

**Kochrezepte von Profi-Köchen
aus Fernsehsendungen
von ARD, ZDF oder anderen**

ARD-Buffet

2019 Juli-Dez.

125 Rezepte

**Ali Güngörmüs
Christian Henze
Cynthia Barcomi
Jacqueline Amirfallah
Martin Gehrlein
Michael Kempf
Philipp Stein
Sören Anders
Tarik Rose
Vincent Klink**

**Andreas Schweiger
Christina Richon
Jörg Sackmann
Karen Hegar
Martina Kömpel
Otto Koch
Rainer Klutsch
Simon Tress
Theresa Baumgärtner**

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 30. Juni 2021.

Inhalt

Beilagen	1
Gratinierte Käse-Kartoffeln	2
Kartoffel-Gratin, klassisch	2
Kartoffel-Klöße	3
Kartoffel-Kokos-Gratin vegan	4
Spinat-Knödel	5
Dessert	7
Amaretti-Tiramisu	8
Apfel-Trifle	8
Kaiserschmarrn-Soufflé mit Brombeer-Birnen-Kompott	9
Käsekuchen mit Pfirsichen	10
Panna Cotta	11
Pikant gefüllte Rotwein-Birnen	12
Fisch	13
Forelle mit Bohnen-Salat	14
Gebeizter Rote Bete-Lachs mit Sellerie-Apfel-Salat	15
Kabeljau mit Meerrettich-Parmesan-Kruste	16
Mediterraner Nudelsalat mit Sardellen-Filets	17
Nuss-Risotto mit gebratenem Saibling und Feldsalat	18
Geflügel	19
Coq au vin	20
Enten-Brust mit Kürbis und Kumquat	21
Enten-Brust mit Ziegenkäse und Karamellnuss-Topping	22

Gänse-Keulen mit Sellerie-Püree und Zimt-Maronen-Äpfel	23
Hähnchen-Brust mit Trauben-Soße, Kartoffel-Mandel-Stampf	24
Hähnchen-Keulen in Rotwein-Soße	25
Hähnchen-Schenkel Tandoori Art	26
Hähnchen-Tacos mit Pfirsich und Tomate	27
Puten-Garnelen-Spieß mit Gemüse-Quinoa	28
Sommerlicher Ofen-Kartoffelsalat mit Hähnchen-Flügeln	29
Sonntag-Hähnchen aus dem Ofen nach Paul Bocuse	30
Hack	31
Gefüllte Frikadelle mit Bohnen-Salat	32
Kohlroulade mit Pilzfüllung	33
Kohlrouladen	34
Lasagne	35
Mangold-Roulade mit Polenta und Kräuter-Pesto	36
Paprikagemüse mit Hackbällchen und Reis	37
Innereien	39
Gebratene Kalb-Leber, Essig-Schalotten, Kartoffel-Püree	40
Geschnetzelte Kalb-Leber mit Quitte	41
Meer	43
Garnelen mit Gewürz-Tomate und Limetten-Vinaigrette	44
Garnelen und Gurken-Variation mit Curry-Joghurt	45
Spaghetti mit gebratenen Gambas	46
Rind	47
Bürgermeisterstück mit Steinpilz-Kartoffel-Ragout	48
Chili con carne	49
Fondue Chinoise mit verschiedenen Soßen	50
Gekochtes Rindfleisch mit Semmelkren, Bouillon-Kartoffeln	52
Gepfeffertes Roastbeef mit mediterranen Pommes	53
Gerolltes Steak mit gebratenem Mangold	54
Geschmortes Rind mit Staudensellerie, Minze, Reis	55

Grill-Spieße	56
Mitternacht-Häppchen	58
Rinder-Gulasch	60
Sauerbraten	61
Scharfer Rindfleisch-Salat	62
Weihnachtliches Roastbeef mit Rosenkohl und Couscous	63
Salat	65
Rotkraut-Salat	66
Tomaten-Brot-Salat mit getrockneten Tomaten	67
Schwein	69
Bratapfel mit Kartoffel-Käse-Creme und Schweine-Lende	70
Gefüllter Schweine-Rollbraten mit Pflaumen-Soße	71
Schnitzel mit Kräuterkruste und Tomaten-Zucchini-Salat	72
Soßen	73
Brokkoli-Zitronen-Soße mit Crème fraîche	74
Tomaten-Soße	74
Suppen	75
Kartoffel-Suppe	76
Kichererbsen-Eintopf mit Hähnchen-Brust	77
Vegetarisch	79
Artischocken-Variationen	80
Austernpilze mit Honig-Quitten und Cranberry-Couscous	82
Crêpes mit geschmorten Pfirsichen	83
Falafel-Rösti	84
Feigen-Birnen-Tarte	85
Gebratene Steinpilze mit Ofenkartoffeln, Parmesan-Creme	86
Gefüllte Champignons, Pistazien-Couscous, Minze-Joghurt	87
Gefüllte Ochsenherztomaten	88
Gefüllte Pasta mit Salbei-Butter	89
Gemüse-Curry mit Nuss-Reis	90

Gerösteter Blumenkohl mit Ofen-Kartoffeln	91
Gnocchi mit Erbsen und Minze	92
Gratinierter Kürbis mit Ziegenkäse	93
Kartoffel-Pastetchen	94
Kartoffel-Sellerie-Püree mit pochiertem Ei und Trüffel	95
Kartoffel-Taschen mit Kohlrabi-Gemüse	96
Knödel-Gröstl mit Rahm-Pilzen	97
Kräuter-Frischkäse-Strudel mit Erbsen-Püree	98
Kürbis-Ravioli	100
Linsen-Salat mit Brokkoli und gebratenem Ziegenkäse	101
Mini-Käse-Tartelettes mit Champignons	102
Möhren, Grünkern-Puffer mit Paprika	103
Nudel-Gemüse-Auflauf	104
Ofen-Gemüse mit Couscous	105
Offene Lasagne mit Burrata, Oliven-Artischocken-Ragout	106
Oliven-Gnocchi mit Spinat-Soße	107
Parmesan-Knödel mit Rote-Bete-Mangold-Ragout	108
Pastete mit Maronen und Süßkartoffeln	109
Persischer Lauch-Pfannkuchen	110
Pfannkuchen mit Pilzfüllung und Endivien-Salat	111
Pfifferling-Tartelettes mit Aprikosen und Roquefort	112
Pfifferling-Tomaten-Salat	113
Pilz-Kartoffel-Pfanne mit Munster-Käse	114
Pizza	115
Rahm-Penne mit Brokkoli	116
Rahm-Pfifferlinge mit Crêpe	117
Ratatouille mit Reis-Talern	118
Rosenkohl-Ragout mit Schupfnudeln	119
Rote Bete	120
Rucola-Risotto mit frittiertem Ei	121
Safran-Reis mit Trauben und Ei aus dem Ofen	122
Sommer-Strudel mit Zitronen-Joghurt	124
Suppe aus geröstetem Sellerie	125
Vegetarische Lasagne mit fruchtigem Kopfsalat	126
Winterliche Ravioli mit zweierlei Füllung	127
Ziegenfrischkäse-Soufflé, Paprika und Gurken-Salsa	128

Verschiedenes	129
Fingerfood für den Sommer	130
Gemischte Antipasti	131
Süße Kartoffel-Klöße mit Zimt-Zucker und Apfel-Kompott	132
Vorspeisen	133
Gefüllte Ochsenherz-Tomaten	134
Wild	135
Reh-Rücken 'Baden-Baden'	136
Reh-Rücken mit Schwarzwurzeln, Radicchio-Chicorée-Salat	137
Reh-Schnitzel in der Pilzkruste mit gebratenen Erdfrüchten	138
Wild-Geschnetztes, Pilze, gefüllte Grieß-Knödel	139
Wurst-Schinken	141
Bratkartoffeln mit Straßburger Wurstsalat	142
Buchweizen-Crêpes mit Schinken und Käse	143
Lauch-Speck-Quiche	144
Quiche Lorraine	145
Sauerkraut-Puffer mit Blutwurst und Apfel	146
Schinken-Nudeln mit Endivien-Salat	147
Speck-Knödel mit Lauch-Gemüse und Käse-Soße	148
Strammer Max mit Schinken-Tatar und pochiertem Ei	149
Süßkartoffel-Ragout BBQ-Style	149
Wirsing-Wickel mit Perlgraupen und Ingwer	150
Zwiebelkuchen	151
Index	152

Beilagen

Gratinierte Käse-Kartoffeln

Für 4 Personen

800 g kleine Kartoffeln, festk.	Salz	1 Kopfsalat
100 g Reblochon	100 g Blauschimmelkäse	100 g Bergkäse
100 g Ziegenkäse	1 Bund Schnittlauch	5 EL Olivenöl
2 EL weißer Balsamico	1 TL Senf	Pfeffer

Kartoffeln gut waschen und zugedeckt in einem Topf mit Salzwasser weichkochen, abgießen, kurz abkühlen lassen und pellen.

Den Salat putzen waschen und gut abtropfen lassen.

Den Backofen auf 180 Grad Oberhitze vorheizen.

Die Kartoffeln in Scheiben schneiden und in tiefe, backofeneignete Teller geben (oder auf einem mit Backpapier belegtes Backblech auslegen).

Die Käsestücke, falls nötig, entrinden und in gleichmäßig dünne Scheiben schneiden. Auf den Kartoffelscheiben verteilen. 6 Die Teller einige Minuten in den vorgeheizten Ofen geben, bis der Käse geschmolzen und leicht überbacken ist.

Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Aus 2 EL Olivenöl, Essig, Senf, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette rühren und den Salat damit anmachen.

Kartoffeln mit restlichem Olivenöl beträufeln und mit frisch gemahlenem Pfeffer würzen. Mit dem Schnittlauch bestreuen.

Käse-Kartoffeln und Salat servieren.

Otto Koch am 26. September 2019

Kartoffel-Gratin, klassisch

Für 4 Personen

750 g Kartoffeln, fest	1/2 Knoblauchzehe	200 ml Milch
200 ml Sahne	Salz	Pfeffer
Muskatnuss	1 EL Butter	60 g Bergkäse

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden oder hobeln.

Knoblauch schälen. Milch, Sahne und Knoblauchzehe in einen Topf geben, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und stark aufkochen. Die Kartoffelscheiben in den kochenden Milch-Sahne-Mix geben und 3 Minuten leicht köcheln lassen.

In der Zwischenzeit eine flache Auflaufform (ca. 800 ml Inhalt) mit Butter ausfetten.

Die Kartoffeln mit der Flüssigkeit in die Auflaufform geben, Knoblauchzehe herausnehmen.

Im vorgeheizten Ofen das Gratin ca. 20 Minuten garen.

In der Zwischenzeit den Käse fein reiben.

Nach 20 Minuten das Gratin aus dem Ofen nehmen, mit dem Käse bestreuen und weitere ca. 15 Minuten im Ofen goldgelb überbacken. Evtl. die Auflaufform kurz vor Ende der Garzeit abdecken.

Zum Gratin passt sehr gut ein Braten, Steak oder gebratenes Fischfilet. Auch ein warmer Brokkolisalat oder nur ein frischer Blattsalat passen gut zum Gratin.

Martin Gehrlein am 18. Oktober 2019

Kartoffel-Klöße

Für 4 Personen

Für die Kartoffelknödel:

grobes Salz	1 kg mehligk. Kartoffeln	3 Eigelb
20 g Kartoffelstärke	gemahlener Kümmel	

Für die Füllung:

2 Scheiben Vollkornbrot	20 g Butter	Salz
-------------------------	-------------	------

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Etwas grobes Salz in einer Auflaufform verteilen. 300 g etwa gleich große Kartoffeln waschen, abtropfen lassen. Die Kartoffeln auf das Salz setzen. Im heißen Backofen weich garen.

Währenddessen die restlichen Kartoffeln schälen, waschen und auf einer Küchenreibe oder mit der Küchenmaschine fein reiben.

Kartoffelraspel auf ein sauberes Geschirrtuch geben, fest zusammendrehen und abtropfendes Kartoffelwasser in einer Schüssel auffangen. Die Kartoffelflüssigkeit 10 Minuten stehen lassen, damit sich die enthaltene Kartoffelstärke absetzt.

Inzwischen für die Füllung Brot in feine Würfel schneiden.

Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Brotwürfel darin unter Wenden knusprig rösten. Mit Salz würzen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Kartoffeln aus dem Ofen nehmen, noch heiß abziehen und durch eine Kartoffelpresse drücken.

Das abgesetzte Kartoffelwasser vorsichtig abgießen, sodass die am Boden der Schüssel befindliche Stärke nicht mit abgegossen wird. Kartoffelstärke sowie abgesetzte Stärke und Kartoffelraspel in eine Schüssel geben. Die durchgepressten Kartoffeln und Eigelbe hinzufügen. Mit Salz und nach Belieben Kümmel würzen und alles zu einem glatten Knödelteig vermischen.

Den Teig mit angefeuchteten Händen zu Knödeln formen, auf der Handfläche flach drücken und jeweils einige Brotwürfel auffüllen. Die Knödelmasse rund darum formen.

Reichlich Salzwasser in einem großen Topf aufkochen. Die Kartoffelknödel einlegen, Temperatur reduzieren und die Knödel im siedenden Salzwasser etwa 20 Minuten gar ziehen lassen. Knödel aus dem Wasser heben, abtropfen lassen und anrichten.

Andreas Schweiger am 15. November 2019

Kartoffel-Kokos-Gratin vegan

Für 4 Personen

750 g Kartoffeln, fest	2 Zweige Bohnenkraut	400 ml Kokosmilch
Salz	Muskatblüte	1 EL Kokosfett
40 g Cashewkerne		

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden oder hobeln.

Bohnenkraut abbrausen und abtropfen lassen

Kokosmilch mit Bohnenkraut in einen Topf geben, mit Salz und Muskatblüte würzen und leicht aufkochen.

Die Kartoffelscheiben zur Kokosmilch geben und 3 Minuten leicht köcheln lassen.

In der Zwischenzeit eine flache Auflaufform (ca. 800 ml Inhalt) mit Kokosfett ausfetten.

Die Kartoffeln mit der Flüssigkeit in die Auflaufform geben, Bohnenkrautweige herausnehmen.

Im vorgeheizten Ofen das Gratin ca. 20 Minuten garen.

In der Zwischenzeit die Cashewkerne fein hacken oder hobeln.

Nach 20 Minuten das Gratin aus dem Ofen nehmen, mit den Cashewkernen bestreuen und weitere ca. 15 Minuten im Ofen goldgelb überbacken. Evtl. die Auflaufform kurz vor Ende der Garzeit abdecken.

Martin Gehrlein am 18. Oktober 2019

Spinat-Knödel

Für 4 Personen

375 g frisches Dinkeltoastbrot	500 ml Milch	500 g frischer Spinat
1 große Zwiebel	3 Knoblauchzehen	1 Bund Petersilie
125 g Butter	Salz, Pfeffer	Muskatnuss
1 Ei 80 g Semmelbrösel		

außerdem zum Servieren:

80 g Butter Parmesan, frisch gehobelt

Das Brot sollte über Nacht trocknen.

Das Toastbrot inklusive Rinde in ca. 1 cm große Würfel schneiden, auf einem Backblech verteilen und über Nacht trocknen lassen. Wenn es schneller gehen soll, die Brotwürfel im Backofen bei 50 Grad Umluft etwa 1 Stunde trocknen, zwischendurch einmal wenden.

Getrocknete Brotwürfel in eine große Schüssel geben. Die Milch erwärmen, über die Brotwürfel gießen und das Brot zugedeckt quellen lassen.

Währenddessen den Spinat verlesen, putzen, gründlich waschen. Spinat abtropfen lassen, dann in kochendem Wasser kurz blanchieren. Dann abschütten, kurz in Eiswasser abschrecken und anschließend abtropfen lassen.

Blanchierten Spinat auf ein sauberes Geschirrtuch geben. Das Tuch fest zusammendrehen und so das Wasser aus dem Spinat herauspressen. Danach den Spinat sehr fein hacken.

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Petersilie waschen, abtropfen lassen und fein hacken.

In einer Pfanne die Butter schmelzen. Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin andünsten. Die Petersilie und den Spinat hinzugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Spinatmischung zu den Brotwürfeln in die Schüssel geben.

Das Ei und die Semmelbrösel hinzufügen und die Zutaten zu einem gleichmäßigen Knödelteig verkneten. Die Konsistenz ist optimal, wenn der Teig nicht mehr an den Händen klebt. Falls nötig, noch einige Esslöffel Semmelbrösel unter den Teig kneten.

Reichlich Wasser mit etwas Salz in einem großen Topf aufkochen.

Mit angefeuchteten Händen aus der Masse dicke Knödel formen.

Die Knödel ins kochende Wasser geben, Temperatur reduzieren, sodass das Wasser nur noch schwach siedet. Knödel im siedenden Wasser gar ziehen lassen. Sobald die Knödel an die Wasseroberfläche steigen, sind sie fertig gegart.

Die Knödel mit einer Schaumkelle aus dem Topf heben, abtropfen lassen und auf einer vorgewärzten Platte anrichten.

Die Butter in einer Pfanne schmelzen und sacht bräunen. Gebräunte Butter über die Knödel träufeln. Die Knödel mit gehobeltem Parmesan anrichten. Dazu passt Blattsalat mit einer leichten Vinaigrette.

Theresa Baumgärtner am 14. Oktober 2019

Dessert

Amaretti-Tiramisu

Für 4 Personen

150 g Mandelstifte 3 EL Zucker 300 g Mascarpone
4 EL Mandellikör 150 g Amarettini 150 ml Espresso, abgekühlt

Die Mandelstifte in eine Pfanne geben, 2/3 vom Zucker überstreuen und bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren karamellisieren. Dann auf einem Stück Backpapier verteilt abkühlen lassen.

Mascarpone, restlichen Zucker und Likör in einer Schüssel cremig aufschlagen.

Die Hälfte der Amarettini auf vier hohe Gläser verteilen und mit etwas kaltem Espresso beträufeln. Die Hälfte der Mascarponecreme daraufgeben und mit den restlichen Amarettini bedecken. Wieder mit etwas Espresso beträufeln und dann die restliche Mascarponecreme einfüllen.

Zum Schluss mit karamellisierten Mandeln bestreuen und vor dem Servieren mindestens 60 Minuten kalt stellen.

Christian Henze am 02. Oktober 2019

Apfel-Trifle

Für 4 Personen

80 ml Apfelsaft 40 ml Wasser 5 g Ingwer
3 Äpfel 20 g Zucker 1 Zimtstange
1 Spritzer Zitronensaft 1 Msp. Speisestärke 300 g Schlagsahne
1 Pck. Vanillezucker 150 g Magerquark 100 g Löffelbiskuit

Für das Apfelkompott Apfelsaft und Wasser in den Topf geben.

Ingwer schälen und fein schneiden. Die Äpfel schälen, entkernen und in Würfel schneiden.

Apfelwürfel mit Zucker, Zimtstange, Ingwer und Zitronensaft zum Apfelsaft geben. Alles aufkochen und einige Minuten sanft köcheln lassen, bis die Apfelwürfel weich sind.

Die Stärke mit 1 TL Wasser vermischen unter das Kompott rühren und weitere 2 Minuten kochen, damit es etwas abbindet. Die Zimtstange entfernen, das Kompott nochmals abschmecken, evtl. noch etwas Zucker untermischen, dann abkühlen lassen.

Sahne steif schlagen, Vanillezucker untermischen. Den Quark mit einem Schneebesen cremig rühren und dann unter die Sahne heben.

Löffelbiskuit grob zerbröseln und pro Portion jeweils etwas in ein Glas geben, darauf etwas Sahnecreme und eine Schicht Apfelkompott geben, dann nochmals Löffelbiskuit, Kompott und zum Abschluss Sahnecreme darauf geben.

Die Dessert-Gläser mindestens 1 Stunde kalt stellen, dann genießen.

Otto Koch am 26. September 2019

Kaiserschmarrn-Soufflé mit Brombeer-Birnen-Kompott

Für 4 Personen

Für den Teig:

3 EL Rosinen	1/2 Vanilleschote	1/2 Bio-Zitrone
4 Eier	50 g Zucker	1 Prise Salz
120 g Mehl	150 ml Milch	10 ml Birnenschnaps
Butter	30 g Mandelblättchen	Puderzucker

Für den Karamell:

150 g Zucker	80 g Butter
--------------	-------------

Für das Kompott:

500 g Brombeeren	1/2 Vanilleschote	1 Birne
1 Spritzer Zitronensaft	150 g Zucker	1 Zimtstange
20 ml weißer Balsamico	1 EL Cassislikör	

Rosinen mit 2-3 EL heißem Wasser begießen und einweichen lassen. Tipp: Um den Rosinen ein Extraaroma zu geben, können sie auch in 2 EL Birnenschnaps eingeweicht werden.

Vanillestange der Länge nach aufschneiden, das Mark auskratzen. Zitrone heiß abwaschen und etwas Schale abreiben.

Die Eier trennen. Eiweiß zunächst beiseite stellen.

Eigelbe, die Hälfte vom Zucker, Vanillemark und 1 Prise Salz schaumig schlagen. Das Mehl zugeben und unterrühren. Milch, abgeriebene Zitronenschale und Birnenschnaps unterrühren.

Tipp: Wer keinen Birnenschnaps mag, lässt diesen einfach weg.

Den Teig 30 Minuten abgedeckt im Kühlschrank ruhen lassen.

Das Eiweiß mit dem restlichen Zucker zu lockerem Eischnee aufschlagen.

Den Eischnee vorsichtig unter den Teig heben.

Die Souffléförmchen (ca. 200 ml Inhalt) mit Butter einfetten.

Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Für den Karamell Zucker in einem Topf goldgelb karamellisieren, dann die Butter unterrühren. Eine dünne Schicht Butterkaramell auf den Boden der Souffléförmchen geben. Darauf soviel Schmarrenteig geben, dass das Förmchen bis 1 cm unter den Rand gefüllt ist. Die eingelegten Rosinen darauf geben und einige Mandelblättchen darüber streuen. Im vorgeheizten Ofen die Soufflés ca. 20 Minuten backen.

In der Zwischenzeit für das Kompott die Brombeeren verlesen, in ein Sieb geben und kurz mit kaltem Wasser abbrausen und gut abtropfen lassen.

Vanillestange der Länge nach aufschneiden, das Mark auskratzen.

Die Birne waschen, vierteln, schälen, das Kerngehäuse entfernen und die Birne in kleine Stücke schneiden.

Birnenstücke mit Zitronensaft beträufeln und das Vanillemark untermischen.

Die Brombeeren mit dem Zucker und der Zimtstange in einem großen Topf mischen. Die Birnenstücke dazugeben, alles unter Rühren langsam zum Kochen bringen und 3 Minuten kochen lassen.

Die Zimtstange entfernen und das Brombeer-Birnenkompott mit dem Stabmixer grob pürieren. Mit etwas Balsamico und nach Belieben mit Cassislikör abschmecken.

Gebackene Kaiserschmarrensoufflés mit Puderzucker bestäuben und warm mit dem Brombeer-Birnen-Kompott servieren.

Jörg Sackmann am 20. August 2019

Käsekuchen mit Pfirsichen

Für 8 Stücke

Butter

Für den Boden:

45 g Mehl	15 g Speisestärke	$\frac{1}{2}$ TL Natron
1 Prise Salz	50 g weiche Butter	50 g Rohrzucker
1 TL Vanilleextrakt	1 Ei	50 g griech. Joghurt

Für die Füllung:

250 g Ricotta	250 g Mascarpone	150 g Sahne
125 g Rohrzucker	3 Eier	$\frac{1}{2}$ TL Salz
1 TL Stärke, gesiebt		

Für das Obst:

6 Pfirsiche	1 TL Zitronensaft	Salz
1 Prise Zimt	50 g Butter	95 g Muscovado-Zucker

Die Backform (15 cm Durchmesser) leicht mit Butter einfetten.

Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Für den Teigboden Mehl mit Speisestärke, Natron und Salz in eine Schüssel sieben.

