




---

## MARINIERTER OKTOPUS MIT BOHNENKRAUTCREME, GRANATAPFEL

Die vielfältigen Geschmacksnuancen des Bohnenkrautes passen hervorragend zum Oktopus, das Säure-Spiel des Granatapfels trägt zur Leichtigkeit des Gerichtes bei.

---



---

**MARINIERTER OKTOPUS**  
 400 g Oktopuscarpaccio (Kröswang)  
 5 EL Limonenöl  
 Limettenabrieb  
 1 EL weißer Balsamico  
 Meersalz  
 1 kleiner Oktopus ca. 400 g  
 je 50 g Sellerie, Karotte (geschält),  
 Lauch (gewaschen)  
 2 Zweige Rosmarin  
 0,1 l Weißweinessig  
 5 Pfefferkörner  
 2 Wacholderbeeren  
 4 Stück Kapernbeeren  
 4 cl Weißwein  
 1 Stück Granatapfel (Kerne  
 ausgelöst)

Marinade:  
 200 ml frisch gepresster Apfelsaft

50 ml Limonenöl  
 2 EL Apfelessig  
 1 TL Staubzucker  
 Salz, Pfeffer aus der Mühle

**SCHWEINEFUSSRAGOUT**  
 1 Schweinefuß  
 je 150 g Karotten, Sellerie, Lauch  
 gewaschen und grob geschnitten  
 150 ml Riesling  
 10 weiße Pfefferkörner  
 2 Zweige Liebstöckel  
 2 Thymianzweige  
 Salz, Pfeffer aus der Mühle  
 100 ml Schweinebratenjus  
 gekochte, fein geschnittene Gemü-  
 sewürfel

**GRÜNE-BOHNEN-PÜREE**  
 3 Bund Bohnenkraut  
 500 g feine grüne Bohnen  
 20 g Spinat blanchiert und fein ge-  
 hackt  
 Salz, Cayennepfeffer  
 1 Spritzer Zitronensaft  
 10 ml Weißweinessig

**BOHNENGEMÜSE**  
 200 g feine grüne Bohnen, bissfest  
 gegart  
 je 20 schwarze und weiße Bohnen-  
 kerne, 6 Std. eingeweicht in kaltem  
 Wasser  
 50 g Bauchspeck  
 6 zweige Bohnenkraut

---

### MARINIERTER OKTOPUS

Das Oktopuscarpaccio in feine Scheiben schneiden und überlappend auf ein Butterpapier zu einem Kreis auflegen. Den Oktopus in reichlich Wasser aufkochen und abschäumen. Den Essig, Kräuter und Gewürze zugeben und leicht salzen. Ca. 3-4 Stunden bei schwacher Hitze kochen. Er sollte einen leichten Biss haben. Aus dem Fond nehmen. Die Fangarme vom Oktopus herunterlösen und in beliebige Stücke schneiden. Warm stellen.

Für die Marinade alle Zutaten miteinander emulsionsartig verrühren und das lauwarmer Oktopuscarpaccio damit marinieren.

### SCHWEINEFUSSRAGOUT

Den Schweinefuß 7-8 Stunden in kaltem Wasser gut wässern. Schweinefuß mit dem Gemüse, Weißwein, Suppengrün und den Gewürzen in einem Topf mit gesalzenem Wasser in ca. 2,5 – 3 Stunden weich garen. Das Fleisch noch warm vom Knochen lösen und in feine Würfel schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit den Gemüseswürfeln vermengen, warm stellen.

---

### GRÜNE-BOHNEN-PÜREE

Die Bohnenkrautblätter von den Zweigen zupfen und in Wasser kochen, bis sie komplett weich sind, in Eiswasser abkühlen. Die grünen Bohnen putzen, waschen und in Salzwasser kochen, bis sie weich sind. Das Gleiche gilt für den Spinat. Anschließend in Eiswasser abschrecken. Die Bohnen, das Bohnenkraut und den blanchierten Spinat im Mixer zu einem glatten Püree mixen, mit Salz, Pfeffer, Weißweinessig und Zitronensaft abschmecken.

### BOHNENKERNE

Die eingeweichten Bohnenkerne in Wasser zusammen mit dem Speck, Bohnenkraut, Salz und etwas Essig bissfest kochen.

### Fertigstellung

Die Bohnenkrautcreme auf einem Teller verteilen. Darauf das Schweinefußragout geben und mit dem Oktopuscarpaccio abdecken. Die Oktopusfangarme mit den feinen Bohnen und eventuell mit etwas weißer Bohnencreme am Gericht verteilen. Die Granatäpfel darüberstreuen. Man kann auch noch z. B. Apfelscheiben und etwas Apfelkompott dazugeben. Mit Bohnenkraut ausgarnieren.

