

JAN-PHILIPP BERNER

**S
Y
L
DAS KOCHBUCH
T**

INHALT

SYLT – ZUHAUSE, INSPIRATION UND ORT MEINES SCHAFFENS	9
DER SÖL'RING HOF – KLEINOD AUF DER DÜNE	15
FRÜHLING	19
Wenn die Natur aus dem Schlaf erwacht	21
PRODUKTE DES FRÜHLINGS	26
SNACK	
Apfel, Knollensellerie, Verbene	33
Meeräsche, Buttermilch, Sonnenblumenkerne	37
Radieschen, Leinsamen, Eiskrautsalat	41
Kapuzinerkresse, Makrele, roter Rettich	44
Kapuzinerblüte, Speck	45
Norwegische Jakobsmuschel, Kirschblüte, Mandel	47
BROT	
Nordische Focaccia	51
MENÜ	
Huchels Alpha, Holunder, Fichtensprosse, Kopfsalat	55
<i>Holunder-Grundrezepte</i>	58
Regenbogenforelle, Meerrettich, Kohlrabi, Apfel, Ziegenfrischkäse	61
Hummer hoch ^s , Gurke, Emmer, Joghurt	65
Steinbutt, Rapsknospen, grüner Spargel, Austern-Velouté	71
Kalbsbries, Brühe, Brokkoli	75
Frikassee vom Weidehuhn mit Liebstöckel und jungem Gemüse	79
Rhababer, Buttermilch, Zitronenthymian	83
Quark, Apfel, Sylter Rose	85
PETIT FOUR, PRALINE	
Knusprige Apfelminze, Mieze-Schindler-Erdbeere	91
Kräuterbiskuit Vanille, eingelegte Rosenfrüchte	93
Warmer Mandelgrießkuchen, Himbeere, Sauerklee	95
Fichtensprosse, Eistee, Japanischer Knöterich	97
Waldmeister-Krustenpraline	99
Apfelblütenpraline	101
SONNTAGSKÜCHE	102
EXKURS: KRÄUTER – EIN GESCHMACKLICHES CHARAKTERBILD	121

SOMMER	137
Wenn der Garten Hochsaison hat	139
PRODUKTE DES SOMMERS	144
SNACK	
Nordseekrabben, Sylter Sauce, Leinsamen	150
Herzmuschel, gebackene Flechten, Eismeergarnele	154
Auster, Sellerie, Apfel	157
Kaiserling, Kartoffel, Schafgarbe	159
Schwertmuschel, Dill, Apfel	163
Rehrücken, Senfkohl, grüner Wacholder	165
BROT	
Dinkelbaguette mit Algenbutter	167
MENÜ	
Stör, Staudensellerie, Estragon, Kaviar	171
Taschenkrebs, Wellhornschnecke, Seeigel, Sommergemüse	175
Knurrhahn en Papillote, Kapuzinerkaperen, Ochsenherztomate	179
Steinköhler, Kamille, Aal, Felchenrogen	183
Schnecken, Erbse, Pfifferling, Malz, Minze	187
Salzwiesenlamm, Bete, Senf, Sauerrahm	191
Himbeere, Gewürztagetes, Amaranth, Joghurt	195
Aprikose, Salzwiese, Karamell	199
PETIT FOUR, PRALINE	
Rose, Buttermilch, Zitronenthymian	205
Heidelbeerkonfekt, Melisse	207
Sonnenblumenblüte, Sonnenblumenkern, Bronzefenchel	209
Nektarine, Sauerrahm, Verbene	211
Sommerblütenhonigpraline	213
SONNTAGSKÜCHE	217
EXKURS: GARTEN – EINE GRÜNE ÜPPIGE WELT	238

HERBST

241

Wenn Farben und Aromen tiefer, satter, intensiver werden

243

PRODUKTE DES HERBSTES

248

SNACK

Geräucherte Kartoffel, Saiblingsrogen	255
Zwiebelgewächse, Frischkäse, Röstbrot	257
Senfkrapfen, Rotbarsch, Eismeergarnele	258
Fjordforellenbauch, grüner Wacholder	262
Fjordforellentrüffel, Knospen vom wilden Knoblauch, Bouillon	263
Birne, Bohne, Speck	265

BROT

Kartoffelbrot mit Sauerrahmbutter	267
-----------------------------------	-----

MENÜ

Kaisergranat, Bete, Kiefern	271
Jakobsmuschel, Karotte, Tintenfisch, Brunnenkresse, Karotte	275
Limandes, Waldpilze, Knödel, Thymiantee	279
Puntarella, Lauch, Mandel, Deichkäsesauce	283
Fasan, Trauben, Speck, Croûtons, Spitzkohl	287
Onglet, Mais, Gundermann, Steinpilz	291
Quitte, Getreide, Eberesche	255
Zwetschge, Portwein, Römischer Ampfer	299

PETIT FOUR, PRALINE

Schaumkuss, Schlehe	305
Krapfen, Hagebutte	307
Konfekt, Haselnuss	309
Fruchtgelee, Sanddorn	311
Friesenkeks, Holunder	313
Rosenpraline	315