Butter in einer Rührschüssel cremig aufschlagen. Zucker und Vanilleextrakt hinzufügen und weiterschlagen.

Das Ei zugeben und gut unterrühren, dann den Joghurt unterschlagen. Die Mehlmischung hinzufügen und rasch gründlich unterrühren.

Den Teig gleichmäßig in der gefetteten Form verteilen und im Ofen etwa 15 Minuten backen. Dann aus dem Ofen nehmen und kurz abkühlen lassen.

Um den Kuchen später mit Wasserdampf zu backen, ein tiefes Backblech ins untere Drittel des Ofens geben und mit heißem Wasser befüllen. Darauf einen Bräter setzen, der so groß ist, dass man die Kuchenform später hinein stellen kann.

Für die Füllung Ricotta, Mascarpone, Sahne und Rohrzucker mit der Küchenmaschine oder dem Handmixer langsam aufschlagen. Nach und nach die Eier und zuletzt Salz und Stärke unterrühren.

Die Masse in die Kuchenform auf den gebackenen Boden geben, in den Bräter setzen und im Ofen 55 Minuten backen. Nach der Hälfte der Backzeit gegebenenfalls noch etwas Wasser auf das Backblech gießen.

Den gebackenen Kuchen aus dem Ofen nehmen und in der Form, auf ein Gitter gestellt, auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. Anschließend im Kühlschrank mindestens 6 Stunden gut durchkühlen.

Die Pfirsiche waschen und 2 Minuten in kochendem Wasser blanchieren. Herausnehmen, in kaltem Wasser abschrecken und die Haut abziehen. Dann halbieren, den Kern entfernen und die Pfirsichhälften in Scheiben schneiden.

Die Pfirsichscheiben in eine Schüssel geben, Zitronensaft, 1 Prise Salz und Zimt zugeben und vorsichtig vermengen.

Eine große Pfanne erhitzen, Butter und Zucker zugeben und bei mittlerer Temperatur schmelzen. Die Pfirsichscheiben zugeben und alles etwa 5 Minuten bei mittlerer Hitze garen, dann bei hoher Hitze die entstandene Flüssigkeit in der Pfanne etwa 5 Minuten einkochen und die Pfirsiche karamellisieren lassen.

Die karamellisierten Pfirsiche auf der Oberfläche des Kuchens verteilen und genießen.

Cynthia Barcomi am 23. August 2019

Panna Cotta

Für 4 Personen

Für die Panna Cotta:

Sonnenblumenöl	625 g Sahne	1 Vanilleschote
2 EL heller Rohrzucker	5 g gemahlene Gelatine	

Für die Pflaumen:

600 g Pflaumen	120 ml Rotwein	80 g heller Rohrzucker
1 Zimtstange		

Die Creme muss über Nacht auskühlen und gelieren. 4 Sturzförmchen hauchdünn mit etwas Sonnenblumenöl einpinseln.

Die Sahne in einen Topf gießen. Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark mit einem Messer herauskratzen. Das Vanillemark, die Schote und den Zucker zur Sahne geben.

Die Sahne sacht erhitzen und 2–3 Minuten offen köcheln lassen.

Die Vanilleschote entfernen und die Gelatine mit einem Schneebesen unter die köchelnde Sahne rühren. Die Vanillesahne dann nochmals kurz aufkochen lassen. Topf vom Herd ziehen.

Dann die heiße Sahne in die Förmchen verteilen und auskühlen lassen.

Zugedeckt über Nacht im Kühlschrank fest werden lassen.

Die Pflaumen waschen und abtropfen lassen, danach halbieren, entsteinen.

In einem Topf den Rotwein aufkochen, den Zucker darin auflösen und 8 Minuten bei milder Hitze köcheln lassen. Die Pflaumenhälften und die Zimtstange zugeben und alles nochmal ca. 5 Minuten köcheln, anschließend abkühlen lassen und die Zimtstange entfernen.

Die gestockte Panna Cotta mit einer Messerspitze vorsichtig vom Formrand lösen und auf Desertteller stürzen. Mit den Pflaumen servieren. Tipp: Sehr gut passt zum Panna Cotta auch Granatapfel. Dazu die gestockte Sahne vor dem Servieren mit frischen Granatapfelkernen bestreuen und mit etwas Granatapfelsirup beträufeln.

Theresa Baumgärtner am 28. Oktober 2019

Pikant gefüllte Rotwein-Birnen

Für 4 Personen

1 Stück frischer Ingwer	$\frac{1}{2}$ Vanilleschote	500 ml trockener Rotwein
100 ml Portwein	100 g Zucker	2 Kardamom-Kapseln
$\frac{1}{2}$ Stück Sternanis	$\frac{1}{2}$ Muskatblüte	$\frac{1}{4}$ Zimtstange
4 Pfefferkörner	4 aromatische Birnen	120 g würziger Blauschimmelkäse

Die Birnen müssen ca. 12 Stunden im Weinfond auskühlen und marinieren!

Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Vanilleschote längs aufschneiden, das Mark ausstreichen.

Rot- und Portwein in einen weiten Topf geben. Zucker, Ingwer, Vanilleschote und -mark sowie Kardamom, Sternanis, Macisblüte, Zimtstange und Pfefferkörner zugeben und alles einmal kurz aufkochen, bis der Zucker gelöst ist.

Birnen schälen. Birnen in den Rotweinfond einlegen, bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten sacht köcheln lassen.

Topf dann vom Herd ziehen, die Birnen im Weinfond über Nacht ziehen lassen.

Am folgenden Tag die Birnen abtropfen lassen. Die Kerngehäuse der Birnen z. B. mit einem Apfelnkerner, Kugelausstecher oder Teelöffel vom Blütenansatz aus entfernen.

Käse in die Birnen füllen.

Den Rotweinfond bei mittlerer bis starker Hitze offen leicht sirupartig einkochen.

Birnen auf Dessertteller setzen, mit der Weinreduktion überziehen und anrichten. Dazu passt Früchtebrot.

Martina Kömpel am 08. Oktober 2019

Fisch

Forelle mit Bohnen-Salat

Für 4 Personen

Für den Bohnensalat:

300 g grüne Bohnen	2 Stängel Bohnenkraut	Salz
1 rote Zwiebel	2 EL Apfelessig	Pfeffer
4 EL Sonnenblumenöl		

Für die Forelle:

4 frische Forellen (à 350 g)	1/2 Bund glatte Petersilie	2 Schalotten
1 EL Butter	80 g Schwarzwälder Schinken	Salz
Pfeffer	2 EL Mehl	4 EL Butterschmalz

Die Bohnen putzen, waschen und abtropfen lassen.

Bohnen mit dem Bohnenkraut in einen Topf geben, mit Wasser bedecken, salzen und ca. 8 Minuten bissfest kochen.

Gekochte abgießen und in eisgekühltem Wasser abschrecken und abtropfen. Das Bohnenkraut entfernen.

Die Bohnen nach Wunsch halbieren bzw. in 4 cm lange Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen und fein schneiden.

Aus Essig, einer Prise Salz, Pfeffer und Öl ein Dressing mischen. Zwiebel zu den Bohnen geben, das Dressing angießen und gut untermischen. Den Salat etwas durchziehen lassen, kurz vor dem Servieren nochmal abschmecken.

Die Forellen gut waschen und trocken tupfen. Forelle filetieren, dabei jedoch nicht am Schwanzende durchschneiden, dort sollen die Filets zusammengehalten werden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Schalotten schälen und in hauchdünne Ringe schneiden.

In einer Pfanne Butter erhitzen und die Schalotten darin anschwitzen, Pfanne vom Herd ziehen und Petersilie untermischen.

Die vorbereiteten Fischfilets aufklappen, mit Schinkenscheiben und Petersilienschalotten belegen, wieder zusammenklappen.

Gefüllte Forellen mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wenden.

In einer Pfanne mit Butterschmalz die Forellen von beiden Seiten braten.

Gebratene Forellenfilets mit dem Bohnensalat servieren.

Martin Gehrlein am 19. September 2019

Gebeizter Rote Bete-Lachs mit Sellerie-Apfel-Salat

Für 4 Personen

Für den Lachs:

600 g frisches Lachsfilet mit Haut	20 g Rohrzucker	40 g Meersalz
1 TL Wacholderbeeren	1 TL Pfefferkörner	1/2 TL Fenchelsamen
1/2 Bio-Orange	2 Rote Bete-Knollen	

Für den Salat:

1 rote Zwiebel	200 g Staudensellerie	1 Apfel (z.B. Elstar)
1/2 Bio-Zitrone	Salz	Pfeffer
1 Prise Rohrzucker		

Das Lachsfilet muss 24 Stunden gebeizt werden! Das Fischfilet gründlich kalt abspülen, trocken tupfen und mit der Hautseite nach unten auf ein großes Stück Frischhaltefolie legen.

Zucker und Salz mischen. Wacholderbeeren, Pfefferkörner und Fenchelsamen im Mörser grob zerstoßen. Orange mit warmem Wasser abwaschen, gut abtrocknen und die Schale abreiben.

Gewürzmix und Orangenschale unter die Salz-Zuckermischung mischen.

Rote Bete schälen (evtl. Kücheneinmalhandschuhe anziehen, da die Rote Bete stark färbt), abwaschen, gut abtropfen lassen und grob reiben.

Beizmischung auf dem Fischfilet gleichmäßig verteilen. Rote Bete- Raspel darüber geben und das belegte Fischstück fest in die Folie einwickeln. In eine passend große flache Form legen und im Kühlschrank 24 Stunden beizen.

Am folgenden Tag etwa 30 Minuten vor dem Servieren Zwiebel schälen und sehr fein würfeln. Staudensellerie putzen, waschen und in sehr feine Würfel schneiden.

Apfel abwaschen, trocken reiben, vierteln, das Kerngehäuse ausschneiden und den Apfel sehr fein würfeln.

Apfel mit Sellerie und Zwiebel in eine Schüssel geben. Von der Zitrone den Saft auspressen und überträufeln. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und alles gut vermischen.

Den gebeizten Lachs aus der Folie wickeln und die entstandene Flüssigkeit abgießen. Die Rote Bete-Gewürz-Beize abstreifen.

Anschließend das Lachsfilet kurz kalt abspülen und trocken tupfen. Das Fischfilet von der Haut schneiden und dann in ca. 1 cm breite Tranchen aufschneiden.

Gebeizten Lachs und Salat anrichten und servieren.

Tarik Rose am 06. Dezember 2019

Kabeljau mit Meerrettich-Parmesan-Kruste

Für 4 Personen

200 g Karotten	100 g Knollensellerie	100 g Pastinake
2 rote Zwiebeln	3 EL Meerrettich	3 EL weiche Butter
30 g Parmesan	3 EL Pankobrösel	4 Bio-Kabeljaufilets à 200 g
Salz	Olivenöl	1 Prise Zucker
Pfeffer		

Für das Gemüse Karotten, Sellerie, Pastinake und Zwiebeln schälen, bzw. abziehen. Dann Gemüse und Zwiebeln in etwa 1 cm feine Würfel schneiden.

Für den Fisch den Backofen auf Grillfunktion oder 200 Grad Oberhitze vorheizen.

Für die Kruste Meerrettich, Butter, Parmesan und Panko-Brösel gründlich vermengen.

Den Kabeljau kalt abbrausen, gründlich trocken tupfen und salzen. Mit den Hautseiten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Die Filetstücke mit der Meerrettichmasse bestreichen.

Kabeljaufilets im heißen Backofen ca. 10 Minuten gratinieren.

In der Zwischenzeit in einer Pfanne das Olivenöl erhitzen. Zwiebel- und Gemüsewürfel darin unter gelegentlichem Wenden ca. 5 Minuten mit noch leichtem Biss garen. Das Gemüse mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Gemüsewürfel auf 4 vorgewärmte Teller verteilen, jeweils ein gratiniertes Kabeljau-Filetstück darauf anrichten und servieren.

Christian Henze am 20. November 2019

Mediterraner Nudelsalat mit Sardellen-Filets

Für 4 Personen

Für den Nudelteig:

200 g Hartweizengrieß	100 g Mehl	1 Ei
$\frac{1}{2}$ TL geräuch. Paprikapulver	Salz	

Für den Salat:

1 Bund Basilikum	2 Knoblauchzehen	Olivenöl
Salz	Zucker	3 Fleischtomaten
2 EL Pinienkerne	2 rote Zwiebeln	8 eingel. Sardellenfilets
milder Balsamico		

Für den Nudelteig Weizengrieß und Mehl in die Rührschüssel einer Küchenmaschine geben. Ei, Paprikapulver, 1 Prise Salz und so viel Wasser (ca. 50 ml) unter die Mischung kneten, dass ein glatter geschmeidiger, aber fester Nudelteig entsteht.

Teig zu einer Kugel formen, in Folie wickeln und mindestens 30 Minuten ruhen lassen.

Basilikum abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Knoblauch schälen und grob würfeln.

Basilikum, Knoblauch und etwas Olivenöl in einen hohen Rührbecher geben und fein pürieren. Das Basilikumöl mit etwas Salz und Zucker abschmecken.

Nudelteig portionsweise mit der Nudelmaschine dünn ausrollen und zu unregelmäßigen breiten Nudeln schneiden.

In einem großen Topf reichlich Salzwasser kochen. Die Nudeln darin portionsweise etwa 2 Minuten garen.

Nudeln abgießen, kurz mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen.

Nudeln und Basilikumöl in eine Schüssel geben und durchschwenken.

Tomaten am Stielansatz kreuzweise fein einschneiden.

Reichlich Wasser aufkochen. Die Tomaten kurz ins kochende Wasser tauchen. Tomaten abtropfen lassen, die Schale abziehen. Tomaten entkernen und das Fruchtfleisch fein würfeln.

Tomatenwürfel mit Salz und Zucker würzen und unter die Nudeln mischen.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett unter Wenden rösten. Auf einen Teller geben und auskühlen lassen.

Zwiebeln abziehen, halbieren und in feine Ringe schneiden. Zwiebelringe nach Belieben in kochendem Salzwasser kurz blanchieren, dann abgießen.

Sardellenfilets abtropfen lassen und fein schneiden.

Vorbereitete Zutaten unter die marinierten Nudeln mischen. Mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und etwas Essig abschmecken und anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 17. Juli 2019

Nuss-Risotto mit gebratenem Saibling und Feldsalat

Für 4 Personen

400 g Saiblingsfilet mit Haut	40 g Walnusskerne	50 g geschälte Haselnusskerne
1 Schalotte	3 EL Butter	200 g Risotto-Reis
800 ml Geflügelbrühe	1 Knoblauchzehe	1 Lorbeerblatt
Salz	30 g kalte Butter	30 g Parmesan

Für den Salat:

80 g Feldsalat	2 EL Balsamico	3 EL Olivenöl
1 TL Dijon-Senf	Salz	Pfeffer

Saiblingsfilets kalt abbrausen und mit Küchenpapier trocken tupfen.

Die Nüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, anschließend grob hacken.

Die Schalotte schälen und in Würfel schneiden.

Etwas Butter in einer großen Sauteuse erhitzen. Die Schalottenwürfel darin anschwitzen. Den Reis einstreuen und unter Rühren ebenfalls kurz farblos anschwitzen.

Währenddessen die Brühe in einem Topf aufkochen.

Die Knoblauchzehe andrücken und zum Reis geben, das Lorbeerblatt ebenfalls hinzufügen.

Nun etwas heiße Brühe angießen, immer wenn die Brühe verkocht ist, wieder etwas Brühe nachgießen, beständig Rühren. Der Kochvorgang dauert ca. 15-20 Minuten je nach verwendetem Risottoreis.

In der Zwischenzeit Feldsalat putzen, waschen und abtropfen lassen.

Balsamico, Olivenöl und Senf zu einem Dressing mischen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Sobald der Reis fast fertig gegart ist, den Saibling leicht salzen. Übrige Butter in einer Pfanne erhitzen. Filets auf der Hautseite knusprig braten, auf die Fleischseite wenden und ganz kurz fertig braten.

Lorbeerblatt und Knoblauch wieder aus dem Risotto-Reis herausnehmen.

Die kalte Butter und den Parmesan unter das Risotto rühren.

Etwas Butter in einer kleinen Sauteuse aufschäumen lassen und die gehackten Nüsse unterschwenken.

Salat und Balsamico-Vinaigrette vermischen.

Das Risotto auf vorgewärmten Tellern verteilen. Gebräunte Butter und Nüsse darüber träufeln.

Das Fischfilet darauf setzen. Den Feldsalat andekorieren und alles servieren.

Karen Hegar am 17. Dezember 2019

Geflügel

Coq au vin

Für 4 Personen

1 Bio-Hähnchen, 1,7 kg	2 Karotten	1 Zwiebel
150 g Speck	50 g Schweineschmalz	20 ml Cognac
1 TL Mehl	750 ml kräftiger Rotwein	1 EL Zucker
2 Knoblauchzehen	6 kleine Schalotten	200 g kleine Champignons
5 Pfefferkörner	4 Pimentkörner	3 Lorbeerblätter
1 Gewürznelke	1 Thymianzweig	Salz
Pfeffer	500 g blaue Kartoffeln	

Hähnchen innen und außen waschen, in 8 bzw. je nach Größe des Hähnchens auch in 12 Stücke teilen.

Karotten putzen und in Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und würfeln. Speck würfeln. Schweineschmalz in einem Schmortopf auslassen. Hähnchenteile von allen Seiten anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen. Karotten und Zwiebel im Bratfett anbraten, herausnehmen und beiseitestellen.

Speck kurz anbraten. Dann die Hähnchenteile und das angebratene Gemüse wieder hinzufügen und mit Cognac ablöschen. Mit 1 Teelöffel Mehl bestäuben.

Rotwein mit Zucker verrühren und angießen.

Knoblauch und Schalotten schälen, Champignons putzen.

Pfefferkörner, Pimentkörner, Lorbeerblätter, Gewürznelke, Thymianzweig, Knoblauch, Schalotten und Champignons zu den Hähnchenteilen geben. Alles mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 2,5 Stunden im geschlossenen Topf auf dem Herd bei kleiner Temperatur köcheln lassen. Der Coq au vin ist fertig, sobald sich das Fleisch ganz leicht vom Knochen lösen lässt.

Kartoffeln waschen und in Schale in Salzwasser garen. Kartoffeln abgießen, kurz abdampfen lassen und pellen.

Coq au vin mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu den Kartoffeln servieren.

Martina Kömpel am 03. Dezember 2019

Enten-Brust mit Kürbis und Kumquat

Für 4 Personen

Für die Entenbrust:

500 ml Wasser 40 g Salz 4 Entenbrüste (à ca. 200 g)

Für den Kürbiskernkrokant:

2 EL Kürbiskerne 1 EL Puderzucker Salz

Kürbis-Kumquat-Kompott:

4 Bio-Kumquats 500 g Hokkaido-Kürbis 1 Stück frischer Ingwer
1 Bio-Zitrone 2 Schalotten 2 EL Butter
200 ml Orangensaft 200 ml Karottensaft 1 Prise gemahlener Safran
Salz mildes Currypulver gemahlene Chilischote

Außerdem: 1 EL Kürbiskernöl

Für die Entenbrüste eine Salzlake vorbereiten, dafür in einem Topf Wasser und Salz aufkochen, in eine Schüssel geben und vollständig auskühlen lassen.

Für den Krokant die Kürbiskerne grob hacken und in einer kleinen Pfanne ohne zusätzliches Fett anrösten.

Den Puderzucker überstäuben und die Kürbiskerne darin unter Wenden karamellisieren.

Anschließend salzen, auf einem Stück Backpapier verteilen und erkalten lassen.

Eventuell noch aufliegende Sehnen und Silberhäute von den Entenbrüsten entfernen. Das Fleisch kalt abbrausen und gründlich trocken tupfen. Die Hautseite rautenförmig mit einem scharfen Messer sehr fein einschneiden. Die Entenbrüste in der vorbereiteten Salzlake 5 Minuten einlegen. Die Kumquats gründlich heiß waschen, trocken reiben und vierteln. Das Fruchtfleisch auslösen und die Schale in feine Streifen schneiden.

Den Kürbis waschen, Kerne auslösen. Fruchtfleisch inklusive Schale in Würfel schneiden.

Ingwer schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

Das Fleisch aus der Lake heben, mit Küchenpapier sorgfältig trocken tupfen.

Eine Pfanne erhitzen, die Entenbrüste mit der Fettseite in der heißen Pfanne langsam auslassen, bis die Haut schön kross gebraten ist.

Die Schalotten schälen, fein würfeln und in der Butter in einem Topf andünsten. Mit Orangen- und Karottensaft ablöschen. Die Kumquatstreifen, den Ingwer und etwas Safran zugeben. Die Flüssigkeit um die Hälfte einkochen.

Währenddessen den Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Sobald die Haut der Entenbrüste schön kross ist, die Fleischseite kurz und heiß anbraten. Brüste dann mit der Fettseite nach unten auf ein Backofengitter setzten.

Fleisch im heißen Backofen ca. 8 Minuten garen. Die Backofen-Temperatur dann auf 65 Grad reduzieren und die Entenbrüste mindestens weitere 5 Minuten nachgaren bzw. ruhen lassen.

Inzwischen die Kürbiswürfel zum eingekochten Kumquat-Ingwerfond geben. Alles aufkochen und den Kürbis bei schwacher Hitze mit noch leichtem Biss garen. Mit Salz, Curry, Chili, Zitronensaft und -schale abschmecken.

Das Kürbiskompott auf den vier vorgewärmten Tellern verteilen.

Die Entenbrust in Scheiben schneiden und mittig auf dem Kompott anrichten. Den Kürbiskrokant eventuell grob hacken oder zerbröseln und auf die Entenbrust streuen. Das Kürbiskernöl über das Kompott träufeln.

Michael Kempf am 19. November 2019

Enten-Brust mit Ziegenkäse und Karamellnuss-Topping

Für 4 Personen

Für das Topping:

80 g Haselnüsse ohne Haut	80 g Mandeln ohne Haut	200 g Zucker
50 ml Wasser	1 Msp. Vanillemark	150 g Ziegenfrischkäse
3 Stiele Petersilie	1 Zweig Liebstöckel	

Für das Rote Bete-Kraut:

1 rote Zwiebel	600 g Rote Bete	etwas Pflanzenöl
100 ml Rotwein	$\frac{1}{2}$ Zimtstange	2 Gewürznelken
1 Lorbeerblatt	100 ml Rote Bete-Saft	50 g Preiselbeeren (Glas)
100 ml Himbeeressig	Salz, Pfeffer	$\frac{1}{2}$ TL Speisestärke

Für die Entenbrust:

2 Entenbrüste (à ca. 350 g) Salz, Pfeffer

außerdem:

Rote Bete-Blätter

Für die Nüsse den Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Nüsse und Mandeln auf einem Backblech verteilen und im heißen Backofen vorwärmen.

Den Zucker in einer Pfanne sacht schmelzen und leicht karamellisieren, mit Wasser ablöschen und den Karamell unter Rühren lösen. Vanillemark einrühren und köcheln lassen.

Sobald das Wasser verkocht ist, Nüsse und Mandeln gründlich unter den Karamell rühren.

Den Nussmix auf einem Stück Backpapier verteilen und auskühlen lassen.

Für das Bete-Kraut die Zwiebel abziehen und in feine Streifen schneiden. Die Bete-Knollen schälen und grob raspeln.

Etwas Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebelstreifen darin andünsten. Rote Bete-Raspel unter die Zwiebel mischen. Mit Rotwein ablöschen.

Zimtstange, Gewürznelken und Lorbeerblatt in einen Papier-Teefilter geben und unter die Rote Bete mischen. Mit Rote Bete-Saft, Preiselbeeren und Himbeeressig auffüllen. Zugedeckt weich dünsten.

Inzwischen die Entenbrüste kalt waschen, gründlich trocken tupfen und die Haut mit einem scharfen Messer rautenförmig fein einritzen. Dabei das Fleisch nicht mit einschneiden. Die Brüste mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Brüste mit der Hautseite in eine beschichtete Pfanne einlegen. Sacht erhitzen und braten bis die Haut kross ist und reichlich Fett austritt.

