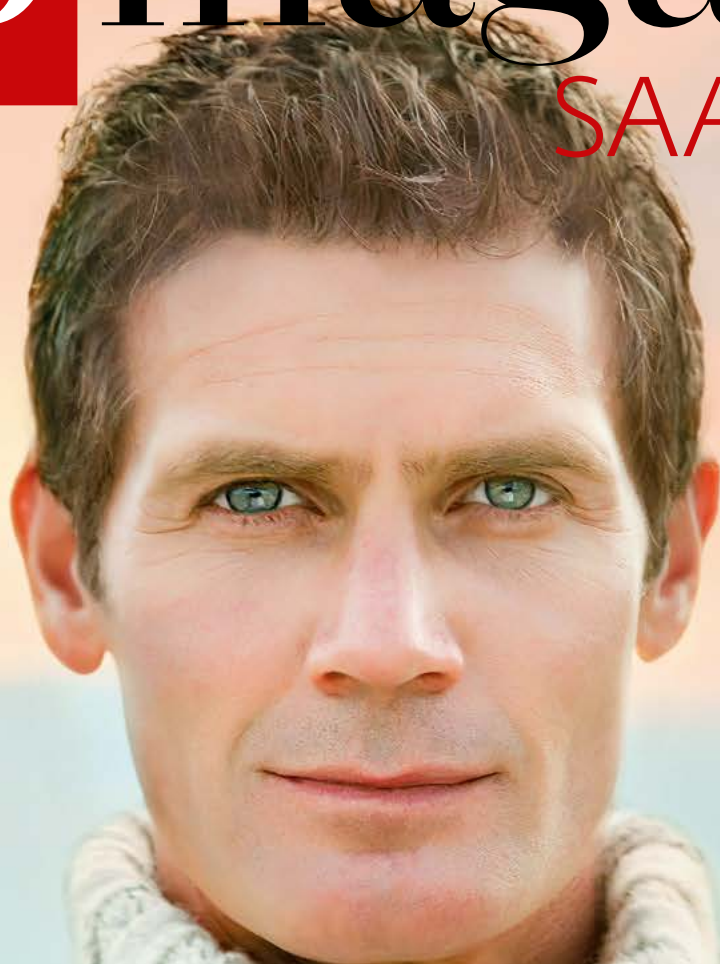


# top

# magazin

## SAARLAND



### medizin

## Gesundes Saarland

Die besten Kliniken,  
Ärzte, Therapien

### beauty

## Sinnliche Lippen

Zum Küssen schön!

### arbeiten

## Home Office

So geht Büro – zuhause!



*„Bestens in Fahrt mit  
den Autoflüsterern!“*

*Stefan Vollmer und  
Christof Barth  
(Autohaus Bunk)*



# Kochende LEIDENSCHAFTEN

Mode-Designerin Laura Theiss

## *Wildlachs-Filets mit Reis und schwarzem Hawaii-Salz*



Essen ist fertig! Die Homburger Mode-Designerin Laura Theiss schwört auf Wildlachs mit schwarzem Hawaii-Salz

**W**undervolle Wollwunder: Mit ihren extravaganten Strick-Kollektionen umgarnt die Homburger Mode-Designerin Laura Theiss die internationale Mode-Welt. Auch die Ballett-Compagnie des Saarländischen Staatstheaters staffiert sie regelmäßig mit ihren fantasievollen Fäden aus. Wie kreativ sie selbst in der Küche ist, bewies Laura Theiss nun bei MIORI in Brebach-Fechingen. ■

### Zutaten

- 250 g Wildlachsfilets
- 1 große Zwiebel
- 1 Zitrone (unbehandelt)
- Schwarzes Hawaii-Salz
- Frisch gemahlener Pfeffer
- 3 EL Olivenöl (kaltgepresst)
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- 80 g Schwarze Oliven
- 125 g Cherrytomaten
- Zitronenpfeffer (grob)

\* Alle exklusiven Wein-Empfehlungen zu den Rezepten von MIORI GmbH, Saarbrücker Str. 148-158, 66130 Saarbrücken





Salz ist nicht gleich Salz! MIORI-Chefin Nicole V. Wilhelm und Laura Theiss suchen gemeinsam die besten Gewürze aus



Und das passende Olivenöl? Das gibt es bei MIORI „frisch vom Fass“!



