

LEA LINSTER

EINFACH  
FANTASTISCH!

NEUE REZEPTE, TIPPS & TRICKS  
DER SPITZENKÖCHIN

**Diana** Verlag

EBOOKS

# Einfach fantastisch!

Neue Rezepte, Tipps & Tricks  
der Spitzenköchin







---

## INHALT

---

### Lea Linster

Einfach fantastisch – als Frau und als Köchin. **Seite 6**

### Vorspeisen & Häppchen

Willkommen! Kleine Rezepte zum Auftakt. **Seite 10**

### Salate & Suppen

Neue kreative Ideen – warm und kalt. **Seite 26**

### Fisch & Krustentiere

Köstliche Sterneküche für zu Hause. **Seite 42**

### Pasta & Risotto

Ein Teig, viele Möglichkeiten, großer Genuss. **Seite 62**

### Fleisch & Geflügel

Knusprige Hühner, saftige Braten, herrliche Soßen. **Seite 78**

### Gemüse & Beilagen

Raffiniertes für jede Jahreszeit. **Seite 100**

### Desserts & Kuchen

Avec amour – viel Liebe für den süßen Schluss. **Seite 118**

### Eis & Sorbets

Zarter Schmelz und feine Säure. **Seite 140**

---

Alle Rezepte im Überblick. **Seite 158**

Impressum, Adressen. **Seite 160**

Ausgezeichnet: Lea Linster  
hat einen Michelin-Stern,  
18 Punkte und den Bocuse d'Or



# »Lea ist einfach eine grandiose Frau«

Außergewöhnlich, was Cornelia Poletto hier über ihre Sterne-Kollegin sagt. Denn wenn großartige Köche aufeinandertreffen, ist es sonst schon ein Kompliment, dass es nichts zu meckern gibt. Bei Lea Linster ist eben vieles anders

**A**lfred Biolek kennt sie am längsten. »Lea war schon 1989 Kandidatin bei ›Mensch Meier‹, nachdem sie als erste Frau den Bocuse-Preis gewonnen hatte. Seitdem war ich oft zum Essen bei ihr, auch privat, manchmal kochen wir sogar zusammen. Ich freue mich immer, wenn ich das, was sie gekocht hat, essen darf. Denn es ist sehr, sehr gut.« Bio, wie ihn alle nennen, lobt ihre Qualität. »Lea Linster kocht nicht überkandidelt, kocht sehr intuitiv, mehr nach Gefühl, was zusammenpasst. Immer macht sie aus dem Einfachen das Beste.« Vor allem auch als Mensch schätzt er sie: »Sie hat einen unglaublichen Charme und Humor und ist sehr warmherzig. Ich kenne wirklich nur wenige Menschen mit solchen Qualitäten wie Lea.«

Ähnlich geht es Cornelia Poletto. »Niemand sonst schickt mir nach der Sendung eine SMS mit ›Deine Bolognese heute fand ich toll‹«, erzählt die Hamburger Sterneköchin, die wie Lea Linster oft Gast bei »Lanz kocht« im ZDF ist. »Lea ist die herzlichste und genussvollste Köchin, die ich mir vorstellen kann. Sie vermittelt unendliche Lebensfreude – auch wer sich nicht so für Essen interessiert, wird zum großen Genussmenschen, wenn er sie erst kennen gelernt hat.« Horst Lichter, Koch und Entertainer, war neulich erstmals mit Freunden bei ihr im Restaurant. »Ich habe einen wunderschönen Abend dort verbracht, Lea kocht mit absoluter Leidenschaft und Liebe«, sagt er. »Und wenn man sie über Fisch und Fleisch und Gemüse reden hört, dann merkt man: Sie liebt



»Sie kocht mit absoluter Liebe«

Horst Lichter

»Lea ist eine ganz tolle Gastgeberin«

Cornelia Poletto



»Ich schätze ihren Charme und Humor«

Alfred Biolek

»Lea ist für mich  
die personalifizierte  
Lebensfreude«

Kolja Kleeberg



»Sie kocht  
intelligent  
und kreativ«

Eckart Witzigmann



»Kulinarisch und  
menschlich:  
Lea ist großartig«

Markus Lanz

Lebensmittel über alles.« Cornelia Poletto bestätigt diesen Eindruck: »Lea redet über ein Stück Butter, also ob sie gerade ein Kind geboren hätte.«