Die Brüste auf die Fleischseite wenden und für weitere ca. 3–5 Minuten fertigbraten.

Sobald das Rote Bete-Kraut weich geschmort ist, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Speisestärke und 1 EL Wasser verrühren unter das Kraut mischen, nochmals kurz köcheln und abbinden lassen.

Ziegenkäse zerbröckeln. Petersilie und Liebstöckel abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Kräuter in Streifen schneiden.

Die Nüsse grob hacken und mit dem Ziegenkäse und den Kräutern vermengen.

Fleisch vor dem Aufschneiden zugedeckt kurz ruhen lassen. Entenbrüste aufschneiden, das Topping darauf verteilen. Das Rote-Bete-Kraut dazu reichen. Nach Belieben mit Rote Bete- oder Blutampferblätter garniert anrichten.

Philipp Stein am 22. Oktober 2019

Gänse-Keulen mit Sellerie-Püree und Zimt-Maronen-Äpfel

Für die Gänsekeulen:

2 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe	150 g Karotten
150 g Sellerieknolle	1 Stange Lauch	3 Zweige Thymian
2 Lorbeerblätter	Salz	Pfeffer
4 Gänsekeulen	40 g Zucker	750 ml trockener Rotwein

Für Selleriepüree:

1 kg Knollensellerie	1 Knoblauchzehe	100 ml trockener Weißwein
100 ml Gemüsebrühe	Salz	2 Rapsöl
2 EL Preiselbeeren		

Für die Zimt-Maronen-Äpfel:

2 säuerliche Äpfel	1 EL Butter	100 g gegarte Maronen
1 EL Zucker	1 Prise gemahl. Zimt	Salz
Pfeffer	1/2 Bund Schnittlauch	

Für die Gänsekeulen den Backofen auf 240 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Zwiebeln und Knoblauch abziehen und würfeln. Das Gemüse putzen, waschen, abtropfen lassen und in große Würfel schneiden. Thymian abbrausen, trocken schütteln, grob zerzupfen. Vorbereitete Zutaten, Lorbeer, etwas Salz und Pfeffer in einem großen Bräter mischen. Die Gänsekeulen gründlich kalt abspülen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Keulen auf das Gemüse legen. Soviel Wasser angießen, dass die Keulen etwa zu 2/3 mit Flüssigkeit bedeckt sind. Den Bräter zugedeckt in den heißen Backofen schieben und Keulen und Gemüse etwa 1,5 Stunden schmoren, bis sich das Keulenfleisch vom Knochen zu lösen beginnt.

Währenddessen in einem Topf die Hälfte vom Zucker und Rotwein mischen, unter Rühren aufkochen. Dann offen bis auf etwa 100 ml einkochen.

Sellerieknolle schälen und in grobe Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und grob würfeln. Sellerie, Knoblauch und 1 Prise Salz in einen Topf geben, Weißwein und Brühe angießen. Zugedeckt ca. 15 Minuten bei schwacher Hitze weich dünsten.

Für die Schmoräpfel Äpfel schälen, entkernen und in Achtel schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen, die Apfelstücke darin rundherum goldgelb anbraten.

Maronen halbieren, mit Zucker und Zimt zu den Äpfeln geben und unterschwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln, fein schneiden, unter die Äpfel schwenken. Gegarte Keulen dann vorsichtig aus dem Bräter heben, auf ein tiefes Backblech verteilen.

Den Backofen auf 240 Grad Oberhitze oder Grillfunktion schalten.

Die Gänsekeulen auf ein Backblech geben und im heißen Backofen schön kross braten.

Den Schmorsud durch ein feines Sieb in einen Topf passieren.

In einem Topf mit großem Durchmesser restlichen Zucker karamellisieren. Mit dem Schmorsud Kelle für Kelle ablöschen und unter ständigen Rühren einkochen lassen, bis eine sämige Sauce entsteht.

Weinsirup unter die Bratensauce rühren, abschmecken und ggf. noch etwas köcheln lassen.

Den Sellerie in einen Mixer geben und fein mixen, dabei das Öl nach und nach untermixen, sodass ein cremiges Püree entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Selleriepüree anrichten, etwas Preiselbeeren obenauf geben, Gänsekeulen und Schmoräpfel anlegen und etwas Sauce angießen. Übrige Sauce dazu servieren.

Rainer Klutsch am 08. November 2019

Hähnchen-Brust mit Trauben-Soße, Kartoffel-Mandel-Stampf

Für 4 Personen

4 eingesalzene Weinblätter	4 Hähnchenbrüste	800 g Kartoffeln, mehlig
Salz	2 Zwiebeln	4 EL Speiseöl
250 g helle, rote Trauben	150 ml weißer Traubensaft	1 l Hühnerbrühe
2 Lorbeerblätter	3 Zweige Thymian	4 EL Sahne, gut gekühlt
Pfeffer	60 g Mandeln mit Haut	120 ml Milch
100 g Butter, gut gekühlt	Muskatnuss	

Die Weinblätter abtropfen lassen und in reichlich kaltem Wasser einweichen.

Fleisch gründlich kalt waschen, trocken tupfen und so zuschneiden, dass etwa 4 EL Hähnchenfleisch für die Farce dabei abgeschnitten werden. Den Flügelknochen putzen, eventuell kürzen. Hähnchenfleischabschnitte fein würfeln, gut kühlen.

Die Kartoffeln schälen, waschen und knapp mit Wasser bedeckt in einen Topf geben. Etwas Salz zufügen. Kartoffeln aufkochen und garen.

Zwiebeln schälen und fein würfeln. Die Hälfte vom Öl in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebeln darin unter Wenden anbraten.

Trauben verlesen, waschen und abtropfen lassen. Die Hälfte der Trauben mit in die Pfanne geben und anbraten.

Mit Traubensaft oder Weißwein ablöschen. Hühnerbrühe angießen, Lorbeerblätter und Thymian einlegen. Die Flüssigkeit offen bei starker Hitze um 2/3 einkochen.

Weinblätter abtropfen lassen, mit Küchenpapier trocken tupfen.

Gekühlte Hähnchenfleischabschnitte mit Sahne zu einer Farce mixen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ca. 6 Trauben abziehen und fein schneiden. Traubenstückchen unter die Farce mischen.

Die Haut der Hähnchenbrüste vorsichtig lösen und hochziehen. Das Fleisch salzen, mit der Farce bestreichen. Je 1 Weinblatt auflegen. Die Haut wieder über die Füllung klappen.

Den Backofen auf 140 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Rest Öl in einer ofengeeigneten Pfanne erhitzen. Die Hähnchenbrüste darin auf beiden Seiten kurz goldbraun anbraten. Fleisch im vorgeheizten Backofen etwa 20 Minuten fertig garen.

Die Mandeln in der Pfanne ohne zusätzliches Fett goldbraun rösten. Mandeln auf ein Arbeitsbrett geben, abkühlen lassen und hacken.

Milch und 1/3 der Butter erhitzen. Gekochte Kartoffeln abgießen, kurz ausdampfen lassen. Dann durch eine Kartoffelpresse drücken.

Milch-Buttermix untermischen, sodass ein cremiges Püree entsteht. Mit Salz und Muskat abschmecken. Die Mandeln untermischen

ie restlichen Trauben nach Wunsch abziehen, halbieren und in die Sauce geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Restliche kalte Butter in Stückchen untermixen und die Sauce damit leicht binden.

Hähnchenbrüste, Kartoffel-Mandelstampf und Sauce anrichten. Nach Belieben zusätzlich in Butter geschwenkten Brokkoli oder gebratene Lauchzwiebeln dazu reichen.

Jacqueline Amirfallah am 09. Oktober 2019

Hähnchen-Keulen in Rotwein-Soße

Für 4 Personen

4 Hähnchenkeulen	Salz	Pfeffer
2 EL Mehl	2 EL Olivenöl	2 EL Butter
300 ml Rotwein	300 ml Geflügelbrühe	3 Zweige Thymian
6 Schalotten	200 g Champignons	100 g Frühstücksspeck
1 Knoblauchzehe	1/2 Bund glatte Petersilie	

Hähnchenkeulen gründlich kalt abbrausen, dann trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Keulen leicht mit Mehl bestäuben, überschüssiges Mehl sacht abklopfen.

In einem Schmortopf Olivenöl und die Hälfte der Butter erhitzen. Die Hähnchenkeulen darin von allen Seiten gut anbraten.

Anschließend mit Rotwein und Brühe ablöschen. Thymian abbrausen, trocken schütteln und zugeben. Alles zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze ca. 25 Minuten schmoren.

In der Zwischenzeit Schalotten schälen und vierteln. Pilze putzen und ebenfalls vierteln. Den Speck in feine Streifen schneiden.

In einer Pfanne restliche Butter erhitzen. Die Schalotten, Pilze und Speck darin unter Wenden anbraten.

Knoblauch schälen und fein schneiden. Knoblauch unter den Schmorfond mischen. Hähnchenkeulen aus dem Schmorfond nehmen und warm stellen. Den Schmorfond offen kräftig einkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden.

Die Keulen anrichten, mit der Sauce überziehen. Zwiebeln, Pilze und Speck darüber geben und mit Petersilie bestreut servieren. Dazu passt Baguette oder Kartoffelstampf.

Otto Koch am 28. November 2019

Hähnchen-Schenkel Tandoori Art

Für 4 Personen

Für die Hähnchenschenkel:

1/2 Zitrone	1 EL Paprikapulver, mild	1 EL Kreuzkümmel, gemahlen
1 TL Kurkuma, gemahlen	1 TL Koriander, gemahlen	1 TL Ingwer, gemahlen
1 TL schwarzer Pfeffer	½ TL Salz	300 g Joghurt (10%)
4 Hähnchenschenkel	150 g Butter	

Für das Raita:

150 g Gurke	1 Tomate	1/2 Knoblauchzehe
400 g Naturjoghurt (3,5%)	1 TL Kreuzkümmel	Salz, Pfeffer

Von der Zitrone den Saft auspressen.

Paprikapulver, Kreuzkümmel, Kurkuma, Koriander, Ingwerpulver, Pfeffer, Salz in eine Schüssel geben und mit Joghurt und Zitronensaft zu einer glatten Creme rühren.

Hähnchenschenkel abwaschen, trocken tupfen und mit einem spitzen Messer mehrmals einstechen. Hähnchenschenkel in eine flache Form legen, die Joghurt-Mischung darüber geben, die Mischung am besten mit den Händen rund um das Fleisch verteilen. Das Fleisch mindestens 2 Stunden im Kühlschrank marinieren.

Für das Raita die Gurke schälen, halbieren, die Kerne austreichen und die Gurke klein raspeln. Tomate waschen, vierteln, die Kerne austreichen und die Tomatenviertel würfeln. Knoblauch schälen und fein würfeln.

Joghurt mit Kreuzkümmel und Knoblauch vermischen. Gurke und Tomate untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Raita bis zum Servieren kalt stellen.

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Butter in einem Topf zerlassen.

Die marinierten Hähnchenschenkel auf ein Ofengitter legen. Dieses auf ein Backblech mit Backpapier belegt setzen.

Die Hähnchenschenkel im vorgeheizten Ofen ca. 30 Minuten garen, dabei alle 10 Minuten mit der flüssigen Butter bepinseln.

Die Hähnchenschenkel mit Raita servieren. Dazu passt Basmatireis.

Martina Kömpel am 02. Juli 2019

Hähnchen-Tacos mit Pfirsich und Tomate

Für 4 Personen

Für die Crêpes:

260 g feiner Maisgrieß	360 ml Milch	1 Ei
1 EL Olivenöl	2 EL Mehl	1 TL Kurkumapulver
1/2 TL Salz	1/2 TL Rohrzucker	

Für die Füllung:

400 g Maishähnchenbrustfilet	1 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl
1 EL Honig	1 EL Rotweinessig	1 TL mildes Paprikapulver
1/2 TL scharfes Paprikapulver	1 TL getrockneter Oregano	1/2 TL gemahlene Piment
1/2 TL gemahlener Koriander	1 Prise schwarzer Pfeffer	Salz
1 kleiner Eisbergsalat	200 g aromatische Tomaten	2 reife Pfirsiche
1 rote Zwiebel	1/2 Bund Blatt Petersilie	1/2 Bund Koriander
1/2 Bund Minze	1 rote Peperoni	1 grüne Peperoni
Olivenöl	1 EL Tomatenmark	2 EL Tequila
200 g saure Sahne	1 Spritzer Tabasco	

Für die Crêpes Grieß, Milch, Ei, Öl, Mehl, Kurkuma, Salz und Rohrzucker in einem Mixer oder mit dem Handrührgerät gut vermischen. Den Teig in eine Schüssel geben und 30 Minuten ruhen lassen.

Das Fleisch in ca. 1 cm dicke Streifen schneiden. In eine Schüssel geben.

Knoblauch schälen und pressen.

Öl, Honig, Essig, durchgepresste Knoblauchzehe, Paprikapulver, Oregano, Piment, Koriander und schwarzer Pfeffer dazugeben. Mit Salz würzen und 15 Minuten ruhen lassen.

Die Blätter vom Salat abziehen, waschen, abtropfen lassen.

Tomaten und Pfirsiche waschen und beides in Scheiben schneiden.

Zwiebel schälen und fein hobeln.

Kräuter waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Peperoni waschen und in dünne Ringe schneiden.

In einer beschichteten kleinen Pfanne (ca. 15 cm Durchmesser) nacheinander ca. 12 dünne Crêpes mit wenig Olivenöl backen. Crêpes auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und im Ofen bei 120 Umluft warm halten.

Hähnchenstreifen aus der Marinade nehmen und in einer beschichteten Pfanne auf beiden Seiten ca. 3 Minuten anbraten. Fleisch auf einen Teller legen.

Restliche Marinade mit Tomatenmark, Tequila und 2 – 3 EL saurer Sahne in die Pfanne geben und kurz erhitzen. Scharf mit Tabasco und etwas Salz abschmecken. Fleisch in die Sauce geben. Crêpe auf den Teller legen, mit Salatblättern, Tomaten, Pfirsich, Zwiebelringen, Fleisch, Sauce und Peperoni füllen. Mit einem Kleks saurer Sahne und Kräuterblättchen garnieren.

Christina Richon am 22. Juli 2019

Puten-Garnelen-Spieß mit Gemüse-Quinoa

Für 4 Personen

Für die Putenspieße:

300 g Putenbrustfilet	4 Garnelen	1 Eiweiß
1 Msp rote Currypaste	1 EL Ingwer, fein gerieben	1 TL Zitronengras
1 Msp Currypulver	1 EL Koriander, fein geschn.	½ Limette (Saft, Schale)
1 TL Sesamöl	Meersalz	1 Prise Piment-d´espelette

Für die Pflaumensauce:

40 ml weißer Balsamico	1 EL Aprikosenkonfitüre	50 ml Sojasauce
100 ml Geflügelfond	2 Stängel Zitronengras	6 getrocknete Pflaumen
1 TL Koriander, fein geschn.	1 TL Ingwer, fein gerieben	1 Msp rote Currypaste

Für den Gemüse-Quinoa:

150 g rote Paprika	150 g gelbe Paprika	150 g grüne Zucchini
150 g Quinoa	1 Msp Safran	250 ml Geflügelfond
1 EL Olivenöl	1 Knoblauchzehe	Salz
Pfeffer	1 Msp Ras-el-Hanout	1 TL Balsamico
1 EL Pinienkerne	1 EL schwarze Oliven	4 Blätter Pfefferminze
40 g gepuffter Quinoa		

Putenbrust dünn aufschneiden und plattieren (2 mm dick).

Garnelen sehr gut gekühlt mit dem Eiweiß, den Gewürzen, Saft und Schale von der Limette und Sesamöl in einem Mixer zu einer cremigen Masse mixen. Mit Salz und Piment d´Espelette abschmecken.

Die Masse auf den Putenbrustscheiben dünn verteilen und mit Hilfe einer Folie zu einer 3 cm großen Rolle aufrollen. Die Enden fest zusammendrehen; die Rolle ca. 40 Minuten kaltstellen. Dann die Rolle in 2 cm lange Stücke aufschneiden. Je 4 Stücke auf einen Spieß stecken und nochmals kaltstellen.

Für die Pflaumensauce Balsamico mit Aprikosengelee, Sojasauce und Geflügelfond in einem Topf aufkochen und auf 1/3 der Flüssigkeit einkochen lassen.

Zitronengras fein schneiden. Pflaumen entkernen und in Viertel schneiden.

Zitronengras, Pflaumen, Koriander, Ingwer und Currypaste in die Sauce geben.

Für den Gemüse-Quinoa Paprika waschen, schälen und die Kerne entfernen. Zucchini waschen. Zucchini und Paprika in feine Würfel schneiden.

Quinoa in eine Schüssel geben. Safran in den Geflügelfond rühren und nach und nach den Quinoa damit aufgießen, 10 Minuten ruhen lassen bis der Fond aufgesogen ist.

In einem Topf Olivenöl erhitzen, feingehackten Knoblauch und Gemüse farblos aber scharf anbraten, die Hitze reduzieren, Quinoa zugeben, mit Salz, Pfeffer, Ras el Hanout, Balsamico würzen. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Oliven fein hacken. Pfefferminzblätter fein schneiden. Kurz vor dem Servieren die Minze, etwas Olivenöl sowie die Pinienkerne und Oliven zum Gemüse-Quinoa geben.

Die Spieße von beiden Seiten ca. 3 Minuten anbraten.

Quinoa auf den Teller geben. Spieße daraufsetzen und mit Pflaumenglace übergießen. Mit gepufftem Quinoa garnieren.

Für gepufften Quinoa die Körner in einer heißen Pfanne ohne Fett so lange rösten bis alle Körner aufgepufft sind.

Jörg Sackmann am 09. September 2019

Sommerlicher Ofen-Kartoffelsalat mit Hähnchen-Flügeln

Für 4 Personen

700 g festk. Kartoffeln	1 Knoblauchzehe	100 ml Olivenöl
12 Bio-Hähnchenflügel	2 Eier	3 EL Mehl
7 EL Semmelbrösel	1 TL Salz	1 TL mildes Paprikapulver
1 TL scharfes Paprikapulver	1 TL Currypulver	1/4 TL schwarzer Pfeffer
1/4 TL Muskatnuss	1/4 TL gemahlener Koriander	2 TL getrocknete italienische Kräuter
2 Mini-Salatgurken	220 g bunte Kirschtomaten	1 Schalotte
1 TL Instant-Gemüsepulver	3 EL Rotweinessig	1/2 Bund Basilikum
1/2 Bund Schnittlauch	1 Bio-Zitrone	

Ein Backblech mit Backpapier auslegen und Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln schälen, waschen und in 1 cm große Würfel schneiden. Mittig aufs Backblech legen.

Knoblauch schälen, durchpressen und mit ca. 20 ml Olivenöl vermengen, Kartoffelwürfel damit beträufeln.

Hähnchenflügel gründlich kalt waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen.

Eier in eine Schüssel schlagen und verquirlen.

Mehl, Semmelbrösel, Salz, beide Paprikapulver, Curry, Pfeffer, Muskatnuss, gemahlenem Koriander und Kräutern mischen.

Hähnchenflügel zuerst im Ei, dann in der Panade wenden. Aufs Backblech, um die Kartoffeln legen. Panierte Flügel mit der Hälfte vom verbliebenem Olivenöl beträufeln. Im heißen Ofen ca. 35 Minuten garen.

Inzwischen Gurken und Tomaten waschen. Gurken in sehr kleine Würfel schneiden. Tomaten halbieren.

Schalotte schälen und fein hacken.

Schalotte mit Gemüsepulver, restlichem Olivenöl, Essig, Gurkenwürfel und Tomaten in einer Schüssel vermengen, leicht salzen.

Basilikum abbrausen, trocken schütteln und ca. 20 Blätter abzupfen.

Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Nach 35 Minuten Garzeit das Blech aus dem Ofen nehmen und mit einem großen Löffel zunächst nur die Kartoffeln herunternehmen und in die Salatschüssel geben.

Den Ofen auf 200 Grad Umluft stellen.

Hähnchenflügel wenden, auf dem ganzen Blech verteilen und weitere 5 Minuten garen. Dann Ofen ausschalten und mit leicht geöffneter Tür noch ca. 5 – 10 Minuten nachgaren lassen, bis die Panade knusprig ist.

Basilikumblättchen, Schnittlauch, etwas Pfeffer und gemahlene Muskatnuss unter den Kartoffelsalat mischen. Mit Salz abschmecken. Zitrone vierteln.

Kartoffelsalat mit den Hähnchenflügeln und Zitronenvierteln servieren.

Christina Richon am 29. Juli 2019

Sonntag-Hähnchen aus dem Ofen nach Paul Bocuse

Für 4 Personen

Für das Hähnchen:

1 Hähnchen (1,5 kg)	Salz	Pfeffer
100 g Dijon-Senf	2 EL Sonnenblumenöl	500 g Sahne
250 g Weißbrotbrösel	125 g weiche Butter	

Für den Salat:

1 Kopfsalat	4 Tomaten	1 EL Apfelessig
2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer	1 Prise Zucker

Zunächst das Hähnchen in 'Schmetterlingsform' schneiden. Dafür das Hähnchen mit der Brustseite nach unten auf das Schneidebrett legen, das Rückgrat sollte nach oben zeigen. Mit einer Geflügelschere entlang des Rückgrats an beiden Seiten das Hähnchen aufschneiden, dabei so nah wie möglich am Knochen entlang schneiden. Dann das Rückgrat entfernen und das Hähnchen umdrehen, so dass es mit der Brustseite nach oben auf dem Brett liegt. Anschließend das Hähnchen flach drücken (bzw. Flügel und Beingelenke eindrehen).

Das so vorbereitete Hähnchen leicht mit Salz und Pfeffer würzen und komplett mit dem Senf einstreichen.

In einem ofenfesten Bräter Sonnenblumenöl erhitzen und darin bei mittlerer Hitze das Hähnchen von beiden Seiten je ca. 7 Minuten anbraten. In der Zwischenzeit den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze.

Nach dem Anbraten das Hähnchen mit der Brustseite nach unten in den Bräter legen, die Sahne angießen und dann alles in den vorgeheizten Ofen geben und ca. 20 Minuten braten.

In der Zwischenzeit Weißbrotbrösel mit weicher Butter vermischen.

Nach 20 Minuten im Ofen, das Hähnchen wenden, so dass die Brustseite nach oben zeigt. Die Bröselbutter auf dem Hähnchen verteilen und nochmals ca. 10 Minuten knusprig garen.

Salat putzen, waschen und abtropfen lassen. Tomaten waschen, trocken reiben, den Stielansatz ausschneiden und die Tomaten in sehr dünne Scheiben schneiden. Tomaten mit Essig, Olivenöl, etwas Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker marinieren. Salatblätter vorsichtig untermischen.

Martina Kömpel am 27. August 2019

Hack

Gefüllte Frikadelle mit Bohnen-Salat

Für 4 Personen

Für den Bohnensalat:

500 g breite Bohnen	80 ml weißer Balsamico	5 Zweige Bohnenkraut
Salz, Zucker	1 Lorbeerblatt	500 g dicke Bohnen in Hülsen
100 g kl. weiße Bohnenkerne	Olivenöl	

Für die Frikadellen:

150 g altback. Weizenbrot	1 Zwiebel	3 Blätter Liebstöckel
600 g Rinderhackfleisch	$\frac{1}{2}$ TL Fenchelsamen	Salz, Pfeffer
3 Zweige Bohnenkraut	150 g Ziegenfrischkäse	Öl

Für den Kräuterschmand:

1 Bund Dill	1 Bund Schnittlauch	200 g Schmand
Salz		

außerdem:

1 Weißbrot	Olivenöl, Butter	1 rote Zwiebel
------------	------------------	----------------

Eventuell bereits am Vortag mit dem Salat starten, damit die Zutaten gut durchziehen können. Die Schneidebohnen putzen, waschen, in Stücke schneiden. Salzwasser und einige Zweige Bohnenkraut aufkochen, die Breiten Bohnen darin ca. 10 Minuten garen.

