

LEICHTE SOMMERKÜCHE:

# Schweinefilet im Kräutermantel mit Sommergemüse

auf Avocadomayonnaise, Herzoginnenkartoffeln und Sauce Bernaise



Michael Nagel knöpft sich seine Kochjacke zu, krepelt die Ärmel hoch und dreht den Knopf. Nicht den vom Herd, sondern den am Radio. „Ohne Musik kann man doch nicht kochen!“ Und gleich folgt eine Anekdote aus seiner Zeit bei der Bundesmarine, als der Kaleu in die Kombüse kam und schimpfte, dass das „doch ein Kriegsschiff ist und kein Partydampfer“. Überhaupt hat man gleich das Gefühl, dass Michael Nagels Geschichten und Anekdoten schon einen Teil der Würze seiner Speisen ausmachen. „Für mich ist Kochen Liebe, Leidenschaft und Musik!“ Na, dann kann es ja losgehen und wir ahnen schon, dass Nagels Rezepte für gutes Essen allein in Gramm und Garzeit nur schwer auszudrücken sind.

Text: Petra Hermann  
Fotos: Mario Hochhaus





künste von Michael Nagel hatten sich schnell herumgesprochen. Die 35 Plätze erwiesen sich als zu wenig für die Gäste, die auch aus den Städten gern ins Landgasthaus zum Essen kamen. Nach langem Anlauf begann dann 2015 der Um- und Anbau. Im März 2016 gelang die Wiedereröffnung mit neuer großer Küche und insgesamt 90 Plätzen im Lokal und 50 auf der schönen Terrasse.

Michel Nagel gelingt der Spagat zwischen den Wünschen seiner Gäste und einem fairen Angebot. So kommt für sein Sommergericht von der aktuellen Karte all jenes zum Einsatz, was bezahlbar ist. „Es müssen keine teuren Ausgangsprodukte sein“, sagt er, „auf Frische der Lebensmittel und gute Zubereitung kommt es an, damit ein Essen schmeckt“. Und mit seinem Rezept verrät er uns einen Trick aus seiner Küche: Er schreibt immer für zehn Personen und so kann man es gut für den privaten Gebrauch anwenden. „Schreibt man es für vier Personen – und sieben oder fünfzehn Menschen kommen dann zum Essen, beginnt sonst das große Rechnen“, sagt er lachend.

Eine Unterhaltung mit Michael Nagel könnte noch lange dauern, so viel vermag er an alten und neuen Geschichten zu erzählen. Über das Kochen mit ganz tollen regionalen Zutaten und besonderen Gewürzen, die er liebt. Und über Gustav Nagel, den Naturmenschen und Wanderprediger aus dem 19. Jahrhundert, der in seiner Ahnentafel zu finden ist. Über Bad Berka, das Leben und die Kultur in einer kleinen Stadt im Weimarer Land. Aber wir sind natürlich zum Kochen hier und deshalb geht es jetzt erst einmal an der Herd.



Wir sind im Gasthaus Nagel in Bad Berka, einem kleinen Kurort im Südwesten des Weimarer Landes. Das Ehepaar Nagel führt dieses Lokal gemeinsam seit 2006. Adina charmant im Service und Michael in der Küche. Im Familienbetrieb immer noch mit dabei ist Michaels Mutter Burga, unentbehrlich und zuständig für den guten Kuchen und für die handgeriebene Thüringer Klöße. Da sie und Nagels selbst im Haus wohnen, waren und sind auch die beiden Kinder ab und an dort zu finden. Ein Familienbetrieb, wie man ihn sich in bester Tradition vorstellt. Offensichtlich stets ein gutes Beispiel für die Kinder Max-Michael und Marie, die beide inzwischen selbst einen Beruf in der Gastronomie erlernen ...

So ist es auch kein Wunder, das Köchin Heike Pfothenhauer, Koch Marco Deselaers und Steffi Wenzel im Service schon so lange dabei sind und sich der Familie ein Stück weit zugehörig fühlen. Das gute Betriebsklima ist das Ergebnis einer familiären Atmosphäre: Hier geht man sich nicht aus dem Weg, Probleme werden angesprochen und sofort geklärt.