Komplimente liebt die Spitzenköchin aus Frisange (Frisingen) in Luxemburg, nahe der deutschen und der französischen Grenze. »Ich bin Köchin, weil ich Komplimente so gern habe«, lacht sie. »Aber im Ernst: Wenn ich abends von Tisch zu Tisch gehe, und die Gäste sind zufrieden – das ist für mich das größte Glück. Es gibt nur wenige Berufe, in denen man Lob und Kritik so direkt erfährt wie beim Kochen.« Cornelia Poletto ist denn auch überzeugt, dass Lea Linsters Erfolg damit zusammenhängt, dass sie eine so gute Gastgeberin ist. »Ihr großes Talent ist: Man geht zu Lea und fühlt sich wohl. Wenn die Leute viel Geld für ein Essen ausgeben, wollen sie das Gefühl haben: Da ist jemand, der freut sich auf mich.«

Und schmecken muss es! Der Berliner Kollege Kolja Kleeberg meint: »Bei Köchen, die mit Lebensfreude und Lebenslust kochen, ist es einfach am besten. Und Lea ist für mich die personalifizierte Lebensfreude.«

Davon bekommt auch Markus Lanz in seiner Sendung immer eine gute Portion ab. »Ich mag Lea wirklich un-

heimlich gern, weil die Fröhlichkeit, die sie ausstrahlt, nicht aufgesetzt ist.« Als Südtiroler hat Lanz eine besondere Verbindung zu ihr: »Wir kleinen Völker müssen uns immer gegen die großen Nachbarn behaupten. Lea weiß genau, was sie will, vor allem aber: Was sie nicht will! Das ist keine Köchin aus der luxemburgischen Provinz, Lea ist auch in Paris und New York zu Hause.« Kulinarisch findet Lanz sie ebenfalls großartig. »Ich verbinde Lea mit tollen Soßen, ein Kompliment, denn ich mag Soßen eigentlich nicht besonders. Und mir gefällt, dass sie Gewürze nur in homöopathischen Dosen einsetzt, da wird nichts zugedeckt.«

Der Jahrhundertkoch Eckart Witzigmann erinnert sich: »Lea Linster ist bis jetzt die einzige Frau, die jemals den renommierten Kochwettbewerb Bocuse d'Or gewann. Ich war damals in der Jury, und es war eine echte Sensation und Überraschung. Sie kocht intelligent, kreativ und hat eine eigene Handschrift entwickelt. Talent, Kreativität und Fleiß sind nun einmal die Grundvoraussetzungen für eine große Kochkarriere, und Lea Linster ist mit diesen Attributen reich gesegnet.« Mehr Lob geht nicht.



Einladend: ein liebevoll  
gedeckter Tisch in  
Lea Linsters Restaurant





---

VORSPEISEN & HÄPPCHEN

---

»Herzlich willkommen!  
Meine Gäste freuen sich, dass sie  
Neues entdecken können. Und ich  
freue mich auf meine Gäste!«

Hauchdünne Pizza  
mit Schinken. Seite 16





Gefüllte Lachsroulade. Seite 16





Pikante Blätterteig-Öhrchen.  
Seite 17

## Hauchdünne Pizza mit Schinken

»In Häppchen geschnitten ist sie perfekt zum Aperitif«

- Für den Hefeteig verrühre ich erst einmal drei Esslöffel vom Mehl, die Hefe und das Salz mit einem Achtelliter Wasser in einer Schüssel und lasse diesen Vorteig etwa 20 Minuten gehen. Ich gebe ihn ins restliche Mehl, dann kommen das Olivenöl und wieder ein guter Achtelliter

lauwarmes Wasser dazu. Ich verknete den Teig ausgiebig mit den Händen, bis er elastisch und reißfest ist. Den fertigen Teig lasse ich gehen, bis er sein doppeltes Volumen angenommen hat: Das dauert etwa 40 Minuten.

- Inzwischen bereite ich den Tomaten-Sugo zu.
- Den fertigen Hefeteigkloß halbiere ich mit einem großen Messer, rolle den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche möglichst dünn zu zwei Rechtecken in der Größe eines Backblechs aus und lege die beiden Teigfladen auf Backpapier.
- Jetzt heize ich den Backofen auf 250 Grad (Umluft 230 Grad, Gas Stufe 5) vor. Dabei lege ich den Backofenrost mit der Wölbung nach oben direkt auf den Backofenboden.
- Ich steche die Teigfladen mit einer Gabel mehrfach ein – so bekomme ich eine schöne knusprige Pizza. Ich bestreiche die Teigfladen dünn mit etwas Tomatensoße und gebe sie so für knapp zehn Minuten in den Ofen: Einfach das Backpapier mit dem Fladen auf den heißen Rost legen. Meine Pizza ist fertig gebacken, wenn sie Blasen wirft und am Rand braun wird.
- Für den Belag teile ich den Büffelmozzarella (achten Sie bitte auf gute Qualität!) in kleine Stücke und lege ihn auf die knusprig gebackenen Teigfladen. Ich träufele pro Pizza etwa einen Esslöffel Olivenöl direkt aus der Flasche darauf und streue kräftig Pfeffer aus der Mühle darüber. Jetzt schneide ich jede Pizza in zwölf Stücke. Die belege ich außerdem mit geviertelten Kirschtomaten und großzügig mit luftgetrocknetem Schinken, hauchdünn geschnitten. Ich dekoriere noch mit ein bisschen Rauke und ein paar Basilikumblättern. Mal wieder einfach und genial, genießen Sie die Komplimente!

**TIPP:** Das Beste: So einen Hefeteig können Sie auch schon fertig im Tiefkühler haben!

**FÜR 24 HÄPPCHEN** Foto Seite 12

**Teig:** 400 g Mehl • 15 g Hefe • 1 TL Salz • 2 EL Olivenöl

**Tomaten-Sugo:** BASIC-Rezept Seite 117

**Belag:** 2 Büffelmozzarella • 2 EL Olivenöl • Pfeffer

• 10 Kirschtomaten • 100 g hauchdünner Parmaschinken

• 75 g Rauke • ½ Bund Basilikum

Jedes Detail hat Liebe verdient:  
Lea Linster prüft, ob das Wasser kocht

## Gefüllte Lachsroulade

»Damit machen Sie immer Furore!«

- Zuerst bereite ich die Guacamole-Füllung zu. Ich löse also die reife Avocado aus der Schale, putze den Knoblauch und die Schalotte und püriere dann das Avocado-Fruchtfleisch mit der Knoblauchzehe, der halben Schalotte, dem Limettensaft, dem Sahnemeerrettich und der sauren Sahne. Alles wird durchs Haarsieb gestrichen, damit auch wirklich keine Stückchen drinbleiben.
- Auf einem Stück Frischhaltefolie lege ich die dünn geschnittenen Scheiben vom Räucherlachs (oder Graved Lachs – ganz nach Geschmack) nebeneinander aus. Ich fülle die Guacamole in einen Spritzbeutel und drapiere einen dicken Streifen an die untere Kante der Lachsscheiben. Die rolle ich mithilfe der Folie auf und lege die Rolle in der Folie in den Tiefkühler.
- Die tiefgekühlte Lachsrolle wickele ich aus der Folie, schneide sie in Scheiben und lege die Röllchen auf Amuse-Bouche-Löffel oder kleine getoastete Baguettescheiben. Garniert wird mit je einem Kresse- und einem Kerbelblättchen, einem Schnittlauchhalm – und der lila Blüte vom Schnittlauch.

**TIPP:** Die kleinen kugelförmigen lila Schnittlauchblüten sind ein Gedicht: Sie sehen hübsch aus und schmecken auch noch.

**FÜR 20 AMUSE-BOUCHES** Foto Seite 13

150 g Räucherlachs oder Graved Lachs

**Füllung:** 1 Avocado • 1 Knoblauchzehe • ½ Schalotte

• 2 EL Limettensaft • 1 TL Sahnemeerrettich (Glas)

• 1 EL saure Sahne

**Garnitur:** Kresse • Kerbel • Schnittlauch und -blüten

