



**Executive Roundtable Performance Management
mit Accenture
und anschließendem Kochworkshop**

mit der

**UNTERNEHMENSGRUPPE
MIRKO REEH®**

am Dienstag, 10. Juli 2007

Menüfolge & Rezepte vom TV-Koch Mirko Reeh

„Sopa de Maiz“
Maissuppe mit Gambas dazu frisch gebackenem Brot

Bunter Salat
mit Himbeere-Kürbiskernöl-Dressing & Migas

Rote Bete Carpaccio
mit Peccorino-Walnuss-Pesto & Forellenfilet

Lamm- oder Kalbsfilet in Schokolade & Balsamico
mit Pflaumensalsa & Backkartoffel

Kirsch-Mango-Salat mit Orangen-Balsamico-Dressing

Sopa de Maiz - Maissuppe

Für 4 Personen

Zubereitungsdauer:
35 Minuten

Zutaten:

650 g Mais aus der Dose
1 Zwiebel
1 L Gemüsefond
6 Tomaten
0,2 g Safran
2 EL Stärke
1 Chilischote
2 EL Koriander
200 g Joghurt

3 EL Öl

Salz & Pfeffer

Zubereitung:

Die Zwiebel klein schneiden und mit Öl anbraten. Mais hinzugeben und auf mittlerer Stufe weiter braten. Tomaten und Chilischote klein schneiden, hinzugeben, mit dem Fond auffüllen und 15 Minuten kochen lassen. Anschließend pürieren und durch eine flotte Lotte oder durch ein Passiersieb treiben.

Den aufgefangenen Sud aufkochen, dann Joghurt und Stärke hinzufügen. Nochmals mit dem Pürierstab alles pürieren, sodass sich alle Zutaten gut verbinden. Safran mit zwei Esslöffeln heißem Wasser einweichen und ebenfalls in die Suppe geben. Mit Pfeffer & Salz sowie Koriandergrün würzen.

Mirkos Brote

Für 1 Brot oder 10 – 12 Brötchen

Zubereitungszeit: 15
Minuten
Back- & Ruhezeit: 60 Minuten

Basis Zutaten: 42 g Hefe 700 g Mehl 500 ml lauwarmes Wasser 1 TL Salz	Variante: Kräuter der Provence 6 EL Kräuter der Provence, eingeweicht in 4 EL Wasser 50 g Gruyère 50 g getrocknete Tomaten	Variante: Toskanisches Brot 100 g getrocknete Tomaten 50 g Pinienkerne 1 TL frischer Rosmarin 1 EL frisches Basilikum 1 EL Honig
Variante: Basilikum 50 g Basilikumblätter, mit 8 EL Wasser fein püriert 50 g Parmesan 50 g getrocknete Tomaten	Variante: Walnuss 100 g Walnusskerne 50 g getrocknete Feigen 1 TL Rosmarin 1 EL Honig	Variante: Curry & Ingwer 50 g kandierter Ingwer 2 EL Sesam 1 TL Koriander 1 EL Curry 1 EL Honig
Variante: Joghurt- Frischkäse 50 g Joghurt 50 g Frischkäse 1 EL Petersilie 1 EL Dill 1 EL Paprikapulver 1 TL gemahlener Kreuzkümmel	Variante: Karotte & Olive 200 g Karotten 100 g entsteinte Oliven 1 EL frisch gehackter Rosmarin	Variante: Papaya & Trüffel 30 g geriebener schwarzer Trüffel 4 EL Trüffelöl 80 g soft getrocknete Papaya
Variante: Ziegenkäse & Olive 50 g getrocknete Feigen 100 g Ziegenkäse 50 g entsteinte Oliven 3 EL Kräuter der Provence, eingeweicht in 4 EL Wasser 1 EL Honig	Variante: Zwiebel & Nuss 100 g gemischte Nüsse 50 g geröstete Zwiebeln 1 TL getrocknete Kräuter 1 EL Honig	Variante: Jalapenos 100 g Jalapenos 50 g Gouda 2 EL Honig 1 EL Olivenöl 50 g rote Paprika
Variante Kürbis: 100 g Kürbis aus dem Glas 1 EL Paprika, edelsüß 1 Prise Muskatnuss 1 EL getrockneter Oregano	Variante Rucola: 125 g Rucola, klein geschnitten 10 getrocknete Tomaten 50 g gerieben Parmesan 1 EL Honig	Variante Parmesan: 100 g geriebener Parmesan 50 g Parmesanstückchen 2 EL Balsamico Crema 3 EL glatte Petersilie

