



Scharfe Jungs: Ole Plogstedt (l.) und Jörg Raufeisen betreuen auch das Catering für das Live-Earth-Event in Hamburg

KOCHEN ROCKT

Mit GALA bei der Roten Gourmet Fraktion

Musik für den Gaumen

Auf Tour sind sie auch, aber statt auf der Bühne stehen sie hinter dem Herd: die **CATERING-SPEZIALISTEN RGF**. Gekocht wird auf höchstem Niveau – für Bands wie Rosenstolz oder Fanta 4

Für Rockerjungs beginnt ihre Geschichte eigentlich ziemlich edel: im noblen Hotelrestaurant „Steigenberger“ Berlin. Dort trafen Ole Plogstedt und Jörg Raufeisen zum ersten Mal aufeinander. Der Erste lernte Kochen, der Zweite Patissier. „Der Restaurantbetrieb langweilte aber auf Dauer“, so Ole Plogstedt. Die beiden Musikfans freundeten sich an und gründeten 1993 die RGF, die Rote Gourmet Fraktion. „Mit Gewalt oder Radikalität haben wir aber nichts zu tun, wir sind ganz friedlich!“ Mit Messern hantieren sie dann auch nur für das GALA-Shooting – und natürlich am Herd. Zum Beispiel um den Kürbis klein zu schneiden, den sie

KÜRBISROLLE MIT KOKOSREIS UND KAROTTEN-KICK



ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- KAROTTEN-KICK** ■ 550 g Möhren
 ■ 1 Zwiebel ■ 1 EL Öl ■ Zucker
 ■ Weißwein ■ 500 ml Möhrensaft
 ■ 2 Stangen zerstoßenes Zitronengras
 ■ Limonenblätter ■ frischer Ingwer
 ■ Salz ■ ca. 500 ml Kokoscreme
 ■ 1 Bund Koriander ■ Sambal Oelek
- GRÜNE SAUCE** ■ Schnittlauch
 ■ Limonenblätter ■ Koriander
 ■ ¼ l Kokosmilch ■ Limonensaft
 ■ Salz, Zucker, Pfeffer
 ■ Wasabi-Paste
- KÜRBISROLLEN** ■ 1 kleiner Butter
 ■ nut-Kürbis ■ 1 Zwiebel ■ etwas
 ■ gemahlener Koriander
 ■ Schwarzkümmel
 ■ 8 Blätter Frühlingssrollenteig
- KOKOSREIS** ■ Basmatireis (4 Tassen)
 ■ ¼ l Kokosmilch ■ Wasabi-Pulver

Kräftige Farben: Die süßlich schmeckende Karottensauce und der knackige Kürbis passen nicht nur optisch zusammen (o.). Das Gericht sieht raffiniert aus, lässt sich aber in wenigen Schritten zubereiten (u.)



1

Die Möhren raspeln, die Zwiebel in Würfel schneiden. Einen Teil der Raspel mit der Zwiebel, etwas Öl und zwei TL Zucker in einer heißen Pfanne glasig werden lassen und mit etwas Weißwein ablöschen. Die Masse mit Möhrensaft auffüllen, restliche Raspel, Zitronengras und einige angeprüllte Limonenblätter hinzufügen. Ingwer hineinreiben, leicht salzen und ca. 10 Min. reduzieren. Anschließend mit der Kokoscreme und dem Koriander nochmals kurz aufkochen. Zitronengras herausnehmen und die Sauce durch ein feines Sieb passieren. Mit Sambal Oelek würzen.

2

Für die grüne Sauce Schnittlauch, Limonenblätter und Koriander klein hacken. Mit Kokosmilch und Limonensaft kurz aufkochen mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken. Mit dem Mixer fein pürieren, Wasabi nach Geschmack hinzufügen.

3

Den Kürbis in Stifte schneiden und in heißem Öl mit Zwiebelwürfeln scharf anbraten, mit Schwarzkümmel und gemahlenem Koriander würzen. Die Kürbissstifte in die Teigblätter wickeln und in etwas Öl anbraten.

4

Basmatireis zubereiten. Kokosmilch aufkochen und mit Wasabi abschmecken. Den gekochten Basmatireis damit anrühren. Die Rollen auf dem Reis servieren, dazu beide Saucen reichen.