In der Zwischenzeit Balsamico in einem Topf erhitzen. Mit Salz, Zucker und Lorbeerblatt würzen.

Breite Bohenn abgießen, kurz kalt abschrecken und abtropfen lassen. Dann unter den Balsamico mischen und ziehen lassen.

Dicke Bohnenkerne aus den Schoten lösen. In leicht gesalzenem Wasser garen, abgießen, abschrecken und aus den Häutchen drücken. Unter den Bohnensalat mischen.

Frische weiße Bohnenkerne ebenfalls in leicht gesalzenem Wasser weich garen, abgießen und abtropfen lassen. Dann unter die marinierten Bohnen mischen. Tipp: Bohnensalat am besten über Nacht durchziehen lassen. 6. Für die Frikadellen das Brot in kaltem Wasser einweichen.

Die Zwiebel abziehen. Liebstöckel waschen und trocken schütteln.

Zwiebel und Liebstöckelblätter fein hacken, in eine Schüssel geben. Hackfleisch, Fenchelsamen, Salz und Pfeffer zugeben. Zutaten gründlich vermischen.

Rest Bohnenkraut fein hacken. Mit Frischkäse und etwas Salz verrühren.

Die Hackmasse zu kleinen Frikadellen formen, jeweils ein Loch hinein drücken und etwas Käsemasse einfüllen (z. B. mit einem Spritzbeutel). Hackmasse um die Füllung schließen.

Öl in einer Pfanne erhitzen, die Frikadellen darin rundherum knusprig braun braten.

Dill und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Kräuter und Schmand mischen, mit Salz abschmecken.

Das Weißbrot in dünne Scheiben schneiden. Jeweils portionsweise etwas Olivenöl und Butter in einer Pfanne erhitzen, die Brotscheiben darin zu krossen Chips braten.

Rote Zwiebel schälen, in feine Ringe schneiden. 2–3 EL Olivenöl unter den Bohnensalat mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Bohnensalat, Frikadellen, Zwiebelringe und Brotchips anrichten. Den Kräuterschmand dazu reichen.

Jacqueline Amirfallah am 31. Juli 2019

Kohlroulade mit Pilzfüllung

Für 4 Personen

1 Zwiebel	500 g Speisepilze	3 Scheiben Toastbrot
600 g Weißkohl	Salz	1 Bund Majoran
5 EL Butterschmalz	2 Eigelb	Pfeffer
150 g Sahne	150 ml Gemüsebrühe	

Die Zwiebel schälen und fein schneiden. Pilze putzen und 3/4 davon fein schneiden. Das Brot zu Semmelbröseln reiben.

Vom Kohl acht schöne große Blätter ablösen, diese in reichlich kochendem Salzwasser kurz blanchieren, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Den restlichen Kohl halbieren, den Strunk entfernen und den Kohl fein schneiden.

Majoran waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken.

In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen und die Hälfte der Zwiebeln darin anschwitzen. Die gehackten Pilze zugeben und mitbraten, mit Salz und etwas Majoran würzen.

Die Pilzpfanne vom Herd ziehen, Toastbrösel und Eigelb untermischen.

Die restlichen Zwiebelwürfel in einer Pfanne mit etwas Butterschmalz anschwitzen, geschnittenen Kohl zugeben und bei geringer Hitze zugedeckt ca. 15 Minuten schmoren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die blanchierten Kohlblätter auf der Arbeitsfläche ausbreiten, die Pilzmasse darauf geben, zu Rouladen aufwickeln und mit Küchengarn fixieren.

In einer Pfanne 1 EL Butterschmalz erhitzen, Die Rouladen darin bei mittlerer Hitze anbraten. Dann mit der Sahne und Brühe ablöschen und bei geschlossenem Deckel ca. 10–15 Minuten fertig schmoren.

Die restlichen Pilze halbieren oder vierteln und ebenfalls in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz braten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Rouladen aus dem Schmorfond nehmen und kurz warm stellen. Schmorfond eventuell noch etwas einkochen, mit Salz, Pfeffer und Majoran abschmecken.

Rouladen, Pilze und gebratenen Kohl anrichten und mit der Sauce umgießen. Dazu schmeckt sehr gut Kartoffelpüree.

Sören Anders am 29. November 2019

Kohlrouladen

Für 4 Personen

50 ml Milch	1 Brötchen vom Vortag	8 Blätter Weißkohl (groß)
Salz	1 Schalotte	Butterschmalz
50 g Speckwürfel	1 Knoblauchzehe	frischer Majoran
500 g gem. Hackfleisch	1 Ei	Pfeffer
Muskat	250 ml Kalbsfond	100 ml Sahne
1 TL Mehlbuter		

Milch erhitzen. Das Brötchen fein würfeln, in eine Schüssel geben und mit der heißen Milch beträufeln. Zugedeckt ziehen lassen.

Die Kohlblätter kurz in reichlich kochendem Salzwasser blanchieren, kalt abschrecken und trocken tupfen.

Grobe Blattrippen der Kohlblätter flach schneiden oder eventuell ausschneiden.

Schalotte abziehen und fein hacken. In einer Pfanne 1 EL Butterschmalz erhitzen. Schalotte und Speckwürfel darin andünsten.

Speck-Mischung und Brötchenwürfel in eine große Schüssel geben.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Majoran abbrausen, trocken schütteln und ebenfalls fein hacken.

Majoran, Knoblauch, Hackfleisch und Ei zum Brötchen in die Schüssel geben und alles gut vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Je 2 Kohlblätter leicht überlappend nebeneinanderlegen, etwas Füllung darauf geben und aufwickeln, mit Küchengarn fixieren.

Etwas Butterschmalz in einem Schmortopf erhitzen, die Rouladen darin rundherum goldbraun anbraten.

Den Kalbsfond angießen. Rouladen zugedeckt ca. 40 Minuten schmoren.

Zum Ende der Schmorzeit die Sahne angießen und den Fond im Schmortopf nochmals aufkochen lassen.

Die Rouladen herausnehmen und warm stellen. Den Schmorfond dann im offenen Topf noch etwas einkochen, abschmecken und nach Belieben mit Mehlbutter binden.

Rouladen wieder einlegen, noch kurz ziehen lassen.

Rouladen und Sauce anrichten. Dazu schmecken Salzkartoffeln.

Sören Anders am 29. November 2019

Lasagne

Für 4 Personen

Für die Bolognese:

3 Zwiebeln	4 Bio-Karotten	3 Paprikaschoten
350 g Champignons	2 EL Olivenöl	500 g Rinderhackfleisch
450 g stückige Tomaten	300 g passierte Tomaten	1 Bund Basilikum
Salz	Pfeffer	Tomatenmark

Für die Béchamelsauce:

3 EL Butter	3 EL Mehl	500 ml Wasser
500 ml Sahne	$\frac{1}{2}$ Bund Thymian	Salz
Pfeffer	1 TL Gemüsebrühe-Pulver	

Außerdem:

12 Lasagne-Platten	60 g Parmesan	60 g geriebener Gruyère
--------------------	---------------	-------------------------

Zwiebeln abziehen, fein würfeln. Karotten und Paprika putzen, bzw. schälen, waschen und abtropfen lassen.

Die Karotten in Scheiben hobeln. Paprika grob würfeln. Pilze putzen, eventuell anhängenden Sand abreiben. Pilze in Scheiben schneiden.

In einem Topf oder einer tiefen Pfanne Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln darin glasig andünsten. Das Hackfleisch mit zu den Zwiebeln geben und unter Wenden feinkrümelig anbraten.

Die Karotten zum Hackfleisch geben. Kurz danach Paprikastücke und Pilze mit andünsten.

Die Tomaten zufügen und alles offen ca. 10 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit Basilikum abbrausen, trocken schütteln, abzupfen und hacken.

Die Bolognese mit Salz, Pfeffer, etwas Tomatenmark und den gehackten Basilikumblättern abschmecken.

Für die Béchamelsauce Butter in einem Topf schmelzen. Das Mehl einstreuen und gut durchschwitzen lassen. Unter Rühren das Wasser hinzufügen. Aufkochen und andicken lassen. Dann die Sahne einrühren.

Thymian abbrausen, trocken schütten und die Blättchen abzupfen. Béchamelsauce mit Thymian aromatisieren. Mit Salz, Pfeffer und GemüsebrühePulver abschmecken.

Den Backofen auf 175 Grad Ober- und Unterhitze (160 Grad Umluft) vorheizen.

Eine Lasagneform (ca. 20 x 30 cm) mit etwas Béchamelsauce ausstreichen. Eine Schicht Nudelplatten auflegen. Gemüse-Bolognese, übrige Nudelplatten und Sauce nach und nach einschichten. Mit einer Schicht Lasagneplatten und Béchamelsauce abschließen.

Parmesan und Gruyère fein reiben und die Lasagne damit bestreuen.

Lasagne in den heißen Backofen schieben, ca. 40 Minuten goldbraun backen. Vor dem Servieren kurz in der Form ruhen lassen.

Theresa Baumgärtner am 04. November 2019

Mangold-Roulade mit Polenta und Kräuter-Pesto

Für 4 Personen

2 Zwiebeln	1 kg Mangold	Salz
Speiseöl	1 Prise Zucker	Kreuzkümmel, gemahlen
500 g Rinderhackfleisch	Pfeffer	2 EL Butter
200 ml Sahne	400 ml Milch	400 ml Gemüsebrühe
150 g grober Maisgrieß	1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Koriander
1 Knoblauchzehe	50 g Parmesan	2 EL Walnusskernhälften
Olivenöl	1 TL Speisestärke	

Die Zwiebeln abziehen und sehr fein würfeln.

Vom Mangold die Blätter von den Stielen schneiden. Blätter waschen, in reichlich kochendem Salzwasser sehr kurz blanchieren. In eisgekühltes Wasser geben und kurz abschrecken. Mangoldblätter abtropfen lassen. Die Mangoldstiele waschen, abtropfen lassen und fein schneiden.

Etwa 6–8 schöne, große Blätter überlappend auf einem sauberen Küchentuch ausbreiten.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebelwürfel und Mangoldstiele darin anbraten. Mit Salz, 1 Prise Zucker und etwas Kreuzkümmel würzen. Etwa $\frac{1}{4}$ der Stiele beiseite legen.

Übrige Mangoldblätter fein schneiden. Mit angedünsteten Stielen und Rinderhack mischen, kräftig würzen.

Den Backofen auf 100 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Hackmasse auf die ausgelegten Mangoldblätter geben und darin einwickeln, sodass eine längliche Roulade entsteht.

Butter in einer ofenfesten Pfanne erhitzen. Die Roulade darin vorsichtig rundherum anbraten. Sahne angießen, mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Die Roulade in der Pfanne in den heißen Backofen schieben und etwa 25 Minuten garen.

Währenddessen für die Polenta Milch und Gemüsebrühe in einem Topf aufkochen und mit etwas Salz würzen.

Den Maisgrieß unter Rühren in die kochende Flüssigkeit einstreuen und ca. 5 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln und ausquellen lassen.

Für das Pesto Petersilie und Koriander abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Knoblauch abziehen und grob würfeln. Parmesan fein reiben.

Kräuterblätter, Walnüsse und Knoblauch in einen Mixer geben. Etwas Olivenöl zugießen und alles zu einem feinen Pesto mixen.

Parmesan unterrühren. Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den fertigen Polentabrei mit 1-2 EL Olivenöl aromatisieren und abschmecken.

Pfanne aus dem Backofen nehmen, Mangoldroulade kurz warm stellen.

Stärke und wenig Wasser glattrühren, Flüssigkeit aus der Pfanne damit zu einer cremigen Sauce binden, abschmecken.

Mangoldroulade aufschneiden, mit Polenta und übrigem Mangold anrichten. Pesto überträufeln und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 06. November 2019

Paprikagemüse mit Hackbällchen und Reis

Für 4 Personen

200 g Basmatireis	Salz	50 g Butter
3 gelbe Spitzpaprika	3 grüne Spitzpaprika	2 Fleischtomaten
2 rote Zwiebeln	1/2 Bund Koriander	600 g Rinderhackfleisch
2 EL Tomatenmark	1 TL Kreuzkümmel	4 EL Olivenöl
1 TL Paprikapulver, geräuchert	1 Prise Zucker	100 ml Gemüsebrühe

In einem breiten Topf reichlich Wasser zum Kochen bringen und salzen.

Reis gründlich waschen, in das kochende Wasser geben und umrühren. Den Reis ungefähr 7 Minuten kochen, dann in ein Sieb abschütten und unter fließendem Wasser gründlich abspülen. Butter in den Kochtopf geben und schmelzen, den abgetropften Reis wieder in den Topf geben und zu einem Kegel schichten. Hitze auf die kleinste Stufe reduzieren, einen Deckel auflegen und den Reis bei sehr kleiner Hitze (ca. 30-40 Minuten) dämpfen.

Paprika waschen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und Paprika in Stücke von 2 cm Kantenlänge schneiden.

Die Tomaten kreuzförmig auf der Unterseite einritzen. In einem Topf Wasser aufkochen, salzen und die Tomaten 10 Sekunden darin blanchieren, bis sich die Haut leicht löst. Tomaten herausheben, in kaltem Wasser abschrecken und die Haut abziehen. Tomaten grob würfeln.

Zwiebeln schälen und fein schneiden.

Koriander abrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden.

Hackfleisch mit der Hälfte vom Tomatenmark, der Hälfte der Zwiebelwürfel, etwas Salz, Kreuzkümmel und Koriander gut vermischen. Aus der Masse kleine Bällchen von 2 cm Durchmesser formen.

In einer tiefen Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Hackbällchen darin von allen Seiten anbraten. Dann herausnehmen, evtl. noch etwas Öl zugeben und Paprika mit restlichen Zwiebeln darin anbraten. Tomatenstücke zugeben und das Gemüse kräftig anbraten. Mit Salz, Paprikapulver und Zucker würzen. Restliches Tomatenmark unterrühren, die Brühe angießen und aufkochen. Hackbällchen zum Gemüse geben und nochmal ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen. Zuletzt nochmal abschmecken.

Das Paprikagemüse mit den Hackbällchen und dem gegarten Reis servieren.

Jacqueline Amirfallah am 21. August 2019

Innereien

Gebratene Kalb-Leber, Essig-Schalotten, Kartoffel-Püree

Für 4 Personen

600 g Kartoffeln, mehlig	Salz	4 Schalotten
3 EL Butterschmalz	3 EL Himbeeressig	Salz
Pfeffer	1 Prise Zucker	700 g Kalbsleber
3 EL Mehl	150 ml Rotwein	1 Zweig Thymian
2 EL kalte Butter	200 ml Milch	80 g Butter
1 Prise Muskat		

Für das Kartoffelpüree die Kartoffeln schälen und in Salzwasser weichkochen.

Schalotten schälen und in Scheiben schneiden.

Schalotten in einer Pfanne mit der Hälfte vom Butterschmalz anschwitzen, mit Himbeeressig ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und köcheln lassen, bis die Schalotten weich sind und alles eine cremige Konsistenz hat.

Den Backofen auf 100 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Leber in ca. 1,5 cm starke Scheiben schneiden, mit Pfeffer würzen, leicht mehlieren.

In einer Pfanne restliches Butterschmalz erhitzen und die Leberscheiben darin von beiden Seiten je 1-2 Minuten braten.

Die Leberscheiben in eine feuerfeste Form legen und im vorgeheizten Ofen warmhalten.

Den Bratensatz in der Pfanne mit Rotwein lösen, Thymian zugeben und bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten köcheln lassen. Dann kalte Butter unterrühren, Thymianzweig wieder entfernen und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Gekochte Kartoffeln abgießen und noch heiß durch Kartoffelpresse drücken.

Milch in einem Topf erwärmen. Die Butter schmelzen und bräunen.

Milch zu den Kartoffeln geben und gut verrühren. Das Püree mit Salz und Muskat abschmecken.

Die Leber auf Teller anrichten und leicht salzen, darauf die Essigschalotten geben, die Sauce angießen und das Kartoffelpüree dazu reichen.

Otto Koch am 05. September 2019

Geschnetzelte Kalb-Leber mit Quitte

Für 4 Personen

Für die Leber:

2 EL Senfsaat	500 g Kalbsleber	1 rote Zwiebel
1 Quitte, mittelgroß	200 g festkochende Kartoffeln	Pflanzenöl
Salz	1 EL Schmalz	300 ml roter Portwein
200 ml Orangensaft	Langpfeffer, zerstoßen	2 EL franz. Salz-Butter, gekühlt

Für die Röstschalotten:

2 Schalotten	1 EL Mehl	Pflanzenfett, Salz
--------------	-----------	--------------------

außerdem:

1 EL Majoranblättchen	1 EL Schnittlauchröllchen
-----------------------	---------------------------

Die Senfkörner mit Wasser bedeckt aufkochen. Dann sacht köcheln lassen, bis die Senfsaat weich ist. Senf abtropfen lassen.

Für die Röstschalotten die Schalotten schälen und in feine Scheiben schneiden. Schalotten mit wenig Mehl bestäuben.

Das Pflanzenfett in einer tiefen Pfanne auf ca. 170 Grad erhitzen. Die Schalottenscheiben darin goldgelb frittieren. Herausnehmen, auf einem Küchenpapier abtropfen lassen und salzen.

Von der Leber eventuell noch aufliegende Häute abziehen. Leber kurz kalt waschen, gründlich trocken tupfen und in ca. 2 cm dicke Streifen schneiden.

Die rote Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden. Von der Quitte den zarten Flaum gründlich abreiben. Die Quitte schälen, entkernen und in feine Spalten schneiden (nicht in Wasser einlegen!).

Die Kartoffeln schälen, waschen und in ca. 0,5 cm feine Scheiben schneiden oder hobeln.

Etwas Pflanzenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Kartoffelscheiben darin von beiden Seiten goldgelb anbraten. Salzen und auf Küchenpapier abtropfen.

Die Pfanne stark erhitzen, das Schmalz zugeben und heiß werden lassen. Die Kalbsleberstreifen darin kurz anrösten, sofort wieder herausnehmen, auf einen Teller geben und warm halten.

Die Zwiebelstreifen und Quittenspalten im Bratfett goldgelb anbraten, herausnehmen und warm stellen.

Den Bratensatz mit Portwein und dem Quittensaft ablöschen und aufkochen. Die vorgekochte Senfsaat zugeben und alles bei mittlerer Hitze einkochen, bis eine sämige Bindung entsteht.

Pfeffer fein zerstoßen bzw. mörsern. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Quitten-Zwiebel-Mischung und die Kartoffelscheiben zum Saucenfond geben und untermischen.

Die Butterwürfel nach und nach zugeben und unterschwenken, sodass eine feine Bindung entsteht.

Die angebratenen Kalbsleberstreifen unter die Kartoffel-Quitten- Pfanne mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Kalbslebergeschnetzelte in tiefe vorgewärmte Teller verteilen. Kräuter und Röstschalotten aufstreuen und sofort servieren.

Michael Kempf am 15. Oktober 2019

Meer

Garnelen mit Gewürz-Tomate und Limetten-Vinaigrette

Für 4 Personen

Für die Gewürztomate:

1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	1 Knoblauchzehe
1/2 Bio-Orangen	300 ml Olivenöl	1 TL Fenchelsamen
1 TL Senfkörner	1 Sternanis	1 TL schwarze Pfefferkörner
Salz	2 Ochsenherztomaten	

Für die Vinaigrette:

50 ml Limettensaft	35 ml Zitronensaft	50 g Zucker
Salz	150 ml Olivenöl	außerdem
50 g Mandeln	12 schwarze Oliven	30 g getrocknete Tomaten
200 g Fetakäse	1/2 Bund Basilikum	8 Garnelen in der Schale, (8/12)
1 EL Olivenöl		

Die Kräuterzweige abbrausen, trocken schütteln. Knoblauch schälen und andrücken. Die Orange abwaschen und in Scheiben schneiden.

Olivenöl mit Fenchelsamen, Senfkörnern, Sternanis, Pfefferkörnern, Kräuterzweigen, Knoblauch, Orangenscheiben und etwas Salz in einen Topf geben und auf kleiner Stufe langsam (ca. 20 Minuten) lauwarm erhitzen.

In der Zwischenzeit die Tomaten waschen, einritzen, kurz in kochendem Wasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken und die Haut abziehen. Tomaten in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Das Öl in einen breiten Topf oder eine breite Pfanne passieren, die Tomatenscheiben einlegen und bei gleichbleibend lauwarmer Temperatur etwa 15 Minuten ziehen lassen.

Für die Vinaigrette Limetten- und Zitronensaft mit Zucker und einer guten Prise Salz gut verrühren, dann das Olivenöl unter Rühren langsam zufügen.

Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten, anschließend grob hacken. Oliven und getrocknete Tomaten fein würfeln. Feta in Würfel schneiden. Basilikum abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

Die Garnelen schälen und den Darm entfernen.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Die Garnelen mit Salz und Pfeffer würzen und in der heißen Pfanne braten.

Tomatenscheiben auf einer Siebkelle abtropfen und in der Tellermitte anrichten. Die gebratenen Garnelen darauf legen und Fetawürfel darauf geben. Oliven, getrocknete Tomaten, Mandeln und Basilikum in die Vinaigrette Rühren und rundherum verteilen.

Philipp Stein am 06. August 2019

Garnelen und Gurken-Variation mit Curry-Joghurt

Für 4 Personen

Für die Gurkenwürfel:

1/2 Salatgurke	Salz	25 g Senfkörner
25 ml Sherryessig	1 TL Zucker	1 EL Olivenöl

Für den Curryjoghurt:

100 g Crème-fraîche	100 g griech. Joghurt (10%)	100 g Naturjoghurt
5 g frischer Kurkuma	1/2 TL Curry	1 Prise Salz
1 Prise Zucker		

Für die gegrillte Gurke: 1 Salatgurke Salz, Pfeffer

Für die Mini-Gurken:

4 Minigurken 2 EL Butter Salz, Zucker

Für die Garnelen: 8 Garnelen in der Schale Olivenöl, Salz

Piment-d'Espelette 1 Spritzer Zitronensaft

zusätzlich: Fenchelpollen

Für die Gurkenwürfel die Gurke abwaschen, schälen, der Länge nach halbieren und die Kerne mit einem Löffel austreichen. Dann die beiden Gurkenhälften in sehr kleine Würfel schneiden. Gurkenwürfel salzen, anschließend in ein Sieb geben, darunter eine Schüssel stellen, damit der Gurkensaft abtropfen kann. So die Gurkenwürfel im Kühlschrank 2 Stunden abtropfen lassen. In einem Topf 100 ml Wasser aufkochen, die Senfkörner zugeben und darin 10 Minuten blanchieren. Dann die Senfkörner abschütten. Nochmals 100 ml Wasser aufkochen, die Senfkörner wieder zugeben und 10 Minuten blanchieren. Anschließend die Senfkörner abschütten und abtropfen lassen.

Sherryessig mit Zucker und Olivenöl in einer Schüssel mischen und die abgetropften Senfkörner zugeben.

Für den Curryjoghurt Crème fraîche und die beiden Joghurtsorten in einer Schüssel mit dem Schneebesen glattrühren.

Kurkuma schälen, sehr fein reiben und unter die Joghurtmischung geben. Mit Curry, Salz und Zucker abschmecken. Joghurt bis zum Servieren kalt stellen.

Für die gegrillte Gurke, die Gurke abwaschen, der Länge nach halbieren und die Kerne mit einem Löffel austreichen. Die Gurkenhälften in 3 cm lange Rauten schneiden.

Eine Grillpfanne erhitzen und die Gurkenrauten darin gut anbraten, dass an der Schnittstelle Grillstreifen entstehen.

Die Gurkenstücke mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Minigurken abwaschen und in schräge Stücke von ca. 1 cm schneiden. In einer Pfanne Butter erhitzen die Gurkenstücke darin anschwitzen und mit Salz und Zucker würzen.

Garnelen schälen und den Darm entfernen.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Garnelen darin von beiden Seiten anbraten. Mit Salz, Piment d'Espelette und Zitronensaft würzen.

Direkt vor dem Anrichten die abgetropften Gurkenwürfel zu den marinierten Senfsamen geben und untermischen.