Zubereitung:

Zutaten klein schneiden und hacken. Die Hefe in lauwarmen Wasser auflösen, unter das Mehl heben und gut verkneten. Anschließend alle restlichen Zutaten hinzugeben und nochmals sehr gut verkneten. Den Brotteig 30 Minuten ruhen lassen.

Backofen auf 180°C Umluft oder 200°C Ober-Unterhitze vorheizen. Den Teig auf das Blech streichen oder zu Brötchen formen. Das Brot oder die Brötchen auf eine Backmatte oder Backpapier setzen und bei 180°C Umluft oder 200°C Ober-Unterhitze ca. 30 Minuten backen.

Bunter Salat mit Himbeer-Kürbiskernöl-Dressing

Für 4 Personen

Zubereitungsdauer:
25 Minuten

Zutaten Salat:

100 g Rucola
100 g Feldsalat
100 g Chicorre
100 g Radicchio

2 EL gehackte Kräuter

1 Bund Schnittlauch

Zutaten Dressing:

100 g Himbeeren
6 EL Kürbiskernöl
4 EL Himbeeressig
1 EL Senf
125 g Joghurt
1 EL Honig
Salz & Pfeffer

Sowie:

125 g Speck
8 EL Paniermehl

Zubereitung:

Den Salat putzen und fein schneiden. Die Kräuter hacken und unter den Salat mischen.

Die Himbeeren mit den Zutaten des Dressings gut mischen, dann pürieren und mit Salz sowie Pfeffer abschmecken.

Den Speck in kleine Würfel schneiden, in einer Pfanne auslassen und mit dem Paniermehl gut anbraten.

Zum Anrichten den Salat in einen tiefen Teller geben, das Dressing darüber verteilen, den Schnittlauch variabel am Stück dekorativ darüber legen. Zum Schluss den Speck leicht drüber bröseln.

Rote Beete Carpaccio mit Peccorino- Walnuss- Pesto dazu Filet von der Regenbogenforelle

Für 4 Personen

Zubereitungsdauer:
45 Minuten

Zutaten Carpaccio:

3 Knollen Rote Beete,
gekocht
1 rote Zwiebel
6 EL Balsamico
2 – 3 EL Olivenöl
1 TL gemahlener
Kreuzkümmel

Zutaten Pesto:

50 g Basilikum
50 g Peccorino
30 g Walnüsse
ca. 80 ml Olivenöl
Salz & Pfeffer

Zutaten Forelle:

2 Forellenfilets,
küchenfertig
Mehl
Olivenöl
Salz & Pfeffer

Zubereitung Carpaccio:

Die Rote Beete in hauchdünne Scheiben hobeln, Zwiebel sehr fein hacken und unter die Rote Beete heben. Das Ganze mit Balsamico, Olivenöl, Salz, Pfeffer und Kümmel abschmecken.

Zubereitung Pesto:

Basilikum fein hacken. Dann alle Zutaten für das Pesto in einen Pürrierbecher gebe, fein pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zubereitung Forelle:

Die Forellenfilets in Streifen schneiden, dann würzen, mehlen und in Olivenöl ausbacken.

Anrichten:

Die Rote Beete mittig auf einen großen Teller dekorieren. Etwas von dem Pesto darüber verteilen und die Forellenstücke anlegen.