Dieser Pinot Noir wäre doch perfekt! Sommelière Mia Hamoen und Laura Theiss bei der Weinauswahl

### Zubereitung

Die Wildlachsfilets mit kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen und nach Geschmack mit dem frisch gepressten Zitronensaft beträufeln. Die Filets nun mit dem bunten Pfeffer und dem schwarzen Hawaii-Salz würzen. Das Öl in einer beschichteten Pfanne auf mittlerer Hitze erwärmen und die Filets insgesamt ca. 10 Minuten beidseitig mit geschlossenem Deckel garen. Aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Den Rosmarin waschen und bis auf einen kleinen Rest zupfen. Zusammen mit den Tomaten und den Oliven 5 Minuten vor Bratzeitende mitbraten. Vorsichtig in der Pfanne rühren und mit Salz und buntem Pfeffer abschmecken. Am Ende den Fisch dazugeben und alles kurz ziehen lassen. Vor dem Servieren die Filets mit Zitronenpfeffer bestreuen und mit dem restlichen Rosmarin verzieren. Als Beilage eignet sich Wildreis oder buntes Marktgemüse. Alternativ zum Wildlachs eignen sich Seelachs, Kabeljau oder auch Seeteufel. ■

### Wein-Empfehlung\*

MIORI-Sommelière Mia Hamoen empfiehlt hierzu einen Pinot Noir Solidus vom Weingut Siegrist 2017 Pfalz. Winzer Thomas Siegrist gilt als Barrique-Pionier der Pfalz und revolutionierte seinerzeit den Ausbau der Weiß- und Rotweine. Der Pinot Noir Solidus trocken wurde ausschließlich in Barriquefässern ausgebaut, die mindestens über drei Jahre alt sind. Der Pinot Noir hat eine attraktive Nase und begeistert durch seine Brombeeraromen. Leicht gekühlt – die perfekte Liason mit Lachs. Preis bei MIORI: 9,50 Euro (Literpreis: 12,67 Euro)



Michael Langenstein (Saarbetten)

# Garnelen-Spieße mit grünem Salat



Schmeckt nach Urlaub: Michael Langenstein, Geschäftsführer bei Saar Betten, mit Grill-Garnelen an grünem Salat

## Zutaten

- 500 g** Tiefkühl-Garnelen
- 2 EL** Ketchup
- ½ Schote** Chili, gehackt
- ½ Bund** Petersilie
- 2 EL** Zitronensaft
- 100 ml** Olivenöl
- 1 Zehe** Knoblauch, gehackt
- Salz, Pfeffer, Zucker

## Zubereitung

Garnelen auftauen lassen. Auf Holzspieße stecken. Marinade aus Ketchup, Chilischote, Petersilie, Zitronensaft, Öl, Salz, Pfeffer und Knoblauch rühren. Über die Spieße geben und mindestens 30 Minuten ziehen lassen. Auf dem Grill bei kleinerer Hitze etwa 3 Minuten von jeder Seite grillen und mit grünem Salat servieren. ■