Etwas Curryjoghurt in der Mitte des Tellers anrichten. Gurkenwürfel, gegrillte und Minigurken-Stücke auf dem Curryjoghurt arrangieren und mit Fenchelpollen ausdekorieren. Die gebratenen Garnelen anlegen.

Jörg Sackmann am 09. Juli 2019

Spaghetti mit gebratenen Gambas

Für 4 Personen

100 g Staudensellerie	30 g schwarze Oliven	12 Kirschtomaten
1 Bund Basilikum	1/2 Bund glatte Petersilie	1 rote Peperoni
1 Bio-Zitrone	5 g eingel. Sardellenfilets	16 Gambas mit Schale
400 g Spaghetti	Salz	3 EL Olivenöl
1 EL Kapern	20 ml Sherry	100 ml Gemüsebrühe
80 g Butter	Pfeffer	

Staudensellerie waschen und fein würfeln. Oliven entkernen, dann fein würfeln.

Die Kirschtomaten waschen, trocknen und halbieren.

Basilikum und Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden.

Peperoni waschen, halbieren, die Kerne austreichen. Peperoni fein schneiden.

Zitrone heiß abspülen, abtrocknen und die Schale abreiben.

Sardellen fein hacken.

Die Gambas schälen und den Darm entfernen.

Die Spaghetti in kochendem Salzwasser bissfest kochen.

In der Zwischenzeit in einer Pfanne die Hälfte vom Olivenöl erhitzen und Staudensellerie darin anschwitzen.

Kapern, Sardellen, Oliven, Peperoni und Kirschtomaten hinzugeben und kurz mit anschwitzen.

Mit Sherry ablöschen, Gemüsebrühe und Butter hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Basilikum, Petersilie und Zitronenschale untermischen.

In einer weiteren Pfanne das restliche Olivenöl erhitzen und die Gambas darin anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Die gekochten Spaghetti abgießen und unter das Gemüse in der Pfanne mischen.

Spaghetti auf vorgewärmten Tellern verteilen und die Gambas darauf anrichten.

Otto Koch am 18. Juli 2019

Rind

Bürgermeisterstück mit Steinpilz-Kartoffel-Ragout

Für 4 Personen

1 kg Rinderhüfte	Salz	Pfeffer
300 g grüne Bohnenkerne	300 g festk. Kartoffeln	500 g Steinpilze
15 g magerer geräuch. Speck	1 Knoblauchzehe	1 Schalotte
1 EL Butterschmalz	100 ml Weißwein	400 ml Rinderfond
200 ml Sahne	2 EL gehacktes Bohnenkraut	1 EL gehackte Petersilie

Den Backofen auf 140 Grad Umluft vorheizen.

Den aufliegenden Fettdeckel des Fleischstücks mit einem spitzen, scharfen Messer fein einritzen.

Das Fleischstück rundherum salzen und pfeffern.

Einen Bräter auf mittlere Temperatur erhitzen, das Fleisch darin auf dem Fettdeckel kross anbraten. Dann unter Wenden rundherum braun anrösten.

Fleisch auf dem Gitterrost im vorgeheizten Backofen bis zu einer Kerntemperatur von 54 Grad fertigbaren.

In der Zwischenzeit frische Bohnenkerne in leicht gesalzenem Wasser garen, abgießen und abtropfen lassen.

Die Kartoffeln schälen, waschen, abtropfen lassen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Kartoffeln in reichlich kochendem Salzwasser nicht zu weichkochen (später im Ragout garen sie noch nach).

Währenddessen für das Ragout die Steinpilze sorgfältig putzen und grob würfeln.

Den Speck in feine Würfel schneiden. Knoblauch und Schalotte abziehen und fein würfeln.

In einem flachen Topf das Butterschmalz erhitzen. Pilze, Knoblauch, Schalotten und Speck darin anbraten.

Mit Weißwein ablöschen, Rinderfond zugießen und die Flüssigkeit etwa um die Hälfte einkochen lassen.

Die Kartoffeln abgießen und abtropfen lassen.

Sahne zum eingekochten Fond gießen und alles wieder aufkochen.

Kartoffelwürfel und Bohnenkerne zugeben und alles noch einige Minuten sacht köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren das Bohnenkraut und die Petersilie unter das Ragout mischen.

Das Fleisch vor dem Aufschneiden zugedeckt kurz ruhen lassen. Fleisch dann quer zur Faser aufschneiden, mit dem Ragout auf vorgewärmte Teller verteilen und anrichten.

Philipp Stein am 24. September 2019

Chili con carne

Für 4 Personen

1 kg Rinderschulter	2 Knoblauchzehen	2 große Zwiebeln
Olivenöl	250 ml trockener Rotwein	500 ml Tomatensaft
450 g Tomaten	2 TL Baharat	1 rote Chilischote
1 TL Kreuzkümmel	Salz	Pfeffer
300 g Kidneybohnen	1 TL Rosmarinnadeln	Zucker

Das Rindfleisch kalt abspülen, trocken tupfen und in feine, ca. 1,5 cm große Würfel schneiden. Knoblauch und Zwiebeln abziehen und ebenfalls fein schneiden.

Öl in einem Schmortopf erhitzen. Das Fleisch darin portionsweise scharf anbraten.

Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und mit anrösten. Mit Rotwein ablöschen und diesen fast vollständig einkochen lassen.

Den Schmoransatz mit Tomatensaft ablöschen. Die Tomaten einrühren.

Den Eintopf mit Baharat, Chili, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer kräftig würzen. Aufkochen und so lange zugedeckt sacht köcheln, bis das Fleisch fast zerfällt. Gegebenenfalls noch etwas Wasser angießen.

Die Bohnen abtropfen lassen. Bohnen und Rosmarin zum Fleisch geben. Das Chili eventuell noch mit etwas Zucker abschmecken und weiter leicht sämig einköcheln lassen.

Chili con Carne vor dem Servieren nochmals kräftig würzig abschmecken. Nach Belieben dazu Fladenbrot reichen.

Tarik Rose am 22. November 2019

Fondue Chinoise mit verschiedenen Soßen

Für 6 Personen

Für die Kartoffel-Aioli:

1 kleine Kartoffel, mehlig	2 Eigelbe	60 ml Olivenöl
60 ml Erdnussöl	1/2 Knoblauchzehe	60 ml Gemüfefond
50 g passierte Tomaten	1 Anchovisfilet	1 Spritzer Tabasco
Salz		

Für den Chicorée-Orangen-Dip:

1 Schalotte	2 EL Butter	50 ml Weißwein
50 ml trockener Wermut	150 ml Gemüsebrühe	100 ml Sahne
Salz	Pfeffer	1 Bio-Orange
1 rote Chilischote	2 Chicorée	1 TL Zucker
1 Spritzer Zitronensaft	1 Prise Piment-d'Espelette	

Für die Buttermilch-Mayonnaise:

2 Eigelbe	1 Spritzer Zitronensaft	1 TL Dijon-Senf
250 ml Rapsöl	Salz	3 EL geräuch. Olivenöl
100 ml Buttermilch	1 Bund Schnittlauch	Pfeffer

Für den Gemüse-Dip:

1 Schalotte	20 g Staudensellerie	2 Tomaten
1 Karotte	60 ml Olivenöl	1 TL Zucker
20 ml Himbeeressig	1/2 Zitrone	4 Korianderkörner
1 Lorbeerblatt	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
250 ml Gemüsebrühe	Salz	Pfeffer

Für das Fondue:

3 Karotten	2 Pastinaken	Salz
10 Champignons	250 g Rinderfilet	300 g Kalbsrücken
300 g Schweinelende	1,5 l Gemüsebrühe	1 Zweig Beifuß

Für die Kartoffelaioli die Kartoffel abbürsten und in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser weich kochen. Anschließend abgießen, etwas abkühlen lassen und pellen.

Die Kartoffel durch ein feines Sieb streichen. Mit Eigelben in einen hohen, schmalen Mix- oder Rührbecher geben und mit den Schneebesen des Handrührgeräts kurz verrühren.

Zunächst etwas Olivenöl tröpfchenweise einrühren, bis sich Öl und Eigelbe zu einer glatten Creme verbunden haben.

Dann das restliche Olivenöl und Erdnussöl in einem dünnen Strahl langsam unterrühren, bis die Mayonnaise die gewünschte Konsistenz hat.

Knoblauchzehe schälen und mit Gemüfefond, Tomaten und dem Anchovifilet in einen Mixbecher geben und fein pürieren. Die Masse unter die Mayonnaise mischen und mit Tabasco und Salz abschmecken

Für den Chicorée-Orangen-Dip Schalotte schälen, fein schneiden. In einem Topf etwas Butter erhitzen und die Schalotte darin anschwitzen. Mit Weißwein und Wermut ablöschen und die Flüssigkeit um etwas mehr als die Hälfte einkochen.

Dann Gemüsebrühe zugießen, diese ebenfalls um etwas mehr als die Hälfte einkochen.

Sahne zugeben und alles nochmals zur Hälfte einkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Topf vom Herd ziehen und die Reduktion etwas abkühlen lassen.

In der Zwischenzeit die Orange heiß abwaschen, trocken reiben, die Schale abreiben und den Saft auspressen.

Chili waschen, halbieren, die Kerne austreichen und Chili fein schneiden.

Chicorée waschen, halbieren, den Strunk herausschneiden. Chicorée in feine Streifen schneiden.

In einer Pfanne restliche Butter erhitzen. Die Chicoréestreifen darin andünsten. Zucker überstreuen und karamellisieren.

Mit Zitronen- und Orangensaft ablöschen, Orangenschale und Chili untermischen. Alles kurz durchschwenken und zum reduzierten Saucenansatz geben.

Mit einem Pürierstab fein pürieren und mit Salz, Zucker und Piment d'Espelette abschmecken. Für Die Buttermilch-Mayonnaise Eigelbe mit Zitronensaft und Senf in einen hohen, schmalen Rührbecher geben und mit den Schneebesen des Handrührgeräts kurz verrühren.

Zunächst etwas Rapsöl tröpfchenweise einrühren, bis sich Öl und Eigelbe zu einer glatten Creme verbunden haben. Dann das restliche Rapsöl in einem dünnen Strahl langsam unterrühren, bis die Mayonnaise die gewünschte Konsistenz hat, mit Salz würzen.

Mit einem Schneebesen geräuchertes Olivenöl und Buttermilch unterrühren.

Schnittlauch abrausen, trocken schütteln und fein schneiden. Schnittlauch unter die Mayonnaise mischen und den Dip mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Gemüse-Dip Schalotte schälen und fein schneiden. Staudensellerie und Tomaten waschen. Tomaten halbieren, den Strunk entfernen und Tomaten klein würfeln. Staudensellerie ebenfalls würfeln. Karotte waschen, schälen und in 5 mm große Würfel schneiden.

In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen und die Karottenwürfel darin anschwitzen. Zucker überstreuen und karamellisieren. Dann mit dem Essig ablöschen und einkochen lassen.

Schalotten, Staudensellerie und Tomaten zugeben. Von der Zitrone den Saft auspressen und angießen. Korianderkörner, Lorbeerblatt hinzufügen. Die Kräuterzweige abrausen, trocken schütteln und ebenfalls mit in die Pfanne geben. Mit Gemüsebrühe auffüllen und die Flüssigkeit um etwas mehr als die Hälfte einkochen lassen.

Lorbeer, Kräuterstiele und evtl. Koriander entfernen. Gemüse im Fond fein pürieren und durch ein feines Sieb passieren.

Das restliche Olivenöl unter die Gemüsesauce mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Fondue Karotten und Pastinaken schälen und in etwa mundgerechte Würfel schneiden. Gemüsewürfel in einem Topf mit Salzwasser kurz blanchieren, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Champignons putzen.

Das Fleisch kalt abrausen, gründlich trocken tupfen. Jeweils in dünne Scheiben schneiden und aufrollen (so lässt es sich gut aufspießen).

Die Brühe und Beifußzweig in einen Topf geben und aufkochen, dann in den Fonduetopf umfüllen. Auf einen Tisch-Rechaud setzen.

Am Tisch die Fleischröllchen, Gemüsewürfel und Champignons mit Hilfe von Spießen im köchelnden Fond garen. Zum Fondue die verschiedenen Dipsaucen reichen. Als Beilage passen auch gegarte Pell-Kartoffeln und Baguette. Extra-Tipp: Das Fleisch vor dem Aufschneiden kurz anfrieren, dann lässt es sich leichter in dünne Scheiben schneiden.

Jörg Sackmann am 30. Dezember 2019

Gekochtes Rindfleisch mit Semmelkren, Bouillon-Kartoffeln

Für 4 Personen

Salz	1 kg Kalbstafelspitz	1 Bio-Zwiebel
2 Karotten	150 g Knollensellerie	$\frac{1}{2}$ Stange Lauch
600 g Kartoffeln, fest	1 Schalotte	1 EL Butter
Pfeffer	2 Brötchen vom Vortag	15 g geriebener Meerrettich
50 g Sahne	1 Bund Schnittlauch	

In einem Topf ca. 2 Liter leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Das Fleisch abspülen und zugeben. Die ungeschälte Zwiebel halbieren und auf den Schnittflächen in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten.

Karotten und Sellerie schälen. Die Hälfte vom Sellerie in grobe Stücke schneiden, eine Karotte ebenfalls in grobe Stücke schneiden und mit den beiden Zwiebelhälften zum Fleisch geben. Lauch putzen, halbieren, waschen, in große Ringe schneiden und ebenfalls mit in den Topf geben.

Das Fleisch sacht ca. 2,5 Stunden weich kochen. Dabei zwischendurch den entstehenden Schaum öfter abschöpfen. 5. Die Kartoffeln schälen und würfeln. Schalotte schälen, fein würfeln und in einem Topf in 1 EL Butter andünsten.

Kartoffeln zugeben und mit ca. $\frac{1}{4}$ l von der Fleischbrühe (einfach aus dem Tafelspitztopf mit einer Schöpfkelle abschöpfen und durch ein Sieb passieren) ablöschen. Zugedeckt ca. 15 Minuten garen, dann den Deckel abnehmen und restliche Flüssigkeit bei großer Hitze reduzieren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Brötchen klein schneiden, in eine Schüssel geben und ca. 200 ml heiße Tafelspitzbrühe überträufeln. Kurz ziehen lassen, dann alles zu einer breiigen Masse verrühren. Meerrettich und Sahne unter die Brötchenmasse mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Sobald das Fleisch gar und weich gekocht ist, das Fleisch aus der Brühe heben.

Die Brühe passieren. Dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln, fein schneiden und unter die Bouillon-Kartoffeln mischen.

Den Tafelspitz in Scheiben aufschneiden und mit den Bouillon-Kartoffeln, etwas Brühe und Semmelkren anrichten.

Otto Koch am 17. Oktober 2019

Gepfeffertes Roastbeef mit mediterranen Pommes

Für 4 Personen

Für das Fleisch:

700 g Roastbeef mit Fettdeckel 2 EL Pflanzenöl 4 tasman. Pfefferkörner
1 EL scharfer Senf 1 EL Honig

Für die Pommes:

2 große Kartoffeln, festk. 2 Sardellenfilets 1 TL Kapern
4 Zweige Blattpetersilie 300 g Pflanzenfett Salz

Für den Salat:

4 Romanasalatherzen 1 Schalotte 1 Knoblauchzehe
20 g Parmesan 1 EL scharfer Senf 1 EL Estragonessig
4 EL Rapsöl 50 ml Gemüsebrühe Salz, Pfeffer

zusätzlich:

1 Ei, hart gekocht 1 EL Kapern

Den Backofen auf 150 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das Roastbeef mit einem Küchengarn binden und gut salzen. In einer Pfanne Pflanzenöl erhitzen das Fleisch von allen Seiten kräftig anbraten.

Pfefferkörner im Mörser zerstoßen und mit Senf und Honig verrühren.

Das angebratene Fleischstück mit dem Pfeffer-Senf einpinseln, auf ein Backofengitter legen und im Ofen ca. 20 Minuten rosa garen, das Roastbeef sollte eine Kerntemperatur von 64 Grad haben.

In der Zwischenzeit für die Pommes die Sardellen und die Kapern fein hacken. Petersilie abrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und in feine Streifen schneiden. Petersilie, Sardellen und Kapern in einer Schüssel vermischen.

Die Kartoffeln schälen und in etwa 5 mm starke Pommes frites schneiden.

In einem Topf oder einer Fritteuse das Fett auf 120 Grad erhitzen und die Kartoffelstifte darin 5 Minuten lang vorgaren, herausnehmen, auf ein Küchentuch legen und abtropfen lassen. Topf mit Frittierfett zur Seite stellen.

Die Salatherzen putzen, waschen und halbieren.

Das hart gekochte Ei schälen und fein würfeln.

Das gegarte Fleisch aus dem Ofen nehmen und 10 Minuten ruhen lassen.

Für das Dressing Schalotte und Knoblauch schälen und grob schneiden. Parmesan fein reiben. Schalotte, Knoblauch, Parmesan, Senf, Essig, die Hälfte vom Rapsöl, Gemüsebrühe und Parmesan in einen Mixbecher geben und fein pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In einer Pfanne restliches Rapsöl erhitzen und die Schnittflächen der Salatherzen darin kurz anbraten.

Das Frittierfett auf 180 Grad erhitzen und die vorgegarten Pommes darin kross und goldgelb frittieren.

Pommes gut abtropfen lassen, mit den Kapern, den Sardellen und der Petersilie mischen, leicht salzen.

Die Kapern für die Dekoration kurz im heißen Fett frittieren, abtropfen lassen.

Das Roastbeef portionieren und auf vorgewärmten Tellern anrichten. Jeweils 2 Hälften der Salatherzen daneben anrichten, mit dem Dressing beträufeln, die gebackenen Kapern und das gehackte Ei auf der Schnittfläche verteilen. Die Pommes daneben anrichten.

Michael Kempf am 13. August 2019

Gerolltes Steak mit gebratenem Mangold

Für 4 Personen

Für das gerollte Steak:

5 Stiele Oregano	5 Stiele Basilikum	1 Zwiebel
500 g Huftsteak	2 EL scharfer Senf	Salz
Pfeffer	3 EL Olivenöl	

Für den Mangold:

1 Bund bunter Mangold	12 Kirschtomaten	2 Schalotten
1 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer	Apfelsüße	ca. 80 ml Gemüsebrühe
30 g Parmesan	2 EL Butter	

Oregano und Basilikum abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln.

Fleisch trocken tupfen und in 4 Scheiben schneiden. Jede Fleischscheibe zwischen 2 Lagen Folie plattieren.

Dann die Fleischscheiben mit Senf bestreichen. Zwiebelwürfel und geschnittene Kräuter darauf verteilen und aufrollen. Die Rouladen mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

In einer Pfanne Öl erhitzen und die Rouladen darin zuerst auf der Nahtstelle, dann rundherum kräftig anbraten.

Dann die Rouladen in eine flache Auflaufform oder auf ein Backblech legen und im heißen Ofen ca. 25 Minuten garen.

In der Zwischenzeit Mangold waschen, die Blätter von den Stielen trennen. Die Stiele in Rauten schneiden.

Kirschtomaten waschen und halbieren. Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen, dann die Mangolddrauten zugeben und 2-3 Minuten braten, anschließend die grob geschnittenen Blätter dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Apfelsüße würzen. Zuletzt die Kirschtomaten untermischen.

Rouladen mit dem Mangoldgemüse anrichten.

Tarik Rose am 23. August 2019

Geschmortes Rind mit Staudensellerie, Minze, Reis

Für 4 Personen

500 g Rindfleisch	2 Zwiebeln	2 EL Butterschmalz
$\frac{1}{2}$ TL Salz	$\frac{1}{2}$ TL Kurkuma, gemahlen	$\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel, gemahlen
500 ml Rinderbrühe	300 g Basmatireis	2 EL Butter
2 Stangen Staudensellerie	1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Minze
1 TL Tomatenmark		

Das Fleisch kalt abspülen, gründlich trocken tupfen und in feine, etwa 2 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und würfeln.

Die Hälfte vom Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen, die Fleischwürfel darin portionsweise anbraten. Mit Salz, Kurkuma und Kreuzkümmel würzen.

Zwiebelwürfel unter das Fleisch mischen und alles weiterbraten, bis die Zwiebel weich ist.

Hälfte Brühe angießen, aufkochen. Das Fleisch zugedeckt etwa 1 Stunde weich schmoren. Zwischendurch gelegentlich durchrühren und falls nötig noch etwas Brühe zugießen.

Den Reis lauwarm waschen, abtropfen lassen. Reichlich Salzwasser aufkochen, den Reis einstreuen und ca. 7 Minuten köcheln lassen. Reis abgießen und gründlich mit lauwarmem Wasser waschen. Abtropfen lassen.

Butter in einem breiten Topf schmelzen. Den vorgegarten Reis kegelförmig drauf schichten. Den Topf mit einem doppelt gelegten sauberen Geschirrtuch bedecken. Deckel auflegen und den Reis bei sehr schwacher Hitze ca. 20 Minuten gar dämpfen.

Vom Staudensellerie die Blätter entfernen, diese abbrausen und trockenschütteln. Die Stangen waschen und in ca. 1 cm lange Stücke schneiden.

Petersilie und Minze waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Die Blätter des Staudensellerie zusammen mit Minze und Petersilie hacken.

Übriges Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, den Staudenselleriestücke darin anbraten, salzen und 5 Minuten bei kleiner Hitze braten. Kräuter untermischen und weitere 1-2 Minuten köcheln lassen.

Sobald das Fleisch weich geschmort ist, das Tomatenmark und die restliche Brühe untermischen, kurz köcheln lassen. Dann das Gemüse- Kräutergemisch dazu geben und alles zusammen nochmals für einige Minuten bei schwacher Hitze zu einem sämigen Ragout köcheln lassen. Vor dem Servieren nochmals abschmecken. Ragout und Reis anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 30. Oktober 2019

Grill-Spieße

Für 4 Personen

Für den Rinderspieß:

400 g Rinderhüfte	2 rote Zwiebeln	4 feste Rosmarinzweige
1 Bio-Zitrone	1/2 Knoblauchzehe	1 TL Honig
2 EL Rapsöl	1 Msp. Salz	1 Msp. Pfeffer

Für die Lammspieße:

4 Stängel Zitronengras	400 g Lammlachse	2 Zweige Minze
1/2 Knoblauchzehe	3 EL Olivenöl	1 Msp. Salz
1 Msp. Pfeffer		

Für die Gemüsespieße:

8 Mangoldblätter	Salz	250 g Schafs-Weichkäse in Salzlake
8 rosé Champignons	1 gelbe Paprika	2 rote Zwiebeln
1 EL Olivenöl	Pfeffer	

Für den Rindfleischspieß das Fleisch in 2 cm große Würfel schneiden.

Die Zwiebeln schälen und achteln.

Rosmarin abbrausen, trocken schütteln und bis auf ein paar Rosmarinnadeln an der Zweigspitze die Nadeln abstreifen. Die Rosmarinnadeln zur Seite stellen.

Die Enden der Rosmarinzweige etwas anspitzen und die Fleischwürfel und Zwiebelstücke abwechselnd auf die Zweige spießen.

Für das Kräuteröl Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben. Knoblauch schälen und fein hacken.

Honig mit Rapsöl in einer kleinen Schüssel vermischen. Zitronenschale, Knoblauch, 1 TL Rosmarinnadeln, Salz und Pfeffer zugeben und unter das Öl mischen.

Die Spieße in einer heißen Grillpfanne zunächst von allen Seiten anbraten, dann mit der Marinade bepinseln und nur noch ganz kurz braten.

Die Spieße direkt servieren oder bei 70 Grad Ober- und Unterhitze im Backofen warm halten.

Für die Lammspieße vom Zitronengras das äußere Hüllblatt entfernen.

Lammlachse in ca. 1 cm breite Längsstreifen schneiden. Die Fleischstreifen wie eine Ziehharmonika zusammenfalten und mit einem Fleisch- bzw. Schaschlikspieß durchbohren. Dann den Spieß herausziehen und durch den Zitronengrashalm ersetzen.