SONNTAGSKÜCHE

316

EXKURS: SYLTER ROYAL – DER WAHRE GESCHMACK VON SYLT

322

WINTER

	325
Wenn die Natur zur Ruhe kommt	327
PRODUKTE DES WINTERS	332
SNACK	
Walnuss, Wurzelgemüse	339
Michel, Nussbutter, Hafer	341
Gedörrte Bete, Holunder	343
Marone, Portwein, Périgord-Trüffel	346
Wachteilegelb, Zitronenthymian, Périgord-Trüffel	348
Ochsenfilet, Rettich, Kieler Sprotte	351
BROT	
Geflügel-Schmalzbrot, Apfel, Schalotte	353
MENÜ	
Königskrabbe, Kürbis, Malz, Mangold	357
<i>Side Dishes</i>	360
Saibling, Krabbe, Katenschinken, Alge	365
Kabeljau, Brandade, Miesmuschel, Brunnenkresse	369
Topinambur, Sonnenblumenkerne, Junghennenei, Périgord-Trüffel	371
Schwarzfederhuhn, Schwarzwurzel, Preiselbeere, Champignon, Knollenziest	375
Hirschkalbsrücken, Birne, Rosenkohl, Blutwurst, Kerbelknolle	379
Estragon, Quark, weiße Schokolade	383
Moosbeere, Buchweizen, dunkle Schokolade, Melisse	387
PETIT FOUR, PRALINE	
Johannisbeerlaub	393
Herzkirsche	395
Mandarinenbrause	397
Hefe, Dörrapfel und Rosensecco	399
Eingelegte Brombeere, Armagnac	401
Mandelkrokantpraline	403
SONNTAGSKÜCHE	407
EXKURS: KÄSEHANDWERK IM LAND ZWISCHEN DEN MEEREN	415
Es ist Zeit, Danke zu sagen	418
Ein paar Worte zum Schluss	421
Vitae	423
Register	424
Impressum	432



SYLT





SYLT – ZUHAUSE, INSPIRATION UND ORT MEINES SCHAFFENS

Ich möchte ganz offen sein. Wenn mir jemand vor 14 Jahren gesagt hätte, dass ich ein Sylt-Kochbuch machen würde, hätte ich milde abgewunken. Ich hätte mir damals, als ich 2007 das erste Mal nach Sylt kam und dort zu arbeiten begann, nicht vorstellen können, hier mein Glück zu finden und 2013 Küchenchef an diesem wunderbaren Ort zu werden.

Die Vorzüge der Insel kannte ich bis dahin nicht und mir fehlte anfänglich schlicht das Verständnis, sie zu erkennen und sie in meine Welt zu integrieren.

Heute weiß ich, dass alles so sein sollte und dass Sylt und ich inzwischen eine verschworene Gemeinschaft bilden, mit allem, was dieser Ort für mich privat und beruflich hervorgebracht hat. Diese Insel hat es immer gut mit mir gemeint. Hier habe ich meine wunderbare Frau kennengelernt, hier wachsen meine Kinder auf, umgeben von atemberaubender Natur, und hier ist der Ort meines kreativen Schaffens in der wunderschönen Küche des Söl'ring Hofes. Sylt ist mein Zuhause und die Düne meine Heimat. Ein Ort, der mich annimmt, glücklich macht und erdet. Insofern betrachte ich dieses Kochbuch als Geschenk an diese Insel, auch und vor allem als Reminiszenz an die vergangenen Jahre in dem für mich schönsten Hotel, aber auch als Möglichkeit, Sylt-Liebhabern und jedem genussfreudigen Menschen ein Stück Söl'ring Hof-Gefühl für zu Hause zu vermitteln.

Das Buch bietet eine Reise durch meine Interpretation der norddeutschen Küche. Unsere Umgebung liefert uns die besten Produkte, mit denen wir als Team kreative Gerichte entwickeln. Alles, was wir hier nicht finden, weil es einfach hier nicht wächst oder aber nicht unserem qualitativen Anspruch genügt, beziehen wir aus einer anderen Region.

So einfach es klingen mag – Kochen soll Spaß machen. Und dieses Buch auch. Es soll Inspiration sein, animieren und von dieser Insel, seinen Produkten und unserer Küche erzählen. Sie ist inspiriert und getragen von der Vielfalt der Natur und getrieben von dem Ziel, diese kreativ in Szene zu setzen. Es geht um eine ehrliche Auseinandersetzung mit dem, was wir haben – mit dem, was wir selbst schaffen können –, aber auch

um die Erkenntnis, dass nicht alles aus dem eigenen Vorgarten unseren Gästen den höchsten Mehrwert gibt. Es geht um Qualität und Verfügbarkeit, um Wertschätzung für den Rhythmus der Natur und ihre Ressourcen. Regionalität mag ein überstrapaziertes Modewort sein, aber es spiegelt den Respekt für die eigene Umgebung wider und gegenüber dem, was sie bieten kann. Dabei ist sie für uns eine Selbstverständlichkeit, auf die wir im Buch deshalb auch nicht weiter eingehen müssen. Wichtig ist immer der kritische Blick auf die Qualität und die Frage, ob jedes regionale Produkt sinnvoll zum Einsatz kommen kann.

Sylt ist reich an wertvollen Produkten, wie der Sylter Royal, den knackigen Moosbeeren und den Kräutern auf den Salzwiesen. Dies ist der engste Zirkel, den wir schlagen, um uns dann in Schleswig-Holstein umzusehen und schließlich auch das nahe Skandinavien einzubeziehen. Erst dann schauen wir in andere Länder, aus denen wir beispielsweise Schokolade oder Trüffel beziehen. Niemals ist unser Blick verschlossen für den Reichtum dieser Welt, denn immer steht der qualitative Mehrwert für den Gast im Mittelpunkt.

Was mir am meisten Freude bereitet, ist dieses Besondere eines Entstehungsprozesses. Wenn nämlich in Handarbeit aus etwas eigentlich Bekanntem etwas ganz Spezielles wird. Wenn ich es schaffe, meine jetzige Heimat, diese Region, auf dem Teller einzufangen, ganz bewusst und nachvollziehbar. Und wenn ich es schaffe, Menschen glücklich zu machen und zu berühren. Das ist der tägliche Antrieb jedes Mitarbeiters in unserem Hause, was am Ende die größte Befriedigung bringt. Kochen ist immer auch eine Dienstleistung und keine reine Selbstverwirklichung. Es ist ein Mannschaftssport, und am Ende ist die Resonanz der Gäste der gemeinsame Erfolg.

Aus der offenen Küche des Söl'ring Hofes können wir die Menschen sehen, ihre Augen, ihre Gesten. Wir können während unserer Arbeit beobachten, wo sich in ihren Gesichtern Fragezeichen widerspiegeln und wie oft genau aus solch einem Fragezeichen ein Ausrufezeichen wird, wenn sich ein Gericht, ist es erst einmal serviert, schließlich von ganz allein erklärt. Ein schöner Moment.