Lamm- oder Kalbsfilet in Schokolade & Balsamico mit Pflaumensalsa und Grillkartoffeln

Für 4 Personen

Zubereitungsdauer:
30 Minuten

Zutaten Lamm/ Kalb:

500 g Lamm- oder
Kalbsfilet
50 g Zartbitterkuvertüre
1 EL Zucker
1 Chilischote
1 TL Rosmarin
2 EL Balsamico
1 EL Olivenöl
Groben Pfeffer
Salz

Zutaten Salsa:

300 g Pflaumen
1 Rote Zwiebel
1 TL Kardamom
1 TL Korianderkörner
1 Chilischote
2 EL Honig
2 EL Essig
3 EL Öl
1 Limette, deren Saft und
Schale

Salz & Pfeffer

Zutaten Grillkartoffeln:

400 g Kartoffeln
1 EL Rosmarin, fein gehackt
2 EL grobes Meersalz
6 EL Olivenöl

Zubereitung Lamm:

Kuvertüre im Wasserbad schmelzen, den Zucker, das Öl und den Balsamico hineinrühren. Chilischote und Rosmarin sehr fein hacken und ebenfalls hinzugeben.

Das Lamm- bzw. Kalbsfilet säubern, auf beiden Seiten leicht in Kreuzmuster einritzen. Das Filet nun in die Marinade geben und ca. 15 Minuten marinieren.

Danach entweder auf den Grill geben und von beiden Seiten ca. 5 bis 7 Minuten grillen, oder im Backofen bei 180 Grad Celsius 8 bis 10 Minuten garen.

Zubereitung Salsa:

Die Pflaumen klein schneiden, rote Zwiebel fein würfeln, Koriander im Mörser zerstoßen. Alle Zutaten miteinander vermengen und mit Salz sowie Pfeffer abschmecken.

Zubereitung Kartoffeln im Ofen:

Die Kartoffeln halbieren und auf ein Backblech setzen. Den fein gehackten Rosmarin mit Salz und Öl Mörsern und die Kartoffeln damit einpinseln.

Zubereitung Kartoffeln auf dem Grill:

Die Kartoffeln gar kochen. Während dessen den fein gehackten Rosmarin mit dem Salz und dem Öl Mörsern. Die gegarten Kartoffeln marinieren, in Alufolie packen und auf den Grill ca. 10 Minuten legen. Zwischendurch mehrmals drehen.

Kirsch-Mango-Salat mit Orangen-Balsamico Dressing

Für 4 Personen

Zubereitungsdauer:
20 Minuten

Zutaten:

1 Mango
1000 g Kirschen, entsteint

Dressing:

100 ml Orangensaft
50 ml Balsamico
2 EL Zucker
1/2 TL Orangenschale
1 Msp. Muskatnuss,
gerieben

Zubereitung:

Die Mango schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Kirschen säubern. Beides in eine Schüssel geben.

Für das Dressing alle Zutaten zum Kochen bringen und leicht abkühlen lassen. Anschließend über die Mangowürfel und die Kirschen geben und etwas durchziehen lassen.

Crema di Balsamico

Ergibt 250 - 300 ml

Zubereitungsdauer:
90 Minuten

Zutaten:

1L dunkler Balsamico
100 ml Sherry
2 EL Tomatenmark
8 EL Zucker
1 TL Stärke

Salz & Pfeffer

Variante:

50 g Edelbitterschokolade
1 Chilischote

Zubereitung:

Den Zucker in einem Topf karamellisieren. Tomatenmark hinzufügen und bräunen, mit Sherry und Balsamico ablöschen.

Vorsicht, aufsteigender Essigdampf!

Die Essigmischung so lange köcheln lassen, bis die Flüssigkeit anfängt dicklich zu werden. Die Stärke mit etwas Wasser verquirlen und unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen und völlig auskühlen lassen. Anschließend durch ein Haarsieb streichen.

Variante:

Chilischote entkernen, klein schneiden und mit dem Tomatenmark zum Karamell geben. Mit Sherry und Balsamico ablöschen und einkochen lassen. Essig mit der Stärke binden, die Schokolade hinzugeben und bei schwacher Hitze schmelzen lassen. Masse auskühlen lassen und durch ein Haarsieb streichen.

Zum Dekorieren eignet sich eine Pipette aus der Apotheke.