Minze abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. Knoblauch schälen und fein schneiden.

Olivenöl in eine kleine Schüssel geben. Minze, Knoblauch, Salz und Pfeffer zugeben und alles gut mischen.

Die Spieße in einer heißen Grillpfanne zunächst von allen Seiten anbraten, dann mit dem Minzöl bepinseln und nur noch ganz kurz braten.

Die Spieße direkt servieren oder bei 70 Grad Ober- und Unterhitze im Backofen warm halten.

Für die Gemüsespieße die Mangoldblätter in kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Herausnehmen, in Eiswasser abschrecken, gut abtropfen lassen und mit einem sauberen Küchentuch trocken tupfen.

Den Käse in ca. 3 große Würfel schneiden, so dass der Würfel sich gut ins Mangoldblatt einwickeln lässt. Die Käsewürfel in die vorbereiteten Mangoldblätter einpacken.

Die Pilze putzen. Paprika halbieren, das Kerngehäuse entfernen und in ca. 3 cm große Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen und achteln.

Das Gemüse und die Käsepäckchen abwechselnd auf Schaschlikspieße spießen.

Die Spieße auf dem Grill oder in der Grillpfanne von beiden Seiten braten, bei Bedarf mit wenig Olivenöl bepinseln. Nach dem Braten mit Salz und Pfeffer würzen.

Rainer Klutsch am 05. Juli 2019

Mitternacht-Häppchen

Für 4 Personen

Für gefüllte Eier:

4 hartgekochte Eier	60 g weiche Butter	3 EL Crème fraîche
1 TL Senf	Salz	Pfeffer
1 TL Kapern		

Für die Roastbeef-Röllchen:

1 EL Mayonnaise	1 EL Meerrettich	150 g gebratenes Roastbeef
2 Cornichons	30 g Weißbrot ohne Rinde	

Für die Canapés mit Brie:

100 ml Rotwein	1 TL Zucker	1 Prise Zimt
1 Birne	200 g Brie	100 g Baguette
8 Walnusskerne		

Für die Pumpernickel:

100 g geräuch. Forellenfilet	1 Prise Koriander, gemahlen	1 EL Meerrettich, gerieben
80 g Crème-fraîche	Salz	Pfeffer
80 g Pumpernickel	Forellenkaviar	

Für die Petersilienwurzelsuppe:

300 g Petersilienwurzeln	200 g Kartoffeln, mehlig	1 Schalotte
60 ml Olivenöl	1 l Gemüsebrühe	5 Stiele glatte Petersilie
Salz	80 g Sahne	Pfeffer
1 Prise Muskat		

Für die gefüllten Eier gekochte Eier schälen, dann längs halbieren und das Eigelb auslösen. Butter und Crème fraîche in eine Schüssel geben.

Das Eigelb durch ein feines Küchensieb dazu streichen und alles gut vermischen. Die Eigelbmasse mit Senf, Salz und Pfeffer abschmecken.

Eigelbmasse in einen kleinen Spritzbeutel mit Sterntülle geben und in die Eiweißhälften spritzen. Die Kapern fein hacken und aufstreuen.

Für die Roastbeef-Röllchen Mayonnaise mit Meerrettich vermengen und auf den Roastbeefscheiben verteilen.

Die Cornichons längs halbieren, das Weißbrot in jeweils vier Streifen schneiden und zwar nahezu gleich groß, wie die Cornichons.

Je einen Weißbrotstreifen und eine Cornichonhälfte auf eine Roastbeefscheibe legen und aufrollen. Ggf. mit Holzspießchen fixieren.

Für die Canapés Rotwein mit Zucker und Zimt aufkochen und die Flüssigkeit um knapp die Hälfte einkochen.

Die Birne schälen, entkernen und in dünne Spalten schneiden.

Die Birnenspalten in den heißen Rotweinsud geben, den Topf vom Herd ziehen und Birnenspalten im Sud erkalten lassen.

Vom Brie die Rinde abschneiden. Baguette in Scheiben schneiden, mit dem entrindeten Brie belegen. Dann jeweils abgetropfte Birnenspalten und eine Walnusskernhälfte darauf setzen und anrichten.

Für den Forellenaufstrich das Forellenfilet mit einer Gabel fein zerdrücken, eventuell enthaltene Gräten sorgfältig entfernen.

Koriander, Meerrettich und Crème fraîche verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Forellenfleisch untermischen.

Forellenaufstrich auf die Pumpernickelscheiben streichen und mit Forellenkaviar garniert servieren.

Für die Suppe Petersilienwurzeln und Kartoffeln schälen, waschen und in Würfel schneiden. Die Schalotte schälen und fein schneiden.

In einem Topf 1 EL Olivenöl erhitzen und die Schalotte darin andünsten. Gemüsewürfel zugeben und kurz anbraten, dann Gemüsebrühe angießen und zugedeckt alles ca. 20 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit Petersilie abrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen, grob schneiden und in einen Mixbecher geben.

Restliches Olivenöl angießen, eine Prise Salz zugeben und fein pürieren.

Sobald das Gemüse weich gekocht ist, die Sahne angießen, aufkochen und die Zutaten im Fond mit dem Pürierstab fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Die Suppe heiß in kleine, vorgewärmte Tassen abfüllen und mit Petersilienöl beträufeln und möglichst heiß servieren.

Christina Richon am 23. Dezember 2019

Rinder-Gulasch

Für 4 Personen

Für das Gulasch:

1,5 kg Rindergulasch	3 EL Speiseöl	4 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe	100 g Lauch	300 g Karotten
150 g Knollensellerie	2 Zweige Rosmarin	3 Zweige Thymian
2 Lorbeerblätter	Salz	Pfeffer
80 g Zucker	1 l Rotwein	

Für die Grießnocken:

2 Eier	Salz	200 g Weichweizen-Grieß
1 Bund Schnittlauch	Pfeffer	

Für das Gulasch den Backofen auf 240 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Das Fleisch kalt waschen, trocken tupfen und in etwa 3 cm große, gleichmäßige Würfel schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Gulaschwürfel darin portionsweise scharf anbraten.

Zwiebeln und Knoblauch abziehen und grob schneiden. Lauch putzen, Karotten und Sellerie schälen. Gemüse abspülen und abtropfen lassen. Kräuter abspülen, trocken schütteln und grob schneiden.

Gemüse würfeln, mit den Kräutern und Lorbeerblättern in einem Bräter mischen. Das Fleisch über das Gemüse geben und mit Wasser auffüllen, sodass alles zu etwa 2/3 mit Flüssigkeit bedeckt ist. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Bräter schließen, das Gulasch im heißen Backofen etwa 1 ½ Stunden weich schmoren.

Sobald das Fleisch weich ist, den Bräter aus dem Ofen nehmen. Das Fleisch mit einer Gabel aus dem Schmorfond stechen. Schmorfond in ein Sieb geben, Fond auffangen. Gemüse und Fleisch zugedeckt beiseite stellen.

In einem weiten Topf die Hälfte vom Zucker karamellisieren. Mit dem Schmorfond Kelle für Kelle ablöschen und unter ständigem Rühren einkochen lassen, bis eine sämige Sauce entsteht.

In einem weiteren Topf übrigen Zucker und Rotwein offen auf etwa 1/3 einkochen. Gegebenenfalls mit Zucker nachwürzen.

Rotweinsirup und Bratensauce vermengen, abschmecken und das Fleisch untermischen. Im heißen Ofen bei ca. 80 Grad zugedeckt warmhalten.

Für die Grießnocken die Eier in einer Schüssel schaumig anschlagen. 1 TL Salz und Grieß unter ständigem Schlagen nach und nach einstreuen.

Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Schnittlauch unter die Masse mengen, würzen und 5 Minuten quellen lassen.

Aus der Masse mit zwei Esslöffeln Nocken ausstechen. In einem Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Die Nocken einlegen und bei schwacher Hitze gar ziehen lassen.

Sobald die Nocken an die Oberfläche steigen und etwa das doppelte Volumen angenommen haben, sind sie gar.

Nocken mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, abtropfen lassen.

Gulasch nochmals abschmecken. Gulasch und Nocken auf Tellern anrichten und servieren. Nach Belieben das Schmorgemüse dazu reichen.

Rainer Klutsch am 04. Oktober 2019

Sauerbraten

Für 4 Personen

Für die Marinade:

1 Karotte	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
500 ml Weißweinessig	1 l Wasser	1 TL weiße Pfefferkörner
1 Lorbeerblatt	2 Gewürznelken	

Für den Sauerbraten:

1,25 kg Rinder-Schmorbraten	4 kleine Zwiebeln	2 Möhren
80 g Knollensellerie	3 Zweige Thymian	2 EL Butterschmalz
1 EL Tomatenmark	Salz	250 ml Wasser
Pfeffer	1 TL Honig	3 EL Speisestärke

Das Fleisch muss 3 Tage marinieren. Für die Marinade Zwiebel und Karotte schälen und grob schneiden. Knoblauch schälen und halbieren.

Essig, 1 l Wasser, Zwiebel, Karotte, Knoblauch, Pfefferkörner, Lorbeerblatt und Gewürznelken in einen Topf geben und aufkochen. Die Marinade etwas abkühlen lassen.

Das Fleisch waschen, abtropfen lassen. In eine Edelstahl- oder PorzellanSchüssel legen. Die Marinade angießen, so dass das Fleisch vollständig damit bedeckt ist. 3 Tage im Kühlschrank marinieren, währenddessen das Bratenstück gelegentlich wenden.

Am Zubereitungstag für den Sauerbraten die Zwiebeln schälen und halbieren. Karotte und Sellerie schälen und in große Würfel schneiden. Thymian abrausen, trocken schütteln.

Das Fleisch aus der Marinade nehmen und trocken tupfen.

Die Marinade durch ein Sieb abgießen und die Flüssigkeit auffangen, Gemüse und Gewürze entsorgen.

In einem Bräter das Butterschmalz erhitzen und das Fleisch darin rundum anbraten.

Das Tomatenmark zum Fleisch geben und kurz mitrösten. Karotte, Sellerie und die Zwiebeln hinzufügen und 1 Minute mitdünsten. Den Braten mit der Marinade ablöschen. Mit Salz würzen. Thymianzweige und 250 ml Wasser hinzufügen und alles zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze etwa 1,5 Stunden weich schmoren.

Nach Ende der Garzeit den Sauerbraten aus dem Marinaden-Schmorfond nehmen und warm halten.

Die Thymianzweige aus der Sauce herausnehmen. Die Sauce weitere 15 Minuten einköcheln lassen. Dann mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken. Stärke mit 3 EL Wasser verrühren, die Sauce damit binden, kurz köcheln lassen.

Den Sauerbraten in Scheiben schneiden, diese in die Sauce geben und darin etwas ziehen und heiß werden lassen.

Den Braten mit der Sauce und dem Gemüse anrichten. Dazu passen Spätzle oder Knödel.

Vincent Klink am 19. Dezember 2019

Scharfer Rindfleisch-Salat

Für 4 Personen

Für das gekochte Fleisch:

500 g Fleischknochen	½ TL weiße Pfefferkörner	1 kg Siedfleisch (Rinderkeule)
1 Zwiebel	1 Bund Suppengemüse	Salz

zusätzlich:

1 Mango	1 Karotte	60 g Staudensellerie
1 rote Peperoni	3 Lauchzwiebeln	1 Bio-Zitrone
1/2 TL schwarze Pfefferkörner	1 Msp. Kardamom	1 TL Korianderkörner
4 EL Olivenöl	Salz	1/2 Bund Koriander

Die gewaschenen Fleischknochen mit den Pfefferkörnern in einem Topf mit 2 l kaltem Wasser aufsetzen und zum Kochen bringen.

Das Fleisch mit Wasser abspülen, in die kochende Flüssigkeit geben und einmal aufkochen. Die Hitze so reduzieren, dass die Brühe nur noch simmert. Alles 1,5 Stunden simmern lassen, dabei immer wieder die Brühe abschäumen.

Die Zwiebel ungeschält halbieren und auf der Schnittfläche in einer Pfanne dunkel anrösten.

Das Suppengemüse putzen und würfeln.

Die Brühe leicht salzen, das gewürfelte Suppengemüse und die beiden Zwiebelhälften zugeben und weitere 30 Minuten simmern lassen.

Das gekochte Fleisch aus dem Topf nehmen und auskühlen lassen. Tipp: Die Brühe durch ein Sieb passieren und am nächsten Tag für eine Suppe verwenden oder einfrieren.

Das ausgekühlte gekochte Fleisch in ca. 5 cm lange und 1 cm breite Streifen oder Würfel schneiden. Tipp: Anstatt gekochtem Fleisch kann man auch kalten Braten verwenden.

Die Mango schälen, in Scheiben vom Kern lösen, dann in Streifen schneiden.

Karotte und Sellerie waschen schälen und in Streifen schneiden. Peperoni waschen, halbieren, das Kerngehäuse austreichen. Peperoni in feine Würfel schneiden. Lauchzwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden.

Fleischstreifen und alles Gemüse in eine Schüssel geben.

Von der Zitrone den Saft auspressen, zum Gemüse geben und untermischen. Pfefferkörner, Kardamom und Korianderkörner fein mörsern.

Öl mit den Gewürzen vermischen und den Rindfleischsalat damit marinieren. Mit Salz abschmecken.

Koriander abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und über den Salat streuen. Dazu passt geröstetes Weißbrot.

Vincent Klink am 04. Juli 2019

Weihnachtliches Roastbeef mit Rosenkohl und Couscous

Für 4 Personen

3 Bio - Orangen	300 g Zucker	800 g Roastbeef
Salz	1 Knoblauchzehe	3 Zweige Thymian
Butterschmalz	350 g Rosenkohl	Anis
Zimt	8 Datteln	8 getrocknete Aprikosen
500 ml Geflügelbrühe	gemahlener Kumin	200 g Couscous
2 EL Pistazien		

Die Orangen heiß waschen, trocken reiben. Von einer Orange die Schale mithilfe eines Sparschäblers sehr dünn abschälen. Orangenschale in feine Streifen (Zesten) schneiden.

Die Orangenzesten und 500 ml Wasser und in einem Topf einmal aufkochen. Die Orangenschalenstreifen dann durch ein Sieb abgießen. Diesen Vorgang zweimal wiederholen.

In einem Topf Zucker und 300 ml Wasser unter Rühren aufkochen, die abgetropften Orangenzesten hineingeben. Flüssigkeit um die Hälfte einkochen.

Gesamte Orangen dick schälen, sodass die weiße Haut komplett mit abgeschält wird. Eine Orange in Scheiben schneiden. Übrige Orangen filetieren,

. die Fruchtfleets zwischen den Trennhäuten auslösen.

Den Backofen auf 140 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das Roastbeef parieren (aufliegendes Fett und Sehnen entfernen), das Fleisch mit Salz würzen. Knoblauchzehe abziehen und andrücken, Thymian abbrausen, trocken schütteln. In einer offenen Pfanne 2 EL Butterschmalz in einer ofengeeigneten Pfanne erhitzen. Das Fleisch darin rundherum anbraten.

Bratfett abgießen. Orangenscheiben, Thymian und angepressten Knoblauch mit in die Pfanne geben. Das Roastbeef in den heißen Ofen schieben und ca. 20 Minuten garen.

Währenddessen den Rosenkohl putzen, waschen. Die einzelnen Blättchen vorsichtig lösen.

Etwas Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Die Rosenkohlblättchen darin andünsten. Mit Anis, Zimt, Salz und 1 Prise Zucker würzen. Die Blättchen unter vorsichtigem Wenden mit noch leichtem Biss garen.

Datteln und getrockneten Aprikosen in Stücke schneiden.

Die Geflügelbrühe in einen Topf gießen und aufkochen. Kräftig mit Kumin würzen.

Couscous unter Rühren einstreuen. Trockenfrüchte unterrühren. Topf von der Herdplatte ziehen. Den Couscous 4-5 Minuten ziehen und ausquellen lassen.

Roastbeef aus dem Ofen nehmen, zugedeckt ca. 5 Minuten ruhen lassen.

Den entstandenen Bratensud aus der Pfanne durch ein Sieb in einen Topf passieren, evtl. etwas einkochen lassen. Orangenfilets und Schalenstreifen dazu geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Roastbeef aufschneiden, Orangenglasur überträufeln. Pistazien darauf streuen.

Couscous auflockern. Roastbeef, Couscous und Rosenkohlblättchen anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 18. Dezember 2019

Salat

Rotkraut-Salat

800 g Rotkohl	1 Stück frischer Ingwer	1 Bio-Orange
100 ml Rotweinessig	2 EL Ahornsirup	2 EL Zucker
3 EL Haselnussöl	Salz	

Vom Rotkohl die äußeren eventuell welken, unschönen Blätter entfernen. Den Rotkohl achteln und den harten Strunk ausschneiden. Den Kohl in feine Streifen schneiden oder hobeln.

Ingwer schälen und sehr fein würfeln.

Orange halbieren und den Saft auspressen.

Rotkrautstreifen mit Ingwer, Orangensaft, etwa 60 ml Rotweinessig, Ahornsirup, 1 EL Zucker, Haselnussöl und einer kräftigen Prise Salz in eine Schüssel geben und 5 Minuten durchkneten.

Den marinierten Kohl ca. 1 Stunde ziehen lassen.

Den Krautsalat eventuell etwas abtropfen lassen. Vor dem Servieren nochmals mit Salz, Zucker und eventuell noch etwas Essig abschmecken.

Dazu passen karamellierte Maronen oder Kastanien-Crêpes.

Simon Tress am 01. November 2019

Tomaten-Brot-Salat mit getrockneten Tomaten

Für 4 Personen

Für die getrockneten Tomaten:

4 Strauchtomaten 1 Zweig Rosmarin Olivenöl
Salz

Für den Salat:

2 Strauchtomaten 1 Romanasalatherz 1/2 Radicchio
1/2 Salatgurke 2 EL Sesam 300 g Ciabattabrot
50 ml Olivenöl Salz 1 Bund Dill
40 g Parmesan 1/2 Knoblauchzehe 1 EL Senf
1 TL Honig 2 EL weißer Balsamico 2 EL Naturjoghurt

Für die getrockneten Tomaten die Haut der Tomaten einritzen und diese in kochendem Wasser einige Sekunden eintauchen, anschließend in Eiswasser abschrecken, herausnehmen und die Haut der Tomaten abziehen.

Die abgezogenen Tomaten der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen. (Tipp: Man kann die Kerne auch in einer Schüssel auffangen und später in einer Tomatensauce oder einem Fruchtaufstrich mitkochen)

Den Backofen auf 90 Grad Umluft vorheizen.

Rosmarin abbrausen, trocken schütteln. Rosmarinzweig etwas zerkleinern.

Die Tomatenhälften nochmals der Länge nach halbieren. Ein Backblech mit Olivenöl einfetten, die Tomatenviertel darauf legen und mit Salz würzen. Rosmarin darüber streuen.

Die Tomaten im vorgeheizten Ofen für etwa 1-2 Stunden trocknen lassen, dabei immer mal wieder die Backofentür aufmachen und die Tomaten wenden. Je nachdem wie stark man die Tomaten getrocknet haben möchte kann man die Tomaten auch länger als 2 Stunden trocknen. Tipp: Damit die Feuchtigkeit aus dem Ofen entweichen kann, kann man einen Kochlöffel in die Ofentür klemmen.

Für den Salat die Haut der Tomaten einritzen und diese in kochendem Wasser einige Sekunden eintauchen, anschließend in Eiswasser abschrecken, herausnehmen und die Haut der Tomaten abziehen.

Die abgezogenen Tomaten der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen, Tomaten nochmal halbieren. (Tipp: Man kann die Kerne auch in einer Schüssel auffangen und später in einer Tomatensauce oder einem Fruchtaufstrich mitkochen)

Romanasalat und Radicchio putzen, waschen und gut abtropfen lassen.

Gurke waschen, halbieren, das Kerngehäuse austreichen und Gurke in etwa 1 cm große Würfel schneiden.

Sesam in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann beiseitestellen.

Das Brot in 2 cm große Würfel schneiden. In einer Pfanne die Hälfte vom Olivenöl erhitzen und die Brotwürfel darin goldbraun anrösten, leicht salzen.

Für das Dressing Dill abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Den Parmesan fein reiben. Knoblauch schälen und fein schneiden.

Senf, Honig, Olivenöl, Balsamico, Knoblauch und Parmesan in eine Schüssel geben und gut vermengen, evtl. mit dem Pürierstab fein mixen. Zuletzt Joghurt und Dill untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Blattsalate, Gurken, frische und getrocknete Tomaten in eine Schüssel geben, mit dem Dressing vermischen. Brotwürfel und Sesam zugeben, locker unterheben und direkt servieren.

Rainer Klutsch am 02. August 2019

Schwein

Bratapfel mit Kartoffel-Käse-Creme und Schweine-Lende

Für 4 Personen

300 g Kartoffeln	Salz	150 ml Milch
100 g Butter	100 g Camembert	4 Äpfel, mittelgroß
100 ml Apfelsaft	100 ml weißer Traubensaft	1 Lorbeerblatt
2 Gewürznelken	1 Zimtstange	4 Zw. glatte Petersilie
600 g Schweinelende	100 g Bacon	Sonnenblumenöl
Salz	Pfeffer	

Die Kartoffeln schälen, waschen und in Salzwasser weich kochen. Kartoffeln abgießen. Inzwischen die Milch in einem Topf erwärmen. Die gegarten Kartoffeln durch eine Presse drücken, zur Milch geben. Butter zugeben und alles mit dem Schneebesen zu einem feinen Püree verrühren. Etwas abkühlen lassen.

Den Käse fein würfeln und unter das Püree heben. Mit Salz abschmecken.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Äpfel waschen, gründlich trocken reiben und von jedem Apfel jeweils an der Unterseite eine dünne Scheibe abschneiden, so dass der Apfel gut auf einer geraden Fläche stehen kann. Jeweils einen Deckel abschneiden und mit Hilfe eines Kugelausstechers die Äpfel aushöhlen.

Die Äpfel mit dem Püree füllen, in eine feuerfeste Form setzen. Apfel- und Traubensaft mischen und angießen. Lorbeerblatt, Gewürznelken und Zimtstange zugeben.

Die Form in den vorgeheizten Ofen schieben, Äpfel ca. 20 Minuten schmoren.

Inzwischen die Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden.

Fleisch kalt waschen, trocken tupfen. Bacon und Schweinelende in Streifen schneiden.

In einer Pfanne Öl erhitzen und die Fleischstreifen darin portionsweise kräftig von allen Seiten braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Baconstreifen zugeben und mitanbraten.

Zum Anrichten die Bratäpfel auf vorgewärmte Teller setzen, mit der FleischSpeck-Mischung umlegen und mit Petersilie bestreut servieren.

Christian Henze am 09. Dezember 2019

Gefüllter Schweine-Rollbraten mit Pflaumen-Soße

Für 4 Personen

Für den Braten:

150 g Mandeln	4 Knoblauchzehen	1 Bund glatte Petersilie
100 g Speck	1,2 kg Schweinenacken	Salz
Pfeffer	3 Zwiebeln	3 EL Butterschmalz
150 ml Pflaumensaft	200 ml Fleischbrühe	

Für die Pflaumensauce:

200 g getrock. Pflaumen	50 g Speck	2 EL Butter
1 EL Zucker	1 EL asiat. Gewürzmischung	

Für die Bratenfüllung Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann erkalten lassen und grob hacken.

Knoblauch schälen, fein schneiden. Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Speck in feine Würfel schneiden.

Mandeln, Speck, Knoblauch und Petersilie vermischen und auf das Fleischstück aufstreichen, dann aufrollen und den Rollbraten mit Küchengarn binden. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Zwiebeln schälen und grob würfeln.

In einem Bräter Butterschmalz erhitzen und den Rollbraten rundherum darin anbraten.

Zwiebel zugeben und kurz anbraten, mit Pflaumensaft und Brühe ablöschen und zugedeckt ca. 2 Stunden schmoren.

Für die Sauce getrocknete Pflaumen in 300 ml Wasser 30 Minuten einweichen.