## Wein-Empfehlung\*

MIORI-Sommelière Mia Hamoen empfiehlt hierfür einen besonderen Saar-Riesling: „Der Gärtner“ vom Weingut Cantzheim. Stephan und Anna Reimann setzen sich mit dem Weingut Cantzheim für den Erhalt dieser uralten Weinkultur ein. Dabei begleitet Kellermeisterin Anna jeden Wein persönlich von der Rebe bis in die Flasche. Hierzu setzt sie ausschließlich auf Naturvergärung mit Hefen aus dem eigenen Weinberg. Der trockene Gutsriesling steht mit beiden Füßen auf dem Boden: fest, strukturiert, herbe Aromen geriebener Zitrusfrüchte, erdige Töne, saftig zugleich. Das Lesegut stammt aus den steilsten Schieferhängen des südwestlich ausgerichteten Kanzemer Sonnenbergs mit herrlichem Blick auf Wawern, Biebelhausen und Ayl. Preis bei MIORI: 9,95 Euro. (Literpreis: 13,27 Euro)





Ralf Kartes (Suzuki-Autohaus Kartes, Lebach)

# Filetto di manzo

## Zutaten

- 4 Rinderfiletstücke
- 1 ½ EL Olivenöl
- 1 TL Chiliöl
- 3 Zehen Knoblauch, gehackt
- 1 TL Fenchelsamen
- 90 g Tomatentapenade
- ½ TL Chiliflocken
- 2 EL Balsamico
- 125 ml Rotwein
- 125 ml Rinderfond
- Salz, Pfeffer



Heute ist Steaktag! Ralf Kartes präsentiert sein köstliches Filetto di Manzo

## Zubereitung

Beide Ölarten erhitzen, Fleisch auf jeder Seite 2 Minuten anbraten, dann Fleisch würzen, aus der Pfanne nehmen und in Alufolie einpacken. Hitzezufuhr kleiner stellen, Knoblauch, Samen, Tomatentapenade und

Chiliflocken ins Bratfett geben. 1 Minute rühren. Dann mit Fond, Wein und Balsamico ablöschen, zum Kochen bringen und 2 Min. köcheln lassen. Würzen. Fleisch in Scheiben und mit der Sauce servieren. ■

## Wein-Empfehlung\*

MIORI-Sommelière Mia Hamoen empfiehlt hierzu einen MIORI-Direktimport aus der Provence: den Château Bellini 2017. Der Winzer Tom Bove war lange Zeit Eigentümer des Château Miraval, das inzwischen von Hollywood-Star Brad Pitt erworben wurde. Dieser ausgezeichnete Rotwein aus dem Herzen der Provence ist teilweise in Fässern aus französischer Eiche gereift. Die Trauben werden von Hand gelesen und sortiert. In der Nase entwickelt der Wein eine schöne Komplexität mit würzigen Noten, schwarzem Pfeffer und schwarzen Beeren: Brombeere und schwarze Johannisbeere. Im Gaumen begeistert er durch kräftige, berauschende Aromen vollreifer Früchte. Ein Rebenschatz mit schöner Struktur, großer Länge und einer zarten Schokoladennote. Château Bellini rot passt hervorragend zu Filetto di manzo und Fleischgerichten wie Wachteln gefüllt mit Gänseleber und Rosinen, Wild in Soße und gedünsteten Kartoffeln. Rebsorte: Cabernet-Sauvignon & Syrah. Preis bei MIORI: 15,95 Euro. (Literpreis: 21,27 Euro)



Karsten Faerber

# Spaghetti mit Tomaten Olivensoße mit gegrillten Garnelen



Mag's mediterran: Karsten Faerber mit seiner Lieblings-Pasta

## Zutaten

- 250 g Spaghetti
- 100 g Garnelen gegart (TK oder frisch)
- 3 Tomaten
- ½ Bund Petersilie
- 1½ Zehen Knoblauch
- 1½ EL Olivenöl
- Parmesan
- Salz
- Pfeffer
- Kräuter der Provence
- Tomatenmark
- Chilischoten

