Han-Dynstie. Geräucherter Tofu hat durch den Räucherprozess eine feste Textur und ein würziges Raucharoma, das der milden Misosuppe eine interessante Tiefe verleiht.

Wakame-Algen sind das klassische Suppeneinlage der japanischen Misosuppe. Algen sind reich an Mineralstoffen, insbesondere Jod, und haben einen feinen maritimen Geschmack. Im Wasser quellen getrocknete Wakame in wenigen Minuten auf.

Zutaten

📖 FÜR 2 PERSONEN

3 EL	Weißes oder helles Miso
800 ml	Dashi-Brühe (vegan: Kombu-Dashi)
150 g	Geräucherter Tofu, gewürfelt
1 EL	Getrocknete Wakame-Algen

Zubereitung

- 1 Wakame in warmem Wasser 5 Min. einweichen. Abgießen.
- 2 Kombu-Dashi: Kombu-Alge 30 Min. in kaltem Wasser einweichen. Erwärmen (nicht kochen), Kombu herausnehmen.
- 3 Miso in etwas warmer Brühe auflösen. In die Brühe rühren (nicht mehr kochen — Miso verliert sonst Aromen und Probiotika).

2 Stk. Frühlingszwiebeln,
in Ringe

1 TL Sesamöl

4 Tofu-Würfel und Wakame in die Suppe
geben. 2 Min. erhitzen.

5 Mit Frühlingszwiebeln und Sesamöl
garnieren.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 9 MITTAGSMENÜ

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

Gemüsestrudel im Gemüse-Nest an Mandelsauce mit Duftreis

VEGAN

HAUPTGERICHT · VEGANES MITTAGSMENÜ

Geschichte & Herkunft

Strudel ist ein kulinarisches Erbe der Habsburger Monarchie — das dünne, gezogene Teigblatt (ähnlich dem türkischen Yufka oder dem marokkanischen Warka) wurde durch die osmanischen Einflüsse nach Wien gebracht.

Gemüsestrudel sind eine moderne, vegetarische Interpretation des traditionell süßen oder herzhaften (mit Fleisch) Strudels.

Mandelsauce — eine cremige Sauce aus Mandelmus oder gemahlenen Mandeln, Gemüsebrühe und Gewürzen — ist in der arabischen und marokkanischen Küche klassisch. In der europäischen Mittelalterküche wurden Mandeln in vielen Saucen als Verdickungsmittel und Aromaträger eingesetzt.

Duftreis (Basmati oder Jasminreis) ist durch seine langen, dünnen Körner und sein charakteristisches Aroma bekannt. Basmati-Reis wächst im Himalaya-Vorland in Indien und Pakistan, der Duft kommt vom 2-Acetyl-1-pyrrolin, das auch in Pandanusblättern und frischem Brot vorkommt.

Zutaten

FÜR 2 PERSONEN

4 Blätter Strudelteig
oder Phyllo-
Teig

200 g Gemischtes
Gemüse
(Spinat,
Karotte,
Zucchini,
Paprika)

Zubereitung

- 1 Gemüse fein würfeln, mit Schalotte und Knoblauch in Olivenöl anschwitzen. Würzen. Abkühlen.
- 2 Phyllo-Blätter übereinander legen (je eins einölen). Gemüsefüllung auf eine Seite legen. Einrollen.
- 3 Bei 190°C 20 Min. goldbraun backen.

1 Stk. Schalotte + 1
Knoblauch

Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel nach
Geschmack

2 EL Olivenöl

100 g Mandelmus

200 ml Gemüsebrühe

1 TL Kreuzkümmel
+ Zitronensaft

160 g Basmatireis

4

Mandelsauce: Mandelmus in Brühe glatt
rühren. Mit Kreuzkümmel und Zitrone
abschmecken. Erwärmen.

5

Duftreis kochen. Strudel mit Sauce und
Reis anrichten.

← ZURÜCK: ATLANTIK TAG 9 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