Speck fein würfeln.

Pflaumen aus dem Wasser nehmen, Einweichwasser beiseitestellen und die Pflaumen klein schneiden.

In einem Topf Speckwürfel anbraten, Butter und die klein geschnittenen Pflaumen zugeben. Zucker untermischen und leicht karamellisieren lassen. Das Gewürzpulver zugeben und mit dem Einweichwasser ablöschen. Die Sauce 10 Minuten köcheln lassen.

Den Rollbraten aus dem Bräter nehmen. Den entstandenen Bratensaft passieren, unter die Pflaumensauce mischen und abschmecken.

Den Rollbraten aufschneiden und mit der Sauce anrichten. Dazu passt z.B. Kartoffel-Pastinaken-Püree. Tipp: Für ein Püree 500 g Kartoffeln (mehlig kochende Sorte) und 300 g Pastinaken schälen, in grobe Stücke schneiden und in Salzwasser weich kochen. Dann abgießen und durch eine Presse drücken. 150 ml Milch erwärmen und mit 2 EL weicher Butter unter das gepresste Gemüse mischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Martina Kömpel am 17. September 2019

Schnitzel mit Kräuterkruste und Tomaten-Zucchini-Salat

Für 4 Personen

Für den Salat:

3 Tomaten	1 kleine Zucchini	Salz
Pfeffer	2 EL Apfelessig	4 EL Olivenöl
1 rote Zwiebel	1 Bund Rucola	

Für die Schnitzel:

1 Bund gemischte Kräuter	2 getrock. Öl-Tomaten	40 g Weißbrot
2 EL weiche Butter	Salz	Pfeffer
600 g Schweinefilet	2 EL Olivenöl	

Die Tomaten waschen, halbieren, den Strunkansatz entfernen und die Tomaten in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Zucchini waschen, die beiden Enden abschneiden und Zucchini ebenfalls in 1 cm große Würfel schneiden und zu den Tomaten geben.

Das Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen, Essig und Olivenöl untermischen und den Salat abschmecken.

Die Zwiebel schälen, fein schneiden und unter den Tomatensalat mischen.

Für die Kräuterkruste die Kräuter abrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Getrocknete Tomaten fein hacken. Weißbrot zu Bröseln reiben.

Kräuter, Brotbrösel, getrocknete Tomaten und weiche Butter vermengen, abschmecken und kurz kalt stellen.

Das Schweinefilet in Medaillons von jeweils etwa 70 g schneiden, leicht platteieren und mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Medaillons darin von beiden Seiten goldbraun braten, jedoch nicht ganz durchbraten.

Den Backofen grill vorheizen (oder auf 220 Grad Oberhitze).

Die Schnitzel in eine feuerfeste Form legen. Jedes mit etwas Kräuterkruste bestreichen und im vorgeheizten Ofen goldbraun gratinieren.

In der Zwischenzeit Rucola abrausen, trocken schütteln und grob schneiden.

Etwas Rucola auf Teller verteilen, darauf den Tomaten-Zuchinisalat geben und die gratinierten Schnitzel anlegen.

Otto Koch am 22. August 2019

Soßen

Brokkoli-Zitronen-Soße mit Crème fraîche

Für 4 Personen

700 g Brokkoli	Salz	2 Bio-Zitronen
2 Zwiebeln	350 g Rigatoni	2 EL Olivenöl
300 g Crème-fraîche	Pfeffer	1 Bund Petersilie
1 Bund Schnittlauch	30 g abgezogene Mandelkerne	

Brokkoli putzen, Röschen abschneiden und fein zerteilen. Stiele mit einem Sparschäler schälen und beiseite stellen. Reichlich leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Brokkoliröschen darin ca. 10 Sekunden garen. Abgießen, in kaltem Wasser abschrecken und dann abtropfen lassen.

Zitronen heiß waschen, trockenreiben. Die Schale fein abreiben. Von einer Zitronen den Saft auspressen

Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden.

Pasta in einem Topf mit kochendem Salzwasser bissfest garen Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten.

Blanchierten Brokkoli zu den Zwiebeln geben und ca. 3 Minuten mit andünsten. Zitronenschale zugeben.

Dann Crème fraîche vorsichtig einrühren. Mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie und Schnittlauch kalt abspülen, trocken schütteln und fein schneiden.

Die Brokkolistiele in feine Scheiben hobeln. In einer Pfanne Butter erhitzen und die Scheiben kurz andünsten, leicht salzen.

Kräuter kurz vor dem Servieren unter die Sauce heben.

Pasta abschütten, zur Sauce geben und untermischen.

Pasta mit Sauce anrichten, die gebratenen Brokkolistiele darüber geben und mit Pfeffer aus der Mühle würzen. Die Mandeln mit einer feinen Reibe darüber hobeln.

Andreas Schweiger am 19. Juli 2019

Tomaten-Soße

Für 4 Personen

Für die Tomatensauce:

2 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe	1,2 kg aromat., reife Tomaten
6 EL Olivenöl	Salz	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	1 Lorbeerblatt	1 Stiel Basilikum

Zwiebeln und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden.

Die Tomaten waschen, trockenreiben und den Strunk entfernen. Tomaten vierteln.

Olivenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin hell andünsten. Tomatenviertel zugeben, mit etwas Salz würzen.

Alles aufkochen, dann bei schwacher Hitze sacht etwa 2 Stunden leicht sämig einköcheln lassen. Rosmarin, Thymian und Lorbeerblatt abspülen, trockenschütteln und unter die Tomaten mischen, weitere 15 Minuten köcheln lassen.

Kräuter aus dem Saucenansatz entfernen. Saucenzutaten pürieren und durch ein feines Sieb passieren. Nochmals abschmecken.

Basilikum abspülen, trocken schütteln und in feine Streifen schneiden.

Die Sauce anrichten, Basilikum überstreuen und servieren. Zur Tomatensauce schmecken besonders gut Spaghetti.

Andreas Schweiger am 19. Juli 2019

Suppen

Kartoffel-Suppe

Für 4 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig	1 Karotte	2 Petersilienwurzeln
1 Zwiebel	1 EL Olivenöl	800 ml Gemüsebrühe
100 g Sahne	Salz	Pfeffer
1 Prise Muskat	1/2 Bund glatte Petersilie	

Die Kartoffeln schälen und würfeln. Karotte und Petersilienwurzel schälen und würfeln. Zwiebel schälen, fein schneiden.

In einem Topf Olivenöl erhitzen, Zwiebel darin anschwitzen. Karotte, Petersilienwurzel und die Kartoffeln zugeben, mit Gemüsebrühe auffüllen und weichkochen (ca. 15-20 Minuten).

Anschließend die Suppe pürieren, Sahne zugeben und einmal aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Suppe in Tellern anrichten und mit Petersilie bestreut servieren.

Tipp:

Zur Suppe passt knusprig gebratene Brotcroutons, gebratene Speisepilze oder einfach ein Wiener Würstchen.

Sören Anders am 06. September 2019

Kichererbsen-Eintopf mit Hähnchen-Brust

Für 4 Personen

200 g getrock. Kichererbsen	1 l Hühnerbrühe	einige Thymianzweige
einige Korianderkörner	1 TL Fenchelsamen	600 g Hähnchenbrust
200 g Winterspinat	1 Bund Lauchzwiebeln	1 Zwiebel
Butterschmalz	Salz	Kreuzkümmel
Bockshornkleeblätter	1 TL Tomatenmark	3 getrock. Limetten
1 Bund Koriander	Pfeffer	

Kichererbsen über Nacht in reichlich kaltem Wasser einweichen.

Am folgenden Tag Kichererbsen abgießen, abtropfen lassen. Gut mit Wasser bedeckt in einen Topf geben und ca. 1 1/2 Stunden weich kochen.

Inzwischen die Hühnerbrühe in einen großen Suppentopf geben. Thymian abbrausen und zugeben. Korianderkörner und Fenchelsamen leicht mörsern und einrühren. Die Brühe aufkochen.

Fleisch gründlich kalt waschen und trocken tupfen. Hähnchenbrust in die kochende Brühe einlegen, dann die Temperatur reduzieren, sodass die Brühe nur noch schwach siedet. Die Hähnchenbrust bei schwacher Hitze etwa 20 Minuten pochieren.

Währenddessen Spinat verlesen, die groben Stiele abschneiden. Spinat gründlich waschen und abtropfen lassen.

Lauchzwiebeln putzen, waschen, abtropfen lassen und fein schneiden.

Die Zwiebel abziehen und in Würfel schneiden. Butterschmalz in einem Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin anbraten. Spinat und die hellen Teile der Lauchzwiebeln zugeben und mit anbraten.

Mit Salz und Kreuzkümmel würzen. Bockshornklee und 1 TL Tomatenmark zugeben.

Die Hähnchenbrüste aus der Brühe heben, warm stellen.

Zwiebel-Spinat-Mix mit der Brühe ablöschen, aufkochen. Getrocknete Limetten mit einer stabilen, dicken Nadel rundum mehrfach einstechen. Limetten zugeben. Alles ca. 10 Minuten sacht köcheln lassen.

Die gegarten Kichererbsen abgießen, abtropfen lassen und dann in die Brühe geben, alles nochmals kurz köcheln lassen.

Währenddessen Koriander abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Grüne Teile von den Lauchzwiebeln fein schneiden.

Beides zum Eintopf geben und nochmals kurz aufkochen lassen.

Den Eintopf mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken. Limetten entfernen. Eintopf in tiefen Tellern anrichten.

Hähnchenbrust aufschneiden, darauf verteilen und den Eintopf servieren.

Jacqueline Amirfallah am 29. Dezember 2019

Vegetarisch

Artischocken-Variationen

Für 4 Personen

mit Limetten-Mayonnaise:

4 Artischocken	2 Zitronen	Salz
200 g Mayonnaise	50 ml Olivenöl	1 Bio-Limette
1 TL scharfer Senf	Pfeffer	

Gefüllte Artischockenböden:

4 große Artischocken	1 Spritzer Zitronensaft	250 ml Weißwein, trocken
2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian	1 Knoblauchzehe
1 TL Korianderkörner	350 ml Milch	50 g Polentagrieß (Maisgrieß)
1 Tomate	3 Champignons	1/2 Paprikaschote
2 EL Butter		

Mit Limetten-Mayonnaise:

Stiel und Spitze der Artischocken abschneiden, mit einer Schere die Spitzen der Blütenblätter ebenfalls abschneiden. Eine Zitrone in 8 Scheiben schneiden. Die Artischocken mit je zwei Zitronenscheiben belegen und diese mit einem Küchengarn festbinden.

Die Artischocken in leicht gesalzenem Wasser, mit Zitronensaft, je nach Größe 20- 35 Minuten, kochen. Die Artischocke ist gar, wenn man einzelne Blätter durch leichtes Ziehen herauslösen kann.

Die mittleren Blütenblätter mit einer Drehbewegung herauslösen und die darunter liegenden Staubfäden, das so genannte 'Heu', entfernen, dann die herausgedrehten Blätter 'auf den Kopf gedreht' wiedereinsetzen.

Für den Limettendipp die Mayonnaise mit Olivenöl vermischen. Limette heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. Den Senf mit dem Saft und dem Abrieb der Limette verrühren und zur Mayonnaise geben. Den Dipp mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ganze Artischocken auf Teller anrichten, den Dipp separat dazu reichen. Die Artischockenblätter herausziehen, in den Dipp eintauchen und auslutschen.

Gefüllte Artischockenböden:

Artischocken waschen. Den Stiel der Artischocke drehend herausbrechen. Beim Herausdrehen lösen sich die harten Fasern vom Blütenboden. Mit einem Messer die oberen Blattspitzen abschneiden (große Artischocken werden so um ein bis zwei Drittel gestutzt). Die äußeren, harten Blätter um den Blütenboden entfernen, die Blattansätze und harten Stellen am Rand und an der Bodenunterseite mit einem scharfen Küchenmesser abschälen. Die hellen Herzblätter die über dem „Heu“ liegen herausziehen oder abzupfen. Das „Heu“ mit einem Esslöffel entfernen. Den verbleibenden Artischockenboden mit einem Messer oder Sparschäler in Form schneiden, dann sofort in eine Schüssel mit Zitronenwasser legen.

Weißwein und die gleiche Menge Wasser in einem Topf aufkochen. Rosmarin und Thymian abbrausen. Die Hälfte der Kräuterzweige mit in den Topf geben. Knoblauchzehe schälen, halbieren und eine Hälfte zusammen mit den Korianderkörnern ebenfalls in den Topf geben.

Die vorbereiteten Artischockenböden in den aromatisierten Weinfond geben und 10-15 Minuten leicht köchelnd weich garen. Dann herausnehmen und abtropfen lassen.

Für die Füllung Milch in einem Topf aufkochen, restliche Kräuterzweige und halbierte ange-drückte Knoblauchzehe zugeben, 5 Minuten ziehen lassen, dann die Milch passieren und erneut aufkochen.

Den Polentagrieß unter Rühren einrieseln lassen, die Temperatur reduzieren und die Polenta 10 Minuten ganz leicht köchelnd quellen lassen. Dabei immer wieder umrühren.

In der Zwischenzeit die Tomate waschen, vierteln, entkernen und in Würfel schneiden. Champignons putzen und in dünne Scheiben schneiden. Paprika waschen, entkernen und in feine Würfel

schneiden.

In einer Pfanne Butter erhitzen, Paprikawürfel und Champignons darin andünsten, mit Salz würzen. Tomaten untermischen und einmal gut durchschwenken.

Das Gemüse unter die Polenta mischen, die Artischockenböden damit füllen und genießen.

Andreas Schweiger am 30. August 2019

Austernpilze mit Honig-Quitten und Cranberry-Couscous

Für 4 Personen

2 EL getrocknete Cranberrys	3 EL Haselnusskerne	2 kleine Quitten
1 Stange Zimt	2 EL Honig	Salz
2 Lauchzwiebeln	Rapsöl	150 g Instant-Couscous
375 ml Pfefferminztee	400 g Austernpilze	2 Eier
1 TL getrock. Thymian	1 Prise Muskatnuss	Pfeffer
7 EL Semmelbrösel	40 g Butter	4 TL Wildpreiselbeer-Kompott
Außerdem:	getrock. Cranberrys	Thymianblättchen

Cranberrys in einer Schale knapp mit kochendem Wasser übergießen und ziehen lassen.

Haselnusskerne in einer Pfanne trocken rösten. Auf ein Geschirrtuch geben und reiben, bis sich die braunen Häutchen lösen.

Haselnüsse grob hacken.

Quitten mit einem sauberen Geschirrtuch gründlich reiben, sodass dabei der feine weiße Flaum abgerieben wird. Quitten halbieren und schälen.

Quittenhälften und Zimtstange in einen Topf geben. Knapp mit Wasser bedecken. Honig und eine Prise Salz zugeben. Zugedeckt aufkochen und bei schwacher Hitze 15 Minuten köcheln lassen.

Quitten mit einem Schaumlöffel aus dem Topf heben, etwas abkühlen lassen.

Mit einem Kugelausstecher das Kerngehäuse, sowie nach Belieben Blütenansatz und Stängel aus den Quittenhälften auslösen. Quittenhälften wieder in den heißen Sud legen, weitere ca. 15 Minuten zugedeckt gar ziehen lassen.

Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Etwas Lauchgrün für die Garnitur beiseite legen.

In einer Pfanne 1 EL Rapsöl erhitzen. Die Lauchzwiebelringe darin 2 Minuten andünsten. Den Couscous dazugeben, kurz mitdünsten und mit dem Pfefferminztee ablöschen.

Cranberrys abtropfen lassen und untermischen. Alles zugedeckt 10 Minuten bei schwacher Hitze ausquellen lassen.

Währenddessen Austernpilze abreiben und nach Bedarf putzen.

Die Eier in einem tiefen Teller mit einer Gabel verquirlen.

Thymian, Muskatnuss, $\frac{1}{2}$ TL Salz, Pfeffer und Semmelbrösel in einem weiteren Teller vermengen. Pilze zunächst im Ei, dann in der Bröselmischung wenden.

In einer weiten beschichteten Pfanne ca. 5 EL Öl erhitzen. Die Pilze darin auf jeder Seite 2-3 Minuten goldgelb braten. Mit etwas Salz würzen.

Quitten aus dem Sud heben und zugedeckt warm halten.

Zimtstange aus dem Sud entfernen. Sud offen sirupartig einkochen. Hälfte der Butter unterrühren und mit 1 Prise Salz und Pfeffer abschmecken.

Fertig gegarten Couscous mit einer Gabel auflockern und restliche Butter unterheben. Eventuell noch etwas Wasser dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Etwa $\frac{2}{3}$ der Haselnüsse unter den Couscous mischen. Couscous mit einem Garnierring auf Tellern verteilen. Mit übrigem Lauchzwiebelgrün bestreuen.

Preiselbeer-Kompott in die Quittenhälften füllen.

Quittenhälften und panierten Pilzen neben dem Couscous anrichten, Quittensirup angießen. Mit restlichen Haselnüssen und nach Belieben einigen Cranberrys und Thymianblättchen bestreuen und servieren.

Christina Richon am 11. November 2019

Crêpes mit geschmorten Pfirsichen

Für 4 Personen

Für die Crêpes:

80 g Butter	125 g Mehl	30 g Zucker
1 Prise Salz	3 Eier	250 ml Milch
20 ml Mineralwasser		

Für die Pfirsiche:

150 g Crème-fraîche	1 Vanilleschote	3 EL Zucker
1 Spritzer Zitronensaft	2 Pfirsiche	1 EL Butter
60 ml Orangensaft		

Für den Crêpesteig die Hälfte der Butter in einem Topf schmelzen und leicht abkühlen lassen. Mehl, Zucker, 1 Prise Salz, Eier, und Milch in eine Schüssel geben und mit em Schneebesen glatt rühren. Die flüssige Butter und Mineralwasser untermischen.

Pfanne mit etwas Butter einfetten und auf mittlerer Hitze erwärmen.

Etwas Crêpeteig in die Pfanne geben und diese leicht schwenken. Der Pfannenboden sollte nur dünn mit Teig bedeckt sein. Crêpe von beiden Seiten leicht bräunen. Fertige Crêpes warmhalten. Aus dem Teig auf diese Weise nach und nach die Crêpes ausbacken.

Für die Vanillecreme die Crème fraîche in eine Schüssel geben. Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen. Die Hälfte vom Vanillemark zur Crème fraîche geben. 1/3 vom Zucker untermischen und mit Zitronensaft abschmecken.

Pfirsiche halbieren, entkernen und in Spalten schneiden.

Restlichen Zucker in einer Pfanne goldgelb karamellisieren lassen.

Butter, Pfirsichspalten, restliches Vanillemark und Orangensaft dazugeben und die Pfirsiche weichdünsten.

Die Crêpe zusammenfalten und mit Pfirsichspalten und einem Klecks Vanillecreme servieren.

Simon Tress am 16. August 2019

Falafel-Rösti

Für 4 Personen

175 g getrock. Kichererbsen	2 Knoblauchzehen	2 getrocknete Chilis
750 ml Gemüsebrühe	2 Lorbeerblätter	1 Bund Petersilie
1/2 Bund Koriander	1/2 Bund Minze	450 g Kartoffeln, festk.
1 Zwiebel	1 Ei	2 TL Falafel-Gewürzmischung
1/4 TL gemahlener Zimt	1 TL Zitronen-Abrieb	Salz
Pfeffer	8 EL Olivenöl	2 EL Sesam

Für den Salat:

1 Schalotte	1 kleiner Endiviensalat	1 große Möhre
4 EL Sahnejoghurt	2 EL Rapsöl	2 EL Essig
1 EL Zitronensaft	1 TL Zitronen-Abrieb	Salz, Pfeffer
1 Prise Rohrzucker	1/2 Granatapfel	Kräuter

Die Kichererbsen müssen ca. 12 Stunden einweichen und abkühlen!

Am Vortag Kichererbsen am besten über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Am Folgetag Kichererbsen abtropfen lassen und in einen Schnellkochtopf geben. Knoblauchzehen schälen. Chili putzen und halbieren, beides mit Gemüsebrühe, Lorbeerblättern in den Topf geben. Schnellkochtopf schließen, aufkochen und ca. 35 Minuten unter Druck garen. Den Topf von der Kochstelle nehmen, Druck ablassen. Kichererbsen in der Brühe abkühlen lassen.

Die Kräuter abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden.

Kichererbsen und Knoblauchzehen mit einem Schaumlöffel aus dem Topf heben und in eine Schüssel geben. Mit dem Kartoffelstampfer zerkleinern.

Kartoffeln schälen und grob raspeln. Zwiebel abziehen und fein hacken. Beides mit Kräutern, Ei, Gewürzmischung, Zimt und etwas Zitronenschale unter die zerdrückten Kichererbsen mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

In einer beschichteten Pfanne 2 EL Öl erhitzen. Hälfte der Kichererbsenmasse in der Pfanne verteilen. Zu einem Rösti formen und 3 Minuten anbraten.

Einen großen, flachen Deckel auf die Pfanne legen und den Rösti darauf stürzen.

2 EL Öl in die Pfanne geben und den Rösti mit der ungebratenen Seite wieder in die Pfanne gleiten lassen. Weiter ca. 3 Minuten anbraten.

Rösti dann auf einen Teller geben und im heißen Ofen ca. 10 Minuten fertig garen.

Aus der übrigen Masse einen weiteren Rösti zubereiten. Auf einen neuen Teller geben und im Ofen nachgaren.

Sesam in einer kleinen Pfanne kurz rösten, auf einen Teller geben.

Für den Salat Schalotte abziehen und fein hobeln. Salat verlesen, waschen, trocken schleudern und in feine Streifen schneiden. Möhre schälen und in feine Streifen oder Stifte hobeln bzw. schneiden.

Für das Dressing Joghurt, Öl, Essig, Zitronensaft und Zitronenschale vermengen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

Vom Granatapfel die Kerne auslösen.

Salat, Möhren, Schalotte und Granatapfelkerne mischen, die Salatsauce überträufeln.

Die Rösti in große Tortenstücke teilen. Jeweils ein Stück mit Salat belegen. Mit Sesam und einigen Kräuterblättchen bestreuen und anrichten.

Christina Richon am 07. Oktober 2019

Feigen-Birnen-Tarte

Für 4 Personen

Für den Teig:

200 g kalte Butter	400 g Mehl	Salz
Muskatnuss	3 reife, arom. Birnen	200 g Schmand
2 Eier	Kreuzkümmel	süßes Paprikapulver
Kurkuma	1 Prise Zucker	100 g Schafskäse
10 reife schwarze Feigen		

Für den Salat:

50 g Mandelkerne	2 EL Zitronensaft	Senf
Salz	Pfeffer	Zucker
4 EL Sonnenblumenöl	200 g gemisch. Blattsalat	

Außerdem: Hülsenfrüchte Backpapier

Für den Teig die Butter in kleine Stücke schneiden. Mehl, 1 Prise Salz und Muskat in einer Rührschüssel mischen. Die Butter und eventuell einige Esslöffel kaltes Wasser zugeben und alles rasch zu einem glatten Teig verkneten (auf keinen Fall zu lange kneten, sonst wird der Teig zäh und fällt auseinander).

Teig zu einer Kugel formen, flach drücken und in Folie wickeln. Etwa 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Inzwischen die Birnen schälen, entkernen und das Fruchtfleisch würfeln.

Fruchtfleisch und einige EL Wasser in einen Topf geben. Zugedeckt weich verkochen.

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Teig auf wenig Mehl mit dem Nudelholz ca. $\frac{1}{2}$ cm dünn rund ausrollen. Eine große Tarteform (2830 cm Ø; möglichst mit Lift-off-Boden) oder mehrere kleine Tarteförmchen gut fetteten. Die Tarteform mit dem Teig auslegen, dabei einen Rand formen. Mit einer Gabel mehrfach einstechen.

Den Boden mit einem Stück Backpapier belegen, Hülsenfrüchte oder Backgewichte auffüllen. Boden im heißen Backofen ca. 10 Minuten vorbacken.