## Wein-Empfehlung\*

MIORI-Sommelière Mia Hamoen empfiehlt hierzu einen Chardonnay Reservé 2015 vom Weingut Siegrist Pfalz. Ein wahrlich großer Wein! Eine Legende der Südpfalz – kraftvoll, unverwechselbar, cremig. Reife Früchte mit zartwürzigem Nachhall – herrlich verführerisch. Gut integriertes Neuholz, leicht buttrig, floral. Ein Kellerschatz von Thomas Siegrist, dem großen Pfälzer Pionier in Sachen Barrique-Ausbau. Dieser Chardonnay passt übrigens auch perfekt zu edlem Geflügel, aber auch zu weißem Fleisch und Fisch in Sauce. Preis bei MIORI: 22,95 Euro. (Literpreis: 30,60 Euro)



## Zubereitung

Zwiebeln kleinschneiden und Knoblauch pressen und in eine Pfanne mit Olivenöl geben und andünsten. Dann Tomaten und Oliven ebenfalls klein schneiden und in der Pfanne mit anbraten. Anschließend gibt man Tomatenmark dazu und würzt das Ganze mit Salz, Pfeffer und Kräutern der Provence und

lässt die Soße köcheln. In der Zwischenzeit die Spaghetti kochen. Garnelen mit dem Messer vom Schwanzende bis kurz vor dem Kopf einschneiden. Danach Knoblauch auf das Garnelenfleisch streichen und mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl in eine Auflaufform geben. Die Garnelen in die Auflaufform stellen.

Anschließend die Garnelen mit Kräutern der Provence bestreuen und die Auflaufform in den Ofen bei 180 Grad stellen. Zum Anrichten die Nudeln in die Soße geben und mischen. Dann auf einem Teller das Nudelbett anrichten und die Garnelen dekorativ auf dem Teller anrichten. ■

Timo Meyer (USEC United Security GmbH)

# Rumpsteak vom Weiderind mit Wildkräuter-Avocado-Melonen-Salat

## Zubereitung

Das Fruchtfleisch der Wassermelone in 2 cm große Stücke würfeln. Die Frühlingszwiebeln und den Schnittlauch waschen, putzen und in dünne Ringe schneiden bzw. feinhacken. Die Avocado längs halbieren und den Stein entfernen, das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale lösen und in 2 cm große Würfel schneiden. Die Wassermelone und die Avocado in eine Salatschüssel geben und mit Olivenöl, Balsamico-Essig, Salz, Pfeffer und Wildkräutern abschmecken. Die Frühlingszwiebeln und die Kürbiskerne untermengen. Für das Rumpsteak: Backofen auf 100 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Einen Gitterrost in die Mitte schieben. Kokosfett in der Pfanne richtig heiß werden lassen. Fleischscheiben trockentupfen und von jeder Seite 2 Minuten braten (nur einmal wenden). Steaks aus der Pfanne nehmen und auf den Gitterrost in den Ofen geben. 8 Minuten fertig garen. Herausnehmen und mit Steakgewürz bestreuen und mit Pfeffer über mahlen. ■



Hier geht's heiß her! Timo Meyer, Geschäftsführer USEC United Security, in der heimischen Küche



Das macht Appetit: Rumpsteak mit Melonen-Avocado-Wildkräuter-Salat

## Wein-Empfehlung\*

MIORI-Sommelière Mia Hamoen empfiehlt hierzu einen „Ultimate Provence Rot“. Dieser Rebenschatz ist ein MIORI-Direkt-Import aus der Region um Saint-Tropez. Ein Wein mit einer modernen, schlanken und großzügigen Persönlichkeit, der sehr gut mit Fleischgerichten und Hartkäse harmoniert. Am Gaumen vermischen sich reife rote Früchte von Pflaumen und Kirschen mit warmen Pfeffernoten. Preis bei MIORI: 18,95 Euro. (Literpreis: 25,27 Euro)



## Zutaten

2 Rumpsteaks	2 EL Olivenöl	Wildkräuter
250 g Wassermelone	1 EL Balsamico-Essig	Kokosfett
1 Avocado	4 EL Kürbiskerne	Pfeffer und Steakgewürz
1 Frühlingszwiebel		