Jan-Philipp Berner

JRE
JEUNES RESTAURATEURS

JRE
JEUNES RESTAURATEURS

EINIGE WICHTIGE ERKLÄRUNGEN ZUM BUCH:

- Die wichtigste Regel gleich am Anfang: **Sie können nichts falsch machen.** Was aber hilft: Lesen Sie vorab das ganze Rezept einmal durch. Erst dann wissen Sie, wie lang es dauert, ob einige Komponenten einige Stunden oder gar Tage Zeit brauchen und welche Reihenfolge einzuhalten ist.
- Das Lesen der Rezepte soll auch jenseits des Nachkochens ein Verständnis liefern für bestimmte Prozesse und Entstehungsweisen. **Nutzen Sie dieses Buch also bitte auch als Baukasten,** der Ihnen zeigt: Wie brate ich ein bestimmtes Geflügel? Wie koche ich eine Jus? ... und anderes mehr.
- Das Buch **richtet sich nach den vier Jahreszeiten** und ist innerhalb einer Jahreszeit immer gleich aufgebaut. Wir beginnen immer mit sechs Snacks zuzüglich Brot, es folgt ein Menü mit acht Gängen, danach sind die Petit Fours an der Reihe und ein persönliches Sonntagsküchen-Rezept rundet jeden Jahreszeitenteil ab. Zwischen den Jahreszeiten finden Sie außerdem jeweils einen Exkurs zu saisonalen und regionalen Produkten.
- **Mise en place** ist auch zu Hause ein gutes Stichwort, wenn man nicht im Chaos versinken will. Die richtige Küchenorganisation nimmt Stress, erhöht den Spaß an der Zubereitung und steigert die Qualität des Ergebnisses. Zelebrieren Sie das Mise en place ruhig und legen sich alles zurecht, bevor Sie zu kochen beginnen.
- Vor jedem Menü werden die **acht Hauptbestandteile** beziehungsweise **Produkte**, die wir in den folgenden Gängen zubereiten, erklärt. Es geht um praktische und inhaltliche Informationen aus meiner ganz eigenen Erfahrung als Küchenchef und nicht um einen wissenschaftlich tiefen Anspruch.
- **Die Mengen unterscheiden sich** je nach Rezept, da ich das Buch realistisch darstellen möchte und damit Sie alles gut nachkochen können. Beispielsweise ist es nicht praktikabel oder möglich, Schokolade für vier Pralinen zu temperieren und anschließend zu gießen. Dunkle Saucen, die in mehreren Ansätzen gekocht werden, sind nicht sinnvoll für zwei Personen umsetzbar. Daher variieren die Mengenangaben.
- Zu den Ansätzen von Saucen: **Die Zubereitung in drei Ansätzen ist unsere Benchmark** und zeigt den Weg zur perfekten Sauce. Dieser lange und zugegeben aufwendige Weg hat seinen Grund. Mit den ersten beiden Ansätzen will ich Tiefe erzeugen. Mit dem dritten Ansatz erhalte ich die Typizität,

also den charakteristischen Geschmack, der erst durch diesen Prozess richtig zur Geltung kommt. Aber wenn Sie es zeitlich nicht schaffen oder keine Karkassen auftreiben können, dann scheuen Sie sich nicht, nur den dritten Ansatz herzustellen.

- **Einlegen** (Pickeln) ist etwas, das sich wie ein roter Faden durch unsere Menüs zieht. Wir nutzen diese Technik, um zu konservieren, vor allen Dingen aber, um den Geschmack zu intensivieren. Gerade das Einlegen dient dazu, unseren Gerichten eine durchgehende Leichtigkeit und Frische mit auf den Weg zu geben. Wir verzichten fast vollständig auf Zitrusfrüchte und setzen sie, wenn überhaupt, nur sehr dezent ein, um den typisch regionalen Geschmack unserer Gerichte zu bewahren. Da bietet das Einlegen eine hervorragende und leicht nachzumachende Alternative.

- **Unsere Küche ist sehr kräuteraffin.** Bitte scheuen Sie sich nicht, Gerichte auch dann zu kochen, wenn Ihnen die eine oder andere Zutat beziehungsweise ein Kraut fehlt. Denken Sie nur daran, dass die Kräuter keine dekorativen Elemente sind, um Gerichte zu verzieren, sondern dass jedes Kraut und jede Blüte eine eigene aromatische Komponente besitzt, die die Gerichte begleiten oder erweitern soll. Deshalb sollten Alternativen gut überlegt sein.

Last, but not least: Nutzen Sie das Buch, um sich inspirieren zu lassen, als Handbuch und als Werkzeugkasten, um neue Dinge auszuprobieren. Manche Rezepte sind sehr simpel, andere wiederum komplexer oder sie benötigen einfach mehr Zeit. Lassen Sie sich bitte nie abschrecken. Viele Teilrezepte ergeben auch einzeln Sinn und bieten vor allem Genuss. Sie müssen kein ganzes Menü kochen. Vielleicht haben Sie einfach nur Lust auf ein oder zwei Snacks oder suchen ein Dessert für einen schönen Abend. Bedienen Sie sich und haben Sie Freude daran. Lernen Sie, schmecken Sie, fühlen Sie.

In meinem Berufsalltag kümmern sich täglich zwölf Köche mit ihrer vollen Aufmerksamkeit und Zeit um eine solche Menüfolge. Seien Sie versichert, ich würde ein solches Menü niemals in Gänze zu Hause umsetzen können. Betrachten Sie es als Buch gewordene Choreografie eines ganzen Rezeptensembles. Nichts ist in Stein gemeißelt. Entspannen Sie sich. Ich freue mich auf Ihre Resonanz.

Ich wünsche Ihnen viel Freude und Genuss!

Ihr Jan-Philipp Berner



DER SÖL'RING HOF





KLEINOD AUF DER DÜNE

Wie soll man einen Ort beschreiben, der so außergewöhnlich ist und dessen Zauber sich auf eine ganz eigene Weise verbreitet? Kaum jemand kann sich seinem Charme entziehen und man muss einfach selbst erleben, was es bedeutet, an diesem besonderen Ort zu sein, um zu erfahren, wie dieses Kleinod auf der Düne wirkt.