Den Boden aus dem Ofen nehmen, Backpapier inklusive Hülsenfrüchte abheben. Boden etwas abkühlen lassen. Die Backofen-Temperatur auf 180 Grad Ober- und Unterhitze reduzieren.

Birnen abtropfen lassen, pürieren. Schmand und Eier darunter mixen. Mit Salz, den Gewürzen und Zucker würzen.

Den Schafskäse zerbröseln und ebenfalls daruntermischen.

Die Füllung auf den Tarteboden geben.

Die Feigen putzen, je nach Größe halbieren oder vierteln. Feigen in die Masse drücken.

Tarte im heißen Backofen auf unterster Schiene ca. 30 Minuten goldbraun backen. Tarte auf ein Kuchengitter setzen und nach Belieben auskühlen lassen.

Für den Salat Mandeln in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett rösten. Auf einem Teller auskühlen lassen.

Für die Vinaigrette Zitronensaft, Senf, Salz, Pfeffer und etwas Zucker verrühren. Das Öl darunter schlagen.

Den Salat verlesen, waschen und trockenschleudern. Salat und Dressing mischen.

Mandeln grob hacken.

Tarte aus der Form heben, in Portionsstücke schneiden und anrichten. Mandeln über den Salat streuen und zur Tarte servieren.

Jacqueline Amirfallah am 25. September 2019

Gebratene Steinpilze mit Ofenkartoffeln, Parmesan-Creme

Für 4 Personen

350 g kleine Kartoffeln	50 ml Olivenöl	Salz
Pfeffer	400 g Steinpilze	1 Schalotte
30 g Butter	200 g Sahne	40 g Parmesan
1 Prise Cayennepfeffer		

Für das Basilikumöl:

$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum	50 ml Olivenöl
------------------------------	----------------

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln mit Schale waschen und halbieren. Mit $\frac{2}{3}$ vom Olivenöl, Salz und Pfeffer mischen und auf einem Backblech verteilen. Kartoffeln ca. 25 Minuten im Ofen knusprig backen.

Die Steinpilze mit einem Tuch säubern, putzen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Die Schalotte schälen und fein würfeln.

Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Pilze darin goldgelb anbraten. Die Schalottenwürfel und Butter zu den Pilzen geben und mit andünsten.

Für die Parmesancreme die Sahne mit dem geriebenen Parmesan, je einer Prise Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer in ein hohes Gefäß geben und mit dem Stabmixer schaumig aufschlagen.

Für das Basilikumöl das Basilikum abrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Einige Blätter zum Garnieren beiseitelegen. Basilikum und Olivenöl in einem Mixbecher mit dem Stabmixer fein zerkleinern.

Kartoffeln und Pilze auf Tellern anrichten und mit Basilikumöl beträufeln. Die Parmesancreme in kleinen Klecksen am Rand verteilen und mit Basilikumblättern garnieren.

Ali Güngörmüs am 01. Oktober 2019

Gefüllte Champignons, Pistazien-Couscous, Minze-Joghurt

Für 4 Personen

2 EL Rosinen	25 g getrocknete Tomaten	12 Riesenchampignons
2 junge Knoblauchzehen	8 EL Olivenöl	Kräutersalz
Pfeffer	½ TL getrock. Oregano	½ TL getrock. Minze
½ TL scharfes Paprikapulver	2 Lauchzwiebeln	½ Bund Blattpetersilie
125 g Feta	1 Ei	500 g Zucchini
1 Bio-Zitrone	2 Schalotten	130 g Instant-Couscous
200 ml Gemüsebrühe	2 TL Ras-el-hanout	1 TL gemahl. Kreuzkümmel
1,5 EL Sesamsamen	4 Stängel frische Minze	300 g Joghurt
2 EL Pistazienkerne	40 g Butter	Piment-d'Espelette

Rosinen und Tomaten in heißem Wasser einweichen.

Den Backofen mit einem Backblech auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Riesenchampignons putzen, mit einem Küchentuch abreiben und die Stiele herausdrehen. Stiele fein hacken.

Knoblauchzehen abziehen und in eine kleine Schale pressen, mit der Hälfte des Öls, etwas Kräutersalz, Pfeffer, Oregano, Minze und Paprikapulver verrühren.

Die Champignons mit dem Kräuteröl bepinseln. Auf's heiße Blech (nach Belieben mit Backpapier ausgelegt) legen und 10 Minuten vorgaren.

In der Zwischenzeit für die Füllung Lauchzwiebeln putzen, waschen und fein schneiden. Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden.

Lauchzwiebeln und Petersilie zusammen mit den gehackten Champignonstielen, zerbröseltem Feta und Ei in einer Schüssel mischen. Mit Kräutersalz und Pfeffer würzen.

Zucchini waschen, schräg in ca. 1 cm breite Scheiben schneiden.

Zitrone heiß abwaschen und abtrocknen, die Schale abreiben und den Saft auspressen.

Schalotten schälen und fein schneiden. Mit dem Couscous, Zitronensaft, -abrieb, Brühe, Ras el hanout, Kreuzkümmel und etwas Öl in einer Auflaufform (27 x 18 cm) vermengen.

Eingeweichte Tomaten und Rosinen abgießen. Tomaten klein schneiden und zusammen mit den Rosinen unter den Couscous rühren.

Champignons aus dem Ofen nehmen. Die Champignonköpfe umdrehen und die entstandene Brühe auf's Blech geben. Mit einem Eisportionierer jeweils eine Kugel Lauchzwiebel-Feta-Mix in die Champignons setzen. Mit Sesam bestreuen.

Die Zuchinscheiben zwischen die Pilze auf's Blech legen, mit restlichem Öl beträufeln, salzen und pfeffern.

Auf dem 3. Einschub von unten das Blech mit den gefüllten Pilzen geben und die Auflaufform mit dem Couscous auf einen Backrost auf dem 1. Einschub von unten einschieben. Beides 20 Minuten garen.

Inzwischen die Minze abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Joghurt mit Minze verrühren und mit Kräutersalz und Pfeffer würzen.

10 Minuten vor Ende der Garzeit die Pistazien auf einem ofenfesten Teller in den Ofen geben und mitrösten.

Butter unter den gegarten Couscous rühren und abschmecken. Pistazien grob hacken.

Champignons mit Zuchinscheiben, Couscous, Pistazien und Minze-Joghurt anrichten. Mit Piment d'Espelette bestreuen.

Christina Richon am 19. August 2019

Gefüllte Ochsenherztomaten

Für 4 Personen

Für die Tomaten:

4 kleine Auberginen	Olivenöl	Salz
1 Prise Zimt	1 Bund Lauchzwiebeln	4 Ochsenherztomaten (mittelgroß)
Zucker	Pfeffer	

Für den Couscous:

1 Zwiebel	Olivenöl	100 ml Gemüsebrühe
Salz	Kreuzkümmel, gemahlen	Kurkuma, gemahlen
150 g Couscous	3 EL abgezogene Mandelkerne	2 EL Rosinen
1 Bund Koriander	1 Bund glatte Petersilie	

Auberginen putzen, abspülen, trocken reiben und in Würfel schneiden.

Etwas Öl in einer großen Pfanne erhitzen, die Auberginenwürfel darin unter Wenden sacht braten, bis sie ganz weich sind. Aubergine mit Salz und Zimt würzen.

Lauchzwiebeln putzen, waschen, abtropfen lassen und fein hacken.

Lauchzwiebeln unter die Auberginen mischen.

Tomaten waschen, trocken reiben und jeweils einen Deckel abschneiden. Die Tomaten z. B. mit Hilfe eines Kugelaustechers oder Teelöffels aushöhlen.

Das Tomateninnere pürieren, eventuell passieren.

Für den Couscous Zwiebel abziehen und fein würfeln. Etwas Öl in einem Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin andünsten. Das Tomatenpüree und Gemüsebrühe zugeben. Mit Salz, Kreuzkümmel und Kurkuma würzen und aufkochen.

Couscous unter Rühren einstreuen, aufkochen lassen und alles 3-4 Minuten sacht köcheln lassen, ggf. mit etwas Wasser ergänzen.

Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze (Umluft: 200 Grad) vorheizen. 10. Die Tomaten von innen mit etwas Salz, Zucker und Pfeffer würzen. Die Auberginenfüllung in die Tomaten verteilen.

Tomaten in eine Auflaufform setzen, die Deckel auflegen. Tomaten im heißen Backofen ca. 10–15 Minuten backen.

Währenddessen Mandeln in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett rösten. Auf ein Arbeitsbrett geben, etwas abkühlen lassen, dann fein hacken.

Rosinen hacken. Koriander und Petersilie abspülen, trocken schütteln und ebenfalls hacken.

Rosinen, Kräuter, Mandeln und 2-3 EL Olivenöl unter den Couscous mischen, abschmecken.

Gefüllte Tomaten und Couscous anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 24. Juli 2019

Gefüllte Pasta mit Salbei-Butter

Für 4 Personen

Für den Teig:

150 g Weizenmehl Type 405	30 g Hartweizenmehl	3 Eigelb
1 Ei	1 TL Olivenöl	1 Prise Salz
Mehl		

Für die Füllung:

50 g Parmesan	300 g Schichtkäse	2 Zweige Oregano
3 Eigelb	2 EL geriebenes Weißbrot	Salz, Pfeffer

Für die Salbeibutter:

3 Zweige Salbei	100 g Butter
-----------------	--------------

zusätzlich:

60 g Parmesan

Für den Teig Weizenmehl und Hartweizenmehl in eine Schüssel geben, in der Mitte eine Mulde eindrücken. Eigelbe, Ei, Öl und Salz zugeben und zu einem festen Teig kneten. Es ist von Vorteil, zuerst etwas weniger Mehl zu nehmen und den Teig weich „ankneten“, dann immer wieder Mehl unterkneten, bis die gewünschte Festigkeit erreicht ist.

Den Teig abdecken und ca. 30 Min. im Kühlschrank ruhen lassen.

Für die Füllung den Parmesan fein reiben, den Schichtkäse gut abtropfen lassen. Oregano abrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. 4. Schichtkäse mit Eigelb, Parmesan, Oregano und geriebenem Weißbrot gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mit einer Nudelmaschine oder einem Nudelholz den Teig dünn ausrollen, die Teigbahn sollte ca. 18 cm breit sein.

Auf eine Hälfte der Teigbahn jeweils in gleichmäßigem Abstand etwas Füllung geben. Die Teigränder mit Wasser bepinseln, dann die andere Hälfte des Teigs über die Hälfte mit der Füllung klappen. Die Abstände zwischen der Füllung jeweils gut andrücken.

Mit einem Zackenrädchen die Ravioli ausschneiden. Nudeltäschchen nach Belieben mit der flachen Hand etwas flacher drücken, damit sich die Füllung gut verteilt.

In einem Topf reichlich Salzwasser aufkochen und die Ravioli darin ca. 6 Minuten ziehen lassen. In der Zwischenzeit für die Salbeibutter Salbei abrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und nach Belieben grob schneiden.

In einer Pfanne Butter schmelzen, Salbei zugeben.

Die Ravioli aus dem Wasser herausheben und abtropfen lassen.

Ravioli in der Salbeibutter schwenken und servieren. Nach Belieben mit frisch geriebenem Parmesan bestreuen.

Simon Tress am 15. Juli 2019

Gemüse-Curry mit Nuss-Reis

Für 4 Personen

1 Schalotte	1 EL Olivenöl	150 g Langkornreis
450 ml Gemüsebrühe	2 getrock. Aprikosen	1 Mango
400 g Karotten	1 Zwiebel	1 Peperoni
1 Stück frischer Ingwer	500 g Brokkoli	2 EL Sonnenblumenöl
2 EL Currypulver	1 TL rote Currypaste	350 ml Kokosmilch, ungesüßt
½ Bund Lauchzwiebeln	3 EL Haselnüsse	2 EL Mandelblättchen
Salz	Pfeffer	1 Prise Zucker

Schalotte schälen und fein würfeln. In einem Topf in 1 EL heißem Olivenöl anschwitzen. Reis dazugeben und Brühe angießen. Alles aufkochen und den Reis

20 Minuten köcheln lassen. Dabei immer mal wieder umrühren.

Währenddessen getrocknete Aprikosen fein hacken.

Mango und Karotten schälen und in etwa 2 cm große Würfel schneiden.

Zwiebel schälen und in 1 cm große Würfel schneiden.

Peperoni halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein hacken.

Ingwer schälen und fein schneiden. Brokkoli putzen, in kleine Röschen teilen, waschen und abtropfen lassen. Stiele schälen und fein schneiden.

In einem Topf das Sonnenblumenöl erhitzen. Currypulver und die Currypaste zugeben und unter Rühren anrösten.

Peperoni und Ingwer zugeben und kurz anschwitzen. Dann Karotten zugeben, kurz anschwanken und mit der Kokosmilch ablöschen. Ca. 4 Minuten köcheln lassen.

Dann Brokkoli zugeben und weitere 4 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse mit noch leichtem Biss gegart ist.

Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden.

Haselnüsse hacken, mit Mandeln in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Auf einen Teller geben.

Sobald der Reis gar ist und die gesamte Flüssigkeit aufgenommen hat, Nüsse, Mandeln und Aprikosen untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mangowürfel unter das Curry mischen und mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken.

Gemüsecurry und Reis anrichten. Mit Lauchzwiebelringen bestreut servieren.

Vincent Klink am 07. November 2019

Gerösteter Blumenkohl mit Ofen-Kartoffeln

Für 4 Personen

Für die Kartoffeln:

1 kg kleine Kartoffeln, festk. 2 Knoblauchzehen 4 Zweige Zitronenthymian
Salz 2 EL Olivenöl

Für den Blumenkohl:

1,5 kg Blumenkohl 1 Knoblauchzehe 1 Bio-Zitrone
70 g Dinkelmehl 150 ml Olivenöl 1 TL Salz
1 TL Pfeffer 1 TL grober Senf 1 TL Garam Masala
1 Ei 1 EL Honig 50 g Rosinen

Für den Dip:

1/2 Knoblauchzehe 1/2 Bio-Zitrone 400 g Crème-fraîche
Salz 1 Bund Kräuter

Für den Salat:

1 Kopfsalat 1/2 Bio-Zitrone 3 EL weißer Balsamico
1 TL Honig Salz Pfeffer
6 EL Olivenöl

Die Kartoffeln mit einer Bürste kräftig waschen, mit der Schale halbieren und auf großes Backblech geben.

Knoblauch schälen und fein schneiden. Thymian abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Knoblauch und Thymian über die Kartoffeln streuen, leicht salzen, das Olivenöl darüber gießen und alles vermengen. Dann die Kartoffeln am Rand des Bleches verteilen.

Den Backofen auf 200 Grad Oberhitze und Umluft vorheizen.

Den Blumenkohl waschen, die Röschen mit einem Messer vom Strunk abschneiden.

Für die Marinade Knoblauch schälen und sehr fein schneiden oder reiben. Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, die Schale abreiben und den Saft einer Hälfte auspressen.

In einer Schüssel Knoblauch, Zitronenschale und -saft mit Dinkelmehl, Olivenöl, Salz, Pfeffer, Senf, Garam Masala, Ei und Honig gut vermengen. Zuletzt die Rosinen untermischen.

Die Blumenkohlröschen in der Marinade schwenken, so dass sie rundherum mariniert sind. Blumenkohlröschen in der Mitte des Backblechs verteilen und das Gemüse 30 Minuten auf der mittleren Schiene im vorgeheizten Ofen goldbraun rösten. Bei Bedarf die Backofentemperatur nach der Hälfte der Garzeit etwas herunterschalten.

Für den Dip Knoblauch schälen und sehr fein schneiden oder reiben. Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, die Schale abreiben und den Saft auspressen.

Crème Fraîche mit Knoblauch, Zitronenschale und -saft vermengen und mit Salz abschmecken.

Die Kräuter abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Kopfsalat putzen, waschen und trockenschleudern.

Für die Salatsauce die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben. Balsamico mit Honig, Zitronenschale, Salz und Pfeffer vermischen, dann das Öl unterrühren.

Den gerösteten Blumenkohl und die Kartoffeln mit Zitronen-Crème- Fraîche auf Tellern anrichten, die Kräuter darüber streuen. Den Kopfsalat mit der Sauce marinieren und dazu servieren.

Theresa Baumgärtner am 09. September 2019

Gnocchi mit Erbsen und Minze

Für 4 Personen

1 kg Kartoffeln, mehlig	Salz	1,5 kg Erbsen in Schote
1 Bund Minze	3 Eier	3 EL Kartoffelstärke
4 EL Butter	80 g Parmesan	

Die Kartoffeln schälen, halbieren und in Salzwasser weichkochen.

In der Zwischenzeit die Erbsen aus der Schote pulen.

Minze abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

Die weich gekochten Kartoffeln abschütten, durch eine Kartoffelpresse drücken und locker auf einem bemehlten Backbrett (oder in einer großen Schüssel) verteilen.

Eier, Kartoffelstärke und eine gute Prise Salz auf die noch warme Kartoffel-Masse geben und alles rasch zu einem Teig vermengen (nicht zu stark kneten).

Die Hälfte der Minzblätter fein schneiden und unter den Kartoffelteig mischen. Tipp: Wenn der Teig zu trocken und spröde ist, noch 1 EL weiche Butter unterarbeiten.

Den Kartoffelteig zu Rollen von ungefähr 1,5 cm Durchmesser formen. Die Rollen in 1 cm starke Stücke schneiden und mit einer Gabel eindrücken.

Die Gnocchi in einem Topf mit siedendem Salzwasser ein paar Minuten garen, herausnehmen und abtropfen lassen.

In einem Topf mit kochendem Salzwasser die Erbsen kurz blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen.

In einer Pfanne Butter schmelzen, die Gnocchi und Erbsen hinzugeben und durch schwenken. Parmesan grob reiben und darüber streuen.

Restliche Minze in feine Streifen schneiden.

Gnocchi auf Tellern anrichten und mit Minze bestreut servieren.

Jacqueline Amirfallah am 07. August 2019

Gratinierter Kürbis mit Ziegenkäse

Für 4 Personen

Für den Kürbis:

1,2 kg Muskatkürbis	1 rote Zwiebel	3 Zweige Thymian
2 EL Olivenöl	6 EL Ahornsirup	Salz
Pfeffer	200 g Ziegenfrischkäse	12 Walnusshälften

Für den Salat:

60 g Linsen	150 g Friséesalat	2 Schalotten
4 EL Olivenöl	4 EL Rotweinessig	4 EL Wasser
2 TL Honig	Salz	Pfeffer
1 Bund Schnittlauch		

Den Kürbis schälen, Kerne und faseriges Fruchtfleisch entfernen, Kürbis in feine Scheiben schneiden.

Die rote Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Thymian abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

In einer großen Pfanne die Hälfte vom Olivenöl erhitzen und die Kürbisscheiben mit den Zwiebeln und dem Thymian darin ca. 5 Minuten andünsten. Die Hälfte vom Ahornsirup dazugeben und weitere 5 Minuten dünsten.

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Eine Tarteform von ca. 28 m Durchmesser aus Porzellan oder Glas mit restlichem Olivenöl und 1 EL Ahornsirup einstreichen.

Gedünstete Kürbisscheiben und die Zwiebeln dicht in die Tarteform legen und flach drücken. Mit Salz und frischem Pfeffer bestreuen und mit 1 EL Ahornsirup beträufeln. Kürbis so im vorgeheizten Ofen für 30 Minuten auf mittlerer Schiene im Ofen fertig garen.

In der Zwischenzeit für den Salat die Linsen waschen und in Wasser garkochen.

Frisée putzen, waschen und abtropfen lassen. Schalotten schälen, fein würfeln.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen, Schalotten zugeben und glasig dünsten. Mit Rotweinessig, Wasser und Honig ablöschen.

Die abgetropften Linsen und das restliche Olivenöl dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und in eine große Schüssel füllen. Frisée mit den Linsen in der Schüssel vermengen.

Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln, fein schneiden und über den Salat streuen.

Kürbistarte aus dem Ofen nehmen, eventuell überschüssige Flüssigkeit vorsichtig abgießen, kleine Ziegenkäsekreise gleichmäßig darauf verteilen, jeweils mit einer Walnusshälfte belegen, mit Ahornsirup beträufeln und mit Pfeffer bestreuen.

Tarteform nochmal in den Ofen geben und den Ziegenkäse unter Aufsicht für ein paar Minuten goldbraun gratinieren.

Gratinierten Kürbis und Salat anrichten.

Theresa Baumgärtner am 30. September 2019

Kartoffel-Pastetchen

Für 4 Personen

500 g festk. Kartoffeln	Salz	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
3 Lauchzwiebeln	4 Maronen	100 g geräucherter Lachs
150 g Schmand	1 Ei	2 EL Gemüsebrühe
Pfeffer	Butter	350 g Blätterteig
2 EL Sahne		

Die Kartoffeln waschen und in einem Topf mit gesalzenem Wasser weichkochen. Dann abgießen, ausdampfen lassen und pellen.

Währenddessen Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden.

Esskastanien grob hacken. Die gepellten Kartoffeln in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden.

Lachs in kleine Stücke schneiden.

Backofen auf 220 Grad (Umluft 200 Grad) vorheizen.

Schmand mit Ei und Brühe verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie und Lauchzwiebeln unter die Schmand-Masse rühren.

4 kleine Tarteförmchen (Durchmesser ca. 12 cm) mit Butter ausfetten.

Blätterteig auseinanderrollen. 4 Kreise à ca. 14 cm Durchmesser und 4 Kreise à

12 cm Durchmesser ausstechen. Die Tarteförmchen mit den größeren Teigkreisen jeweils auskleiden.

In je 2 Förmchen Kartoffelscheiben und Maronen schichten, in je 2 Förmchen Kartoffelscheiben und Lachs schichten. Alle Förmchen mit Schmand-Masse auffüllen.

Dann jeweils mit dem kleineren Teigkreis abdecken. Blätterteigdeckel mit Sahne bepinseln und die kleinen Pastetchen im vorgeheizten Ofen auf der 2. Schiene von unten 20-25 Minuten backen, bis die Törtchen leicht gebräunt sind.

Törtchen in den Förmchen etwas abkühlen lassen, vorsichtig herauslösen und servieren. Dazu passt sehr gut Feldsalat, mit Vinaigrette mariniert.

Martina Kömpel am 05. November 2019

Kartoffel-Sellerie-Püree mit pochiertem Ei und Trüffel

Für 4 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig	Salz	800 g Knollensellerie
1 Zwiebel	3 EL Butter	250 ml Sahne
Pfeffer	1 EL Weißweinessig	4 Bio-Eier
Muskatnuss	frischer Trüffel	

Kartoffeln schälen, waschen und knapp mit leicht gesalzenem Wasser bedeckt garen.

Sellerie putzen, waschen, in Stücke schneiden. Etwas Sellerie zugedeckt für die Garnitur beiseite legen.

Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Etwas Butter in einem Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Selleriestücke zugeben und kurz mit andünsten.

Die Sahne angießen, mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Sellerie zugedeckt bei schwacher Hitze sehr weich köcheln lassen.

Für die Eier reichlich Wasser in einem Topf aufkochen. Etwas Essig zugeben.

Mit einem Schneebesen einen Strudel im kochenden Wasser erzeugen.

Die Eier einzeln in eine Suppenkelle aufschlagen. Dann nach und nach ins kochende Wasser gleiten lassen. Eier bei schwacher Hitze ca. 3 Minuten ziehen lassen.

Währenddessen die Kartoffeln abgießen, gut ausdampfen lassen und durch eine Kartoffelpresse drücken.

Weich gegarten Sellerie inklusive Dünstflüssigkeit zu einem feinen Püree mixen. Mit dem Kartoffelpüree verrühren. Püree mit Salz und Muskat abschmecken. Nach Belieben mit etwas Butter aromatisieren.

Pochierte Eier aus dem Kochwasser heben. In eine Schale mit warmem Wasser geben und nochmals 3 Minuten ziehen lassen.

Übrigen Sellerie in sehr feine Scheiben schneiden oder hobeln. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen, die Selleriescheiben darin andünsten. