





April

Jürgen Reck

Gasthof zum Löwen in Wilflingen

Jürgen Reck ist am 11. Februar 1975 in Sigmaringen geboren. Seine Ausbildung zum Koch machte er im Hotel Öschberghof in Donaueschingen. Danach arbeitete er in der Verwaltung und im Service im Steigenberger Badischer Hof in Baden-Baden. Als Sommelier verbrachte er ein halbes Jahr in England. Zwischendurch war er in der Verwaltung auf der Galopp-Rennbahn in Iffezheim tätig und kochte auf verschiedenen Messen, wie der „Internorga“ in Hamburg oder der „Grünen Woche“ in Berlin. Von 2000 bis 2002 absolvierte er die zweijährige Hotelfachschule mit dem Abschluss zum Hotelbetriebswirt in Heidelberg. Seit 2003 ist er selbstständiger Koch im elterlichen Betrieb, seit 2004 Eigentümer des Hauses. Jürgen Reck ist verheiratet und hat zwei Kinder.

Rinderkraftbrühe mit Kräuterflädleroulade und Gemüsestreifen

Gebratener Lammrücken mit Ziegenkäsekruste, dazu Speckbohnen und Maisplätzchen

Windbeutel gefüllt mit Johannisbeersahne und frischen Früchten

RINDERKRAFTBRÜHE

1 l Rinderkraftbrühe
150 g Mehl
0,5 l Milch
4 Eier
Kräuter (Schnittlauch, Petersilie, Kerbel und evtl. Bärlauch)
Salz, Muskat
Gemüse in Streifen:
Lauch, Karotte, Sellerie
100 g Kalbsbrät

LAMMRÜCKEN

1 kg Lammrücken
150 g Ziegenkäse
Semmelbrösel
Knoblauch, Rosmarin, Salz, Pfeffer
400 g Bohnen (Prinzess)
50 g Bauchspeck in Scheiben
285 g Mais (340-g-Dose)
3 Eier
100 g Mehl
50 ml Milch
Salz, Pfeffer, Muskat

WINDBEUTEL

Brandteig
100 g Wasser
50 g Butter
4 g Zucker
2 g Salz
80 g Mehl
2 Eier
1 Becher Sahne (200 ml)

1. Aus Mehl, Milch und Eiern einen Flädleteig herstellen; Kräuter klein schneiden und in einem Becher mit etwas Milch pürieren, zum Teig hinzugeben und mit Salz und Muskat abschmecken. Den Teig 10 Min. quellen lassen und anschließend Flädle ausbacken.
2. Flädle flach ausrollen, mit Brät dünn bestreichen, zusammenrollen und in Alu-Folie wickeln. Im Wasserbad oder Dampf 15 Min. garen, auswickeln und in dünne Scheiben schneiden.
3. Gemüse in gleichmäßige Streifen schneiden, 10 Min. vor dem Anrichten in die heiße Brühe geben und leicht kochen lassen (nicht zu weich kochen).
4. Warme Flädlescheiben im Teller anrichten, heiße Brühe mit Gemüse zugießen, evtl. noch etwas frischer Schnittlauch.

1. Lammrücken parieren, würzen und mit Knoblauch und Rosmarin von beiden Seiten anbraten, mit etwas Rotwein ablöschen und je nach Garwunsch die Pfanne 6–12 Min. bei 150 Grad in den Backofen stellen; anschließend herausnehmen, den Fond abpassieren und mit Stärke abbinden, abschmecken.
2. Den Rücken mit Ziegenkäsescheiben belegen, mit Semmelbrösel bestreuen und mindestens 5 Min. ruhen lassen, danach 5 Min. bei 180 Grad im Backofen überbacken, evtl. in Tranchen schneiden, anrichten.
3. Bohnen putzen und blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken.
4. Speckscheiben flach ausrollen, ca. 10 Böhnchen zu einem Bündel zusammenlegen und mit dem Speck umwickeln, anschließend in einer Pfanne mit etwas Bratfett gleichmäßig anbraten.
5. Die Hälfte vom Mais in einem Becher pürieren, Eier, Mehl und Milch dazugeben, vermengen; anschließend restlichen Mais dazugeben und nur grob pürieren, 10 Min. quellen lassen.
6. Plätzchen in einer heißen Pfanne gleichmäßig goldbraun ausbacken (am besten mit einem Löffel Teig herausnehmen und in der Pfanne etwas glatt streichen).
TIPP: Lammrücken kann schon etwas vorher fertig gegart werden (längere Ruhezeit bewirkt ein besseres Einbinden des restlichen Fleischsaftes). Danach etwas länger überbacken, damit er richtig heiß ist. Maisplätzchen sollten direkt aus der Pfanne angerichtet und gegessen werden, so sind sie schön luftig und lecker.

1. Gesiebtetes Mehl in die mit Fett aufkochende Flüssigkeit geben (verhindert Klumpenbildung). Danach die Masse im Topf abbrennen, bis sich am Boden ein weißer Belag bildet. Wird nicht lange genug abgebrannt, geht das Gebäck nicht genügend auf!
2. Die Eier in die etwas ausgekühlte Masse untermengen.
3. Nun mit einem Spritzbeutel mit Sterntülle die Masse eigroß auf ein gefettetes Backblech spritzen, bei 150 Grad ca. 35 Min. ausbacken.
TIPP: Die Windbeutel gehen besser auf, wenn direkt nach dem Einschieben ein Schälchen mit ca. 200 ml Wasser in den Ofen gegeben wird.
4. Gut gekühlte Sahne steif schlagen und frische Erdbeerwürfel untermengen.
5. Vom Windbeutel oberes Drittel abschneiden, Sahne einfüllen, Deckel wieder aufsetzen, mit frischen Früchten oder marinierten Erdbeeren anrichten.
TIPP: Es können auch verschiedene Figuren gespritzt werden, wie z. B. ein Schwan (siehe Bild). Vanillezucker mit der Sahne steif schlagen: verfeinert den Geschmack.