Da ist diese ganz besondere Lage in Rantum, an einer der schmalsten Stellen der Insel. Vom Söl'ring Hof aus kann man zu beiden Seiten das Meer sehen. Auf der einen Seite erstreckt sich die offene See, die sich je nach Jahreszeit mal rau oder spiegelglatt zeigt. Auf der anderen Seite liegt das Watt und das ruhige Rantumbecken. Nirgendwo sonst kann man derart in beide Richtungen in die Ferne schauen.

Und kaum ein Haus steht »so nah an der Natur« – mitten zwischen Sylter Rosensträuchern, üppigem Dünengras und direkt am Meer. Jede Jahreszeit ist hier spürbar. Im Sturm knarren die Balken des Landhauses und der Wind pfeift im Herbst, im späten Frühjahr blüht Rosa rugosa, die Sylter Rose, vor der Tür und im Sommer stehen unsere Strandkörbe auf dem warmen Sand.

Und was noch? Es ist diese ganz besondere Kombination aus Gediegenheit, Qualität und Authentizität, die unsere Gäste so schätzen. Es ist eine Verbindung aus Entschleunigung und Ruhe, Genuss und einer einzigartigen Intimität, die wir als Team alle gemeinsam jeden Tag leben und vermitteln. Von der ersten Kontaktaufnahme bis zum Besuch in unserem Restaurant – immer geht es um ehrliche Wertschätzung

und Empathie, höchsten Qualitätsanspruch und gleichzeitig norddeutsche Erdung, die unseren Gästen eine lockere Atmosphäre, ein Gefühl von Ankommen und vor allem Entspannung vermittelt.

Familiär geht es zu auf der Düne, und das vom ersten Tag an, seit dem Jahr 2000, als der Söl'ring Hof an den Start ging.

Seine Erfolgsgeschichte ist maßgeblich geprägt durch Johannes King, der mit ganzem Herzblut und Leidenschaft als Koch und Patron diesem Haus zu seinem Glanz und seiner Aura verholfen hat. In jedem Detail steckt sein Sinn für Stil, Gemütlichkeit und Gastfreundschaft. Und genau diesen Geist hat er über zwei Jahrzehnte an sein Team weitergegeben. Seine Herzlichkeit ist der Atem des Hauses und seine Haltung hat diesem Ort immer genau das Familiäre und die Harmonie gegeben, die wir mit unseren Gästen und jedem Mitarbeiter leben.

Für mich ist der Söl'ring Hof mehr als nur ein Arbeitsplatz. Er ist mein Zuhause, meine Inspiration und mein Antrieb. Und steht nun unter meiner Verantwortung als gesamtverantwortlicher Geschäftsführer und Mitgesellschafter der Söl'ring Hof Betriebs GmbH.

Ich freue mich jeden Tag über meinen bisherigen Weg und jeden Tag auf alles, was kommt. Mit unserem Team und unseren Gästen. Sie alle machen aus diesem schönen Haus mit seinem berühmten Bänkchen auf der Terrasse und dem atemberaubenden Blick einen zauberhaften Ort.





Head Chef
SÖLRING HOF

Head Chef
SÖLRING HOF

SÖLRING HOF

SÖLRING HOF

SÖLRING HOF

SÖLRING HOF

SÖLRING HOF

SÖLRING HOF

SÖLRING HOF

SÖLRING HOF

SÖLRING HOF

SÖLRING HOF

SÖLRING HOF

SÖLRING HOF

SÖLRING HOF

SÖLRING HOF

SÖLRING HOF

SÖLRING HOF





FRÜHLING







WENN DIE NATUR AUS DEM SCHLAF ERWACHT

Die Winter auf Sylt können lang und sehr kalt sein. Umso sehnlicher erwarten wir spätestens ab März die ersten wärmeren Tage, auch wenn man ehrlich sagen muss, dass es hier oben doch länger dauert. Im März und April ist es oft noch winterlich und wir greifen auf Eingelegtes aus dem letzten Sommer zurück, um Schwarzwurzel und Co. langsam hinter uns zu lassen.

Wenn der Winter dann endlich gewichen ist, kehrt das Leben zurück auf die Insel. Die Wiesen werden im März langsam grüner, die Kastanien in Keitum zeigen Ende April ihre dicken Knospen, im Knick treibt das Gehölz aus und Ende Mai, Anfang Juni beginnt die berühmte Sylter Heckenrose zu blühen. Besucher strömen wieder vermehrt auf die Insel und nach und nach werden die Strandkörbe herausgeholt.

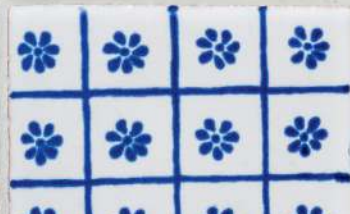
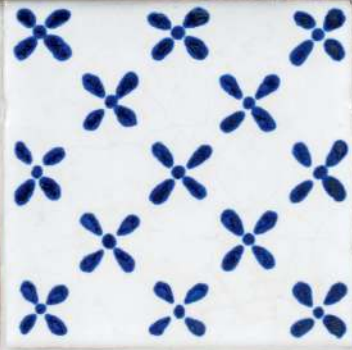
Während es im Winter in der Küche noch gehaltvoll zugeht, die Gerichte wärmend sind, wird es im Frühling leichter und frischer und wir entwickeln unser Frühlingsmenü. Leichter Fisch, frische Kräuter und viel Gemüse prägen diese Zeit. Ab Mai servieren wir natürlich den ersten Spargel, die Rosenblüten und die ersten Salzwiesenkräuter, die unsere Gerichte ganz besonders prägen.