Michael Nagel erzählt von seinen Jugendjahren und seinen Anfängen im Beruf. Zuerst ab 1990 die Lehre im „Russischen Hof“ in Weimar. Hier wurde der Grundstein für seine Liebe zum Beruf gelegt. Wenn Nagel mit Leidenschaft von dieser Zeit erzählt, leben seine alten Küchenmeister in den Geschichten auf. Man glaubt, sie stehen neben ihm in der Küche. Vieles hat er für seine Art zu kochen noch beibehalten, besser gesagt, in die neue Zeit mitgenommen. Und Michael Nagel versteht sich als „Pfannenkoch“. Damit meint er, dass bei aller Vorbereitung für

einen Service am Abend das Essen erst so richtig aufblüht, wenn es noch mal durch die Pfanne geschwenkt wird.

Nach der Lehre arbeitete er bei der Bundeswehr mehr als ein Jahr Smut auf einem Minenjagdboot mit 50 Mann Besatzung. Die Rundum-Versorgung war wie eine zweite Lehrzeit. Brot, Brötchen und Kuchen backen, alles frisch zubereiten, schnell reagieren, improvisieren und vor allem immer alle Produkte komplett verarbeiten. So bildete sich eine Arbeitsweise heraus, die ihm heute noch zugutekommt.

Das Gasthaus Nagel wurde 1992 von Michaels Eltern gegründet, damals als Bistro mit Billard und Stammtisch. Als Adina und Michael es übernahmen, entschieden sich für die Orientierung als Restaurant. Denn er wollte kochen und sie ihren Beruf als Restaurantfachfrau ausüben. Der Betrieb lief gut, die Koch-



REZEPT FÜR 10 PERSONEN:

**Sauce Bernaise**

- 150 g Butter
- 150 g Margarine
- 1 Zitrone, Saft
- 3 Eier Gr. M
- 1 Lorbeerblatt
- Salz und Pfeffer
- neutrales Öl
- ca. 100 ml Wasser
- ca. 100 ml Weißwein
- je 5 Stängel Blatt Petersilie, Kerbel und Estragon
- 5 Schalotten



**TIPP VOM KÜCHENCHEF:**

Bei der Zubereitung von Hollandaise bzw. Bernaise ist sehr wichtig, dass alle Zutaten Zimmertemperatur haben. Nur so lässt sich die Emulsion herstellen. Küchenchef Nagel empfiehlt ausdrücklich die Verwendung von Margarine und Butter im Verhältnis 1:1, da Margarine bei Hitze länger stabil bleibt und die Hollandaise cremiger wird. Beim Erhitzen zuerst die Margarine in den Topf und darauf das Stück Butter, so spritzt es auch weniger.

Die Schalotten in kleine Würfel schneiden, im Öl andünsten, mit dem Wein und Wasser auffüllen. Lorbeerblatt dazu geben und die Flüssigkeit kochen, dabei auf etwa 1/3 reduzieren. Butter und Margarine in einem Topf schmelzen, kurz aufkochen und etwas abkühlen lassen. Die Eier trennen und das Eigelb in einen Schlagkessel geben.



Die Reduktion durch ein feines Sieb zum Eigelb geben und über einem heißem Wasserbad mit dem Schneebesen schaumig dicklich aufschlagen. Die Butter nach und nach in einem dünnen Strahl dazu geben und kräftig unterrühren. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Die frischen Kräuter von den Stängeln zupfen, grob hacken und unter die fertige Hollandaise geben. Die fertige Sauce warm stellen.

**Herzoginnenkartoffeln**

- 5 kg Kartoffeln
- 1/4 l warme Milch
- 7 Eier Gr. M
- 100 g Butter
- Salz
- Curcuma
- Muskatnuss, gerieben



Die Kartoffeln schälen, waschen, halbieren und in kochendes Wasser geben. Mit Salz, Muskatnuss und einer Messerspitze Curcuma weich kochen. Durch eine Kartoffelpresse drücken. Die Eier trennen. Mit einem Rührgerät langsam warme Milch, Butter (Zimmertemperatur) und sechs Eigelb einrühren. Die Masse in einen Spritzbeutel füllen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech spritzen.



**TIPP VOM KÜCHENCHEF:**

Eine Messerspitze Curcuma und etwas Butter zusätzlich im Kochwasser geben eine tolle Farbe und runden den Geschmack ab. Spritzen Sie die Herzoginnenkartoffeln in drei unterschiedlichen Größen auf das Blech. So ergibt sich später beim Anrichten eine abwechslungsreiches Bild.

Ein Eigelb mit etwas Wasser glatt rühren und die Herzoginnenkartoffeln damit bestreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 200° C für 8 Minuten vorgaren und beiseite stellen.





### TIPP VOM KÜCHENCHEF:

Das Filet salzen und pfeffern und in einer heißen Pfanne kurz scharf von allen Seiten anbraten. Aus der Pfanne nehmen und für mindestens 30 Minuten kalt stellen. Die Kräuter vermischen und auf einem Blatt Küchenkrepp ausbreiten. Das Filet zuerst in Öl wenden, danach in den Kräutern und auf einem Gitter ablegen.

Den Ofen auf 200° C Heißluft vorheizen und in das Fleisch einen Temperaturfühler einstecken.

Wenn das Filet eine Kerntemperatur von 51° C erreicht hat, die Herzoginnenkartoffeln mit in den Ofen schieben. Zeigt das Thermometer eine Kerntemperatur von 54° C, sind beide Produkte servierfertig.

*Durch das Wenden des Fleisches im Öl haften die Kräuter viel besser. Außerdem verbrennen die getrockneten Kräuter in Verbindung mit dem Öl nicht im Backofen, sondern sie rösten nur an.*

### Sommergemüse

ca. 2 kg Gemüse (ungeputzt) – alles, was Garten und Wochenmarkt im Sommer zu bieten haben

Salz und Pfeffer

4–5 Stängel frischer Rosmarin und Thymian

50 g Butter

Das Gemüse putzen, waschen und nicht zu klein schneiden. In kochendem Salzwasser etwa drei Minuten blanchieren und sofort in kaltem Wasser abkühlen lassen. In ein Sieb zum Abtropfen geben. Kurz vorm Servieren das Gemüse in eine heiße Pfanne geben und in der Butter mit den Kräutern gemeinsam schwenken. Nach Belieben salzen und pfeffern. Wenig Röststoffe bilden lassen.



### Schweinefilet im Kräutermantel

2 kg Schweinefilet, geputzt, ohne Kopf

Speiseöl

Salz und Pfeffer

200 g Blatt Petersilie, gehackt, tiefgefroren

je 10 g getrocknete Kräuter: Kerbel, Koriander, Rosmarin



### Avocadomayonnaise

2 Avocados, reif

Pfeffer und Salz

1 Limette, Saft

100 ml Speiseöl

2–4 Esslöffel heißes Wasser

3–4 EL TK Erbsen

Die Erbsen aus dem TK nehmen und leicht antauen lassen. Die Avocados von Kern und Schale befreien, in Stücke schneiden und in ein hohes Gefäß füllen. Salz, Pfeffer und Limettensaft dazugeben und mit dem Pürierstab zerkleinern. 2–4 Esslöffel heißes Wasser dazu geben, damit sich alles leichter zu einer gleichmäßigen Masse verarbeiten lässt. Die Erbsen mit pürieren, damit bekommt man eine schöne grüne Farbe die auch bestehen bleibt. Mit dem Pürierstab weiter mixen und langsam das Öl hinzu geben, bis die Masse cremig ist.





Michael Nagel richtet an – und nicht immer schauen alle so gespannt zu wie heute. Er beginnt mit einem Löffel der Avocadomayonnaise, die ein gekonnter Schlag mit dem Löffelrücken in einen attraktiven Klecks verwandelt. Das Fleisch wird portioniert und in die Mitte gesetzt, umrandet von den Herzoginnenkartoffeln. Das bunte, frische Gemüse kommt auf die Avocado und alles wird reichlich mit der cremigen Sauce Bernaise begossen.

Tisch und jeder darf sich nehmen, so viel er möchte. Alle essen gemeinsam, wie sich das bei einer großen Familie gehört. Und am Personaltisch schmeckt es auch uns noch mal so gut, natürlich zusätzlich gewürzt mit Nagels ganz speziellem Humor.

TOP Thüringen wünscht Ihnen nicht nur hierbei Spaß beim Kochen und natürlich immer auch beim Essen.

„Das ist der schöne Fototeller“, sagt Nagel verschmitzt! Alles andere, was heute gekocht wurde, kommt in die Mitte vom

TOP-Service:  
[www.das-gasthaus-nagel.de](http://www.das-gasthaus-nagel.de)

