



**Echt
scharf!**

Die neue Kochshow mit Björn Freitag

Die neue rasante Comedy-Kochshow bei TM3 mit dem „Jungen Wilden“-Koch Björn Freitag als Moderator. Die Kandidaten können nicht kochen, sie wollen nicht kochen, aber sie tun es – und zwar unter den Augen ihrer Freunde, unter Anleitung von Björn Freitag und vor dem Publikum am Fernseher. Täglich können Sie zwei Kochmuffeln über die Schulter in die Töpfe schauen. Heraus kommt ein exquisites, leckeres Gericht. Wenn Sie unseren „Köchen“ nacheifern wollen – hier ist das Rezept für eine deutsche Nachspeise:

Gebackenes Eis mit Himbeersahne

Zutaten für vier Personen

- 4 Kugeln Vanilleeis
- Für den Teig: 1 Ei, 125 g Mehl, 185 ml Wasser.
- 12 Löffelbiskuits (gemahlen), 2 EL Kokosraspeln.
- Für die Waffeltüten: 40 g Butter, 1 EL Honig, 30 g Mehl, 1 Eiweiß, 60 g Zucker.
- 200 g Himbeeren, 250 ml Schlagsahne, 50 g Puderzucker.
- Außerdem: Öl zum Fritieren.

Zubereitung

Die Zutaten für die Waffeltüten werden verrührt. Streichen Sie dann 4 Kreise (ca. 7 cm Durchmesser) auf ein mit Backpapier belegtes Blech. Die Waffeln müssen ca. 5-6 Minuten bei 180°C goldbraun backen. So lange sie noch heiß sind, formt man sie zu Tüten und lässt diese abkühlen. Jetzt muss es schnell gehen: Aus dem Ei, dem Mehl und dem Wasser stellt man einen Teig her, wälzt die Eiskugeln zuerst in dem Teig, dann in der Biskuitbrösel/Kokosflocken-Mischung und friert sie dann wieder ein.

Für die Himbeersahne werden die Himbeeren mit dem Puderzucker püriert, durch ein Sieb gestrichen und in einen Sahnspender (0,5 l Füllmenge) gefüllt. Hinzu kommt die Sahne. Das Ganze wird verschlossen, die Stickstoffpatrone wird geladen, dann stellt man den Spender kalt. Nun nehmen Sie das Eis wieder aus der Gefriertruhe und fritieren es im heißen Öl. Anschließend wird es mit der Himbeersahne garniert und sofort serviert.

Infos und Tipps

- Wenn Sie keinen derartigen Sahnespender besitzen, dann können Sie natürlich auch die Sahne schlagen und die pürierte Himbeer-Zuckermasse vorsichtig unterheben, oder aber Sie garnieren das Eis mit der Sahne und gießen die pürierten Himbeeren darüber.
- Himbeeren sind verwandt mit der Brombeere, schmecken aber weicher, lieblicher im Aroma und sind verwendbar in Quark und Torten. Sie enthalten 25 mg Vitamin C. Apropos: Himbeeren gab es schon in grauer Vorzeit, was Funde aus der Steinzeit beweisen. Im Mittelalter kam die Himbeere in den Rang einer Arzneipflanze, als Heilmittel bei Leber- und Gallenbeschwerden, Durchfall und Ruhr. Später kamen weitere Anwendungsmöglichkeiten hinzu: Als Gurgelmittel gegen Halsschmerzen, Heiserkeit, Entzündungen des Zahnfleisches und der Mundschleimhaut. Wobei man natürlich nicht nur die Himbeere, sondern vor allem auch die Blätter bei der Zubereitung der Heilmittel verwendete. Die Blätter enthalten Gerbstoff, Vitamin A und C sowie organische Säuren. Die Früchte enthalten Gerbstoff, Zucker, Schleim, Pektin, Vitamin A und C, organische Säuren und Stickstoffsubstanzen.

Informationen rund um Björn Freitag und die Show

- Dem 26jährigen Björn Freitag gehört ein Restaurant in Dorsten. Er ist Mitglied der „Jungen Wilden“, den ca. 20 exquisiten jungen Köchen Deutschlands, die modern, lustvoll und kreativ kochen.
- Sein Restaurant: „Goldener Anker“
Lippetor 4 in 46282 Dorsten, (geöffnet Mi. bis So. ab 18.00 Uhr, Reservierung wird empfohlen)
- Weitere Informationen zu den „Jungen Wilden“ finden Sie auch im Internet unter www.junge-wilde.de.
- Buchtipp: „Die Jungen Wilden kochen. Deutschlands Starköche – The New Generation“
(Hrsg. Frank Buchholz, mit Bildern des bekannten Foodfotografen Amos Schliack, Falken Verlag)
- Wollen auch Sie mit Björn Freitag kochen, oder kennen sie einen Kochmuffel, den Sie gerne zu „Echt scharf!“ schicken würden? Dann können Sie sich unter der Telefonnummer 01805 / 21 22 21 (0,24 DM/Min.) bewerben bzw. Ihre/n Bekannte/n vorschlagen.
- Weitere Rezepte aus „Echt scharf!“ finden Sie im Inhaltsverzeichnis unter der Faxabruf-Nummer 0190 / 27 70 70 00.