Es ist die Zeit des ersten Draußenseins – mit der Familie im Garten sitzen, mit den Kindern am Strand spielen, mit den Gästen auf der Terrasse unterhalten, manchmal noch in Decken und Jacken gehüllt, aber kein Sonnenstrahl wird verpasst. Und es ist die Zeit, in der unser Garten langsam erwacht und das Gesäte austreibt. Kräuter spielen in unserer Küche eine wichtige Rolle, denn sie bilden die Würzessenz all unserer Gerichte. Dies gilt für das ganze Jahr, aber mit dem Frühlingsbeginn ist die Auswahl hiesiger frischer Kräuter wieder viel breiter und differenzierter. So können wir unseren Gästen den lang ersehnten Frühling auch auf dem Teller präsentieren und mit einer ganz frischen und leichten Aromatik auf den Sommer zugehen.

Und ein ganz besonderer Platz wird endlich wieder vermehrt von unseren Gästen belebt – das berühmte Bänkchen auf unserer Düne mit dem weiten Blick aufs Meer. Mit einem Aperitif und den ersten warmen Sonnenstrahlen gibt es kaum einen schöneren Auftakt in das Frühjahr.







FRÜHLINGSMENÜ



PRODUKTE DES FRÜHLINGS

HUCHELS ALPHA

In unserer Küche ist Huchels Alpha schon lange zurück und wir bereiten ihn im Frühjahr regelmäßig frisch zu. Diese alte Spargelsorte war fast in Vergessenheit geraten. Dabei hat dieser wunderbare weiße Spargel, einst von dem Spargelzüchter August Huchel in den 1960er-Jahren entwickelt, viele Vorteile gegenüber ihren hybriden Schwestern, die man heute an vielen Ständen kaufen kann. Auch wenn diese konventionellen Sorten oft sehr gut sind, hat Huchels Alpha doch einen ganz erheblichen Mehrwert für den Gast – und das ist der Geschmack. Er ist viel »spargeliger«, enthält mehr Bitterstoffe, ist aber auch süßlicher – er verkörpert geschmacklich für mich all das, was ich mit Spargel

verbinde. Die neuen Sorten sind eher auf Effizienz gezüchtet, das heißt, dass eine Pflanze 14 weitere Spargelstangen versorgen muss. Der alte Huchel dagegen hat drei bis vier Triebe pro Pflanze, kann also sein ganzes Aroma auf wenige Stangen verteilen, was zu dieser enormen geschmacklichen Tiefe führt. Darüber hinaus sind die Stangen sehr zart und die Köpfe fest geschlossen. Wir freuen uns, dass wir mit dem Züchter Andreas Reimers aus Neumünster einen echten Experten und Kämpfer für den guten Geschmack gefunden haben.

REGENBOGEN- FORELLE

Optisch ist die Regenbogenforelle einer der schönsten Fische, ein sehr eleganter und filigraner Vertreter seiner Art mit einem spitz zulaufenden Kopf und einer wunderschön schillernden Haut, ganz wie es der Name verrät. Das Fleisch dieses Fettfisches besitzt einen außergewöhnlichen Schmelz, die Regenbogenforelle gehört aber eher zu den leiseren Vertretern, das heißt, das Aroma ist zart und feinesse-reich. Man muss sehr behutsam damit umgehen und immer darauf achten, dass der Geschmack des Fisches voll zur Geltung kommt, also entsprechend »eingerahmt« wird.

Der hübsche Fisch bevorzugt Bäche, Flüsse und Seen, auch Teiche, und wir beziehen ihn aus der Holsteinischen Schweiz rund um den Plöner See.





HELGOLÄNDER HUMMER

Hummer ist ein absolutes Luxusprodukt, das wir bei uns in der Küche behutsam und sehr bewusst einsetzen. Meiner Meinung nach ist der Hummer ein ganz besonderes Krustentier. Sein Geschmack kann zart, nussig und voller feiner Krustentieraromen sein, aber er ist ausgesprochen schwer zuzubereiten, anders als ein Kaisergranat oder die Königskrabbe. Das Fleisch wird unvorteilhaft weich, wenn man ihn zu langsam gart. Wenn es wiederum zu heiß wird, dann »macht das Fleisch zu« und wird fest. Man muss sich also mit der Hitze sehr gut auskennen, damit die Zubereitung gelingt. Das Fleisch des Hummers lebt stark von Röstaromen, denn dann bekommt er noch mal einen kräftigen Geschmacksschub.

Hummer ist eigentlich überall auf dem Globus erhältlich. In Europa gehört der Bretonische Hummer zu den bekanntesten Sorten. Im Unterschied zum kanadischen Hummer hat der Europäische Hummer unten am Bauch eine blaue Marmorierung, manche sind auch Signalblau, was wunderschön

anzusehen ist. Durch das Kochen wird das Betacarotin freigesetzt, so entsteht das signifikante Rotorange, das aber nie so stark wie bei einem kanadischen Exemplar ist. Die europäische Art kostet fast doppelt so viel wie der kanadische Hummer, daher sollte man die Unterschiede kennen, wenn man bereit ist, in ein so exklusives Produkt zu investieren.

Die meisten europäischen Hummer stammen von der bretonischen Küste oder aus Großbritannien. Wir haben jahrelang Limfjord-Hummer, einen blauen Hummer, gekauft, ein Spitzenprodukt. Wir sind aber inzwischen glücklich, dass wir nun die Möglichkeit haben, den Helgoländer Hummer kaufen zu können. Die Bestände haben sich erholt, sodass es nun kleine Fangmengen gibt. Zweimal in der Woche kommen die Helgoländer Hummerfischer und versorgen uns mit ihrem sensationellen Produkt, rein und frisch.



STEINBUTT

Dieser besondere Plattfisch gehört zu den Edelfischen, die unter anderem in der Nordsee ihr Zuhause haben. Es gibt Tiere, die deutlich über 20 Kilogramm wiegen, aber in der Regel sind die Tiere, die wir verarbeiten, zwischen zwei und vier Kilogramm schwer. Noch leichtere Tiere sind in der Regel Babysteinbutts, die aber für uns nicht infrage kommen. Die Tiere sollten vor dem Fang so alt werden, bis sie geschlechtsreif sind, sodass die Bestände gesichert werden können.

