



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

**F**ür 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 Tass  
 ■ ¼ l Kokosmilch ■ Wasabi-Pul

**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.

## KONGLOMERAT VON ERDBEERE, LEBER, ENTENBRUST UND BASILIKUM



Ungewöhnliche Mischung: Entenbrust, Kalbsleber, Kartoffeln – und Erdbeeren. Aber der süß-salzige Mix schmeckt erstaunlich gut

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

400 g Kalbsleber ■ 1 EL Olivenöl ■ 100 g Cornflakes  
 ■ 300 – 400 g Entenbrust ■ 1 EL Olivenöl ■ Salz, Pfeffer  
**TEMPURATEIG** ■ 100 g Mehl ■ 100 g Stärke  
 ■ 1 Prise Backpulver ■ Eiswürfel  
**ERDBEERMARK UND ERDBEERSAUCE** ■ 250 g feste Erdbeeren ■ Zucker ■ Zitronensaft ■ Salz  
 ■ Erdbeersaft ■ Geflügelfond ■ ½ Becher Sahne  
 ■ 100 g Frischkäse ■ Pfeffer  
**AUSSERDEM** ■ 1 Bund Basilikum ■ 1 kg Pellkartoffeln  
 ■ 2 Schalotten oder Zwiebeln ■ Speckwürfel  
 ■ 1 EL Butter

### 1

**Für den Tempurateig** Mehl und Kartoffelstärke mit einer Prise Backpulver vermischen, nach und nach eiskaltes Wasser hinzufügen und alles mit einem Schneebesen glatt rühren.

### 2

**Die Kalbsleber** mit einer Seite durch den Tempurateig ziehen. Diese Seite mit grob zerdrückten Cornflakes panieren. Die Leber in Öl leicht anbraten – zunächst die cornflakesfreie Seite, dann die andere. Anschließend pfeffern, salzen und mit Alufolie abdecken.

### 3

**Die Hautseite** der Entenbrust einschneiden, mit Pfeffer und Salz würzen und in etwas Öl in der heißen Pfanne kurz anbraten. Dann bei 180° im vorgeheizten Ofen rosa garen (je nach Dicke ca. 7 Min.).

### 4

**Erdbeeren putzen**, halbieren, mit etwas Zucker, Zitronensaft, einer Prise Salz und etwas Erdbeersaft mixen, durch ein Sieb passieren. Einen Teil des Erdbeermarks mit Fond, Sahne und Frischkäse in einen Topf geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit einem Mixstab pürieren, dann kurz aufkochen. Vor dem Servieren einige Erdbeerscheiben hinzufügen. Mit dem anderen Teil des Marks Teller verzieren.

### 5

**Die Basilikumblätter** mit einer Pinzette durch den Ausbackteig ziehen, in 180° heißem Fett frittieren und anschließend auf Küchenkrepp ausbreiten.

### 6

**Die gekochten Kartoffeln** in einer Pfanne mit Schalottenringen und Speckwürfeln in Butter anschwitzen. Leber und Entenbrust auf den Kartoffeln anrichten und mit der Sauce sowie dem Erdbeermark beträufeln. Die frittierten Basilikumblätter dazu als Blickfang arrangieren.



später in dünnen Teig wickeln. „Die Musiker und Bühnenhelfer wollen meist frische, leichte Gerichte“, begründen die beiden den Stil ihrer selbst kreierte Rezepte. Und auch wenn das Image es nicht gleich vermuten lässt, sind viele Bands anspruchsvoll, was das Catering angeht. Ob HIM, Die Fantastischen Vier oder Rosenstolz: Ole Plogstedt und Jörg Raufeisen gehen oft wochenlang mit auf Tour und verwöhnen die Künstler und ihre Entourage. Geschlafen wird allerdings nicht in Hotels wie dem „Steigenberger“ – sondern wie es sich für Rocker gehört: im Tourbus. ■

**NÄCHSTE WOCHE** Donna Hay, eine der erfolgreichsten Kochbuchautorinnen der Welt, präsentiert ihre neuen Rezepte: schnelle Küche für liebe Gäste

### Mein Lieblingssong

Jamie Oliver:

„Mein absoluter Lieblingssong ist **Unfinished Symphony** von Massive Attack. Das Lied erinnert mich an die Zeit, als ich Teenager war.“