In unserer Küche verarbeiten wir am liebsten Exemplare zwischen sechs und acht Kilogramm, dies sind dann allerdings auch schon sehr große Fische. Als einer der edelsten Fische ist der Steinbutt auch der teuerste Fisch aus der Nordsee. Sein Name verdankt er übrigens seiner Oberseite, die kleine Verknöcherungen in der Haut aufweist, die wie Steine aussehen. Die oberen Filets sind immer dicker als die unteren, unten ist das Fleisch zarter und schneeweiß. Sehr spannend ist auch der Saum, der einen fettigen, fast gallertartigen Schmelz besitzt.

Unsere Tiere kommen aus Dänemark, wir kaufen sie auf Auktionen, an sechs Tagen in der Woche werden wir beliefert. Interessant: Auf einer Seite des Tiers ist ein Auge verkümmert, was daran liegt, dass diese Fische erst hochkant schwimmen, sich dann aber auf die Seite legen, was zu einer Verkümmernng des unteren Auges führt.

KALBSBRIES

Unter den Innereien ist Kalbsbries wohl eines der feinsten Stücke, denn das weiße Gewebe der Thymusdrüse ist ausgesprochen zart und sehr fein im Geschmack. Die auch Kalbsmilke genannte Wachstumsdrüse ist nur bei Jungtieren vorhanden und bildet sich im Laufe der Zeit wieder zurück. Vor der Zubereitung sollte das Kalbsbries immer gewässert werden – zwei Stunden in einer Schüssel mit kaltem Wasser, zwischendurch immer wieder mal unter fließendem Wasser spülen. Anschließend wird das

Fleisch von Häutchen, Knorpeln und Blut befreit. Danach kann das schneeweiße Fleisch weiterverarbeitet werden. In der Regel wird es pochiert und im Anschluss glaciert oder geröstet, wobei ich das Rösten favorisiere, weil es dem Fleisch eine angenehme Festigkeit verleiht.

WEIDEHUHN

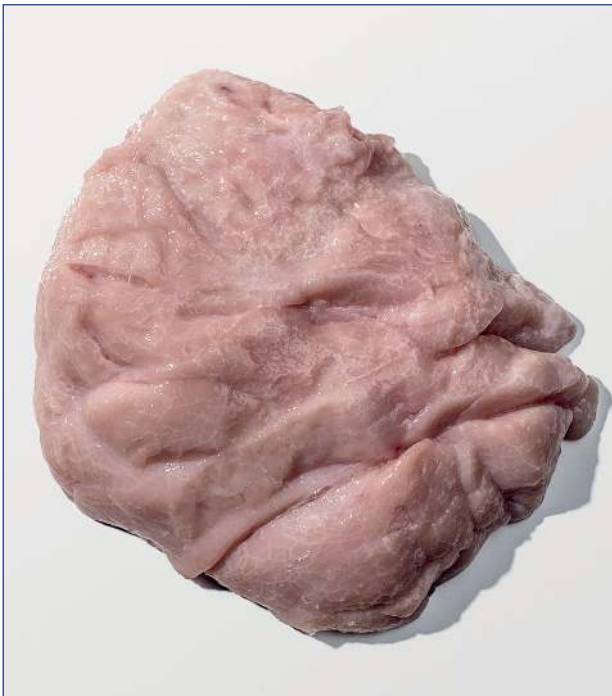
Helles Geflügel hat uns jahrelang wirklich herausgefordert. Es ist eines der beliebtesten Fleischarten und wird von besonders vielen Gästen gleichermaßen geschätzt. Deutschland hat sich in den vergangenen Jahrzehnten zu einem echten Geflügelland entwickelt, allerdings wurde die große Nachfrage eben über Massenproduktion befriedigt mit allen bekannten und ungunstigen Entwicklungen gegen Tierwohl und Gesundheit. Umso glücklicher sind wir, dass wir mit dem Geflügel-Experten Lars Odefey jemanden gefunden haben, der mit viel Wertschätzung für die

Tiere und höchstem Qualitätsanspruch Tiere züchtet, die wir gerne verarbeiten. Anfänglich hat er Tagesküken aus Frankreich gekauft und selbst aufgezogen. Inzwischen verfügt er über einen eigenen Genpool, sodass aus seinen Küken die besten Hühner wachsen, die genauso gut sind wie die französischen Label-Rouge-Exemplare. Das Fleisch ist einfach immer top, saftig, perfekt in der Textur und geschmacklich genau so, wie ich mir Geflügelfleisch vorstelle.

RHABARBER

Jedes Jahr, wenn der Frühling beginnt, freue ich mich ganz besonders auf Rhabarber. Er zählt zu den Gemüsen, auch wenn die meisten ihn als Obst betrachten und auch so verarbeiten, etwa zu Grütze, Kuchen und Desserts.

Ich liebe Rhabarber deshalb so sehr, weil er den ersten frischen Akzent des Jahres setzt und deshalb immer in



SYLTER ROSE

unser Frühlingsmenü einfließt, hier in Form eines Desserts. Es ist das erste Gemüse, das nicht eingelegt, sondern ganz authentisch und frisch nach dem Winter auf den Tisch kommt. Er transportiert Leichtigkeit und Frische, Qualitäten, die ich mir vom Frühling einfach erwarte, und seine Oxalsäure ist sehr spitz und knackig.

Außerdem ist Rhabarber deshalb so spannend, weil er einerseits als Obst in Desserts funktioniert, aber andererseits eben auch als Gemüse, etwa zu Krustentieren. Er gehört zur Gattung der Knöterichgewächse, ebenso wie der Japanische Knöterich, den wir auf der Insel wild sammeln und den wir zu Petit Fours verarbeiten. Es gibt zwischen beiden Gewächsen eine große aromatische Verwandtschaft und sie sind beide aus unserer Küche nicht wegzudenken.

Was wären wir ohne unsere Rose – sie gehört zu unserer DNA und hat in unserer Küche regelrecht ihren Stammplatz. Früher war ich kein großer Fan des Rosengeschmacks, weil er mir immer zu parfümiert und intensiv erschien. Die Sylter Rosa rugosa allerdings ist so zart in ihrer Aromatik, leicht, duftig und feminin – deshalb verarbeite ich sie unglaublich gern.

Sie wächst einfach überall, wir sind sozusagen davon umzingelt. Man findet sie auf der Düne, neben dem Eingang unseres Hauses, sie umgibt als Heckenrose all die schönen Häuser auf der Insel und gehört hierher wie der Sand und das Meer. Ihre Blütezeit ist im Mai und Juni und ihr Duft verbreitet die ersten Anzeichen des Frühsommers. Für uns ist in dieser Zeit die große Ernte angesagt. 50 bis 60 Kilogramm der Blütenblätter ernten wir jedes Jahr, was eine

große Menge ist. Das Spannende an dieser wunderbaren zarten Zutat ist ihre wirklich vielfältige Einsatzmöglichkeit. Die Blütenblätter passen zu Apéros, zu Fisch, zu Krustentieren oder zu Petit Fours. Und sie lassen sich bestens konservieren, sowohl die Blätter als auch die Rosenfrüchte. So können wir unsere Lager befüllen und das ganze Jahr auf diesen besonderen Geschmack der Insel zurückgreifen.

Übrigens: Ein besonderes Highlight ist unser Quid-pro-quo-Event, wenn die Rosenblüten zur Ernte bereit sind. Dann laden wir unsere Gäste zum gemeinsamen Sammeln ein. Sie unterstützen uns und wir bedanken uns im Anschluss mit einem schönen Essen im Söl'ring Hof. Dafür gibt es kein festes Datum, denn die Natur hat ihre eigenen Gesetze. Aber wir zelebrieren diese Ernte schon seit vielen Jahren mit großem Erfolg.





SNACK





SNACK 1 APFEL, KNOLLENSELLERIE, VERBENE

für 5 Portionen

Einlegefond

50 ml Weißweinessig
 150 ml Wasser
 30 g Zucker
 6 g Meersalz
 ½ frisches Lorbeerblatt
 10 ganze weiße Pfefferkörner
 1 TL Koriandersaat

Apfel-Sellerie-Schlaufen

1 Holsteiner Glockenapfel
 1 Spritzer Zitronensaft
 1 Knollensellerie
 Einlegefond (siehe Teilrezept)
 1 Topf frische Verbene

Einlegefond: Alle Zutaten in einem kleinen Topf aufkochen und nach 30 Minuten durch ein feines Sieb passieren.

Apfel-Sellerie-Schlaufen: Den Apfel schälen und mit einem Gemüsehobel in circa 1 Millimeter dicke Streifen schneiden. Diese Streifen in eine Schale mit Wasser und 1 Spritzer Zitronensaft legen, damit diese nicht braun anlaufen. Den Knollensellerie ebenfalls schälen und mit einem Hobel in Streifen von 1 Millimeter Dicke aufschneiden. Diese Streifen mit heißem Einlegefond überbrühen und 12 Stunden durchziehen lassen.

Die Apfelstreifen auf ein Brett legen und eine Breite von 4 Zentimeter und eine Länge von 11, 9, 7, 5 und 3 Zentimeter abmessen, die Streifen mit einem Messer zurechtschneiden. Genauso die Knollenselleriestreifen zurechtschneiden, hier mit den Längen von 10, 8, 6, 4 und 2 Zentimetern.

Die zugeschnittenen Schlaufen schichten. Durch das Schichten sind zum Schluss immer 0,5 Zentimeter Platz zwischen den Verbenenblättern.

Erste Schicht: Einen Apfelstreifen mit 11 Zentimeter Länge bereitlegen. In einem Abstand von 1 Zentimeter versetzt Verbenenblätter auf den Apfelstreifen legen. Links und rechts jeweils 1 Zentimeter Platz lassen.

Zweite Schicht: Einen Streifen Knollensellerie mit 10 Zentimeter Länge zurechtlegen. Zwischen dem ersten Zentimeter und dem neunten Zentimeter Verbenenblätter mit einem Abstand von 1 Zentimeter legen. Links und rechts erneut 1 Zentimeter Platz lassen.

Dritte Schicht: Einen Apfelstreifen von 9 Zentimeter Länge nehmen. Zwischen dem ersten und dem achten Zentimeter Verbenenblätter mit einem Abstand von 1 Zentimeter auslegen, links und rechts wieder 1 Zentimeter Platz lassen.

Vierte Schicht: Einen Knollenselleriestreifen mit einer Länge von 8 Zentimeter nehmen. Zwischen dem ersten und dem siebten Zentimeter Verbenenblätter mit einem Abstand von 1 Zentimeter auslegen, links und rechts 1 Zentimeter Platz lassen.

Fünfte Schicht: Einen Apfelstreifen von 7 Zentimeter Länge nehmen. Zwischen dem ersten und dem sechsten Zentimeter Verbenenblätter mit einem Abstand von 1 Zentimeter auslegen, links und rechts wieder 1 Zentimeter Platz lassen.

Sechste Schicht: Einen Knollenselleriestreifen mit einer Länge von 6 Zentimeter nehmen. Zwischen dem ersten und dem fünften Zentimeter 4 Verbenenblätter mit einem Abstand von 1 Zentimeter auslegen, links und rechts 1 Zentimeter Platz lassen.

Siebte Schicht: Einen Apfelstreifen von 5 Zentimeter Länge nehmen. Zwischen dem ersten und dem vierten Zentimeter 3 Verbenenblätter mit einem Abstand von 1 Zentimeter auslegen, links und rechts wieder 1 Zentimeter Platz lassen.

Achte Schicht: Einen Knollenselleriestreifen mit einer Länge von 4 Zentimeter nehmen. Zwischen dem ersten und dem fünften Zentimeter 2 Verbenablätter mit einem Abstand von 1 Zentimeter auslegen, links und rechts 1 Zentimeter Platz lassen.

Neunte Schicht: Einen Apfelstreifen von 3 Zentimeter Länge nehmen. Zwischen dem ersten und dem vierten Zentimeter 1 Verbenablatt platzieren, links und rechts wieder 1 Zentimeter Platz lassen.

Zehnte Schicht: Einen Knollenselleriestreifen mit einer Länge von 2 Zentimeter nehmen. Genau in die Mitte 1 Verbenablatt legen, links und rechts 1 Zentimeter Platz lassen.

Die Streifen kräftig zusammendrücken, sodass eine Verbindung entsteht und sich die einzelnen Schichten nicht voneinander lösen. Die geschichteten Streifen in 0,8 Zentimeter breite Streifen schneiden, sodass sich 5 Portionen ergeben. Im Querschnitt soll sich ein schachbrettartiges Muster zeigen.

ANRICHTEN

Die Schnitten wellenartig biegen und gekühlt servieren.





SNACK 2 MEERÄSCHE, BUTTERMILCH, SONNENBLUMENKERNE

für 10 Portionen

Beize

10 g getrockneter Strand-Wermut
2 Lorbeerblätter
1 TL Koriandersaat
1 TL Fenchelsamen
1 TL ganze weiße Pfefferkörner
3 Wacholderbeeren
1 TL Senfsaat
20 frische Verbena-Blätter
300 g grobes Meersalz
50 g Zucker

Meeräsche

1 Meeräsche, ca. 3 kg schwer – benötigt
werden 200 g Filet aus dem oberen
Rückenteil
Beize (siehe Teilrezept)

Buttermilchbrötchen oder -stangen

250 g Mehl
5 g Salz
130 g lauwarme Buttermilch
30 g weiche Butter
10 g frische Hefe
25 g Zucker
½ Ei
50 g kalte Butter zum Einstreichen der
Brötchen nach dem Backen

Beize: Die Gewürze in einem Mörser zerstoßen. Die Verbene in feine Streifen schneiden und alles gemeinsam mit Meersalz und Zucker vermengen. Es wird wesentlich mehr Beize entstehen, als Sie benötigen – die Beize kann gekühlt über zwei Wochen gelagert werden.

Meeräsche: Die Meeräsche entschuppen und die Flossen des Tieres abschneiden. Alle verbliebenen Schuppen in Richtung des Kopfes mit einem Küchentuch abstreifen. Den Bauchraum vom Schwanzstück aus bis zum Kopf hin aufschneiden. Unter fließendem Wasser alle Innereien entfernen.

Ein sehr scharfes, langes Messer schräg hinter den Kiemen ansetzen und damit Richtung Kopf schneiden. Das Messer drehen und entlang der Mittelgräte weiter-schneiden bis zur Mitte des Fisches, dabei leicht an die Hauptgräte drücken. Die Seite zum Schwanz hin abtrennen.

Den Fisch drehen und die zweite Seite auf dieselbe Weise filetieren.

Zuletzt die Bauchlappen der Filets mit einem schrägen Schnitt abtrennen. Um die Haut zu entfernen, am Schwanzende ins Fleisch schneiden, um die Haut greifen zu können. Das Filet mit einem flexiblen Messer parallel zur Arbeitsfläche herauslösen.

Den rötlichen Tran vom Fleisch schneiden und die Gräten ziehen. 200 Gramm des Filets mit der Beize einreiben und 24 Stunden gekühlt und abgedeckt lagern.

Im Anschluss die Rückstände der Beize gründlich mit einer Palette abstreifen. Den Fisch in hauchdünne Scheiben schneiden. Es werden 4 bis 5 Scheiben pro Portion benötigt. Die Scheiben leicht überlappend auf das Arbeitsbrett legen und zu einer »Rose« einrollen. Der Durchmesser sollte identisch mit dem der nachfolgenden Milchbrötchen sein.

Buttermilchbrötchen oder -stangen: Mehl und Salz in einer trockenen Schüssel vermischen.

Buttermilch und Butter in einem Topf lauwarm erwärmen, Hefe, Zucker und das verquirlte halbe Ei zugeben.

Alles circa 8 Minuten lang zu einem Teig vermengen. So lange auf einer mehlierten Arbeitsfläche kneten, bis er glatt ist. Anschließend den Teig abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich in seinem Volumen verdoppelt hat.

Den Teig zu einem Rechteck ausrollen und von beiden Seiten bis zur Mitte hin falten (tourieren), sodass ein schmales Rechteck bleibt. 10 Minuten ruhen lassen, dann erneut flach ausrollen.

Den Teig nun wie eine Schnecke aufrollen, mit einem Durchmesser von 1,5 Zentimetern. Die Teignaht mit den Fingern zusammendrücken und damit verschließen. Die Rolle abgedeckt auf einem mehlierten Backblech 30 Minuten gehen lassen.

Sonnenblumenkernemulsion

50 g Sonnenblumenkerne

Abrieb von 1 Zitrone

150 ml Milch

50 ml Sonnenblumenkernöl

3 g Meersalz

frisch gemahlener weißer Pfeffer
aus der Mühle

Anschließend den Teig bei 175°C circa 10–15 Minuten goldbraun backen. Sobald die Milchbrötchen fertig sind, mit einem Stück kalter Butter einreiben, damit sie nicht austrocknen. Nach dem Auskühlen die Stangen in 2 Zentimeter hohe Zylinder portionieren. Zum Servieren in einer trockenen Pfanne von beiden Schnittseiten goldbraun rösten.

Sonnenblumenkernemulsion: Die Sonnenblumenkerne in einer trockenen Pfanne auf mittlerer Hitze rösten. Die Kerne anschließend mit den Zitronenzesten in der Milch aufkochen und in circa 10 Minuten zu einer homogenen Masse mixen. Gegebenenfalls noch etwas Milch hinzugeben. Nach dem Auskühlen das Sonnenblumenkernöl im dünnen Strahl in die Masse einmixen. Die emulgierte Masse mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken und in einen Spritzbeutel füllen.

ANRICHTEN

Die ausgekühlten Scheiben des Buttermilchbrötchens in 0,5 Zentimeter hohe Stücke schneiden, jeweils 1 Punkt Sonnenblumenkernemulsion daraufspritzen. Dieser dient dazu, die gebeizten Fischrosen zu befestigen. Anschließend einige kleine Punkte der Emulsion in die Fischrose spritzen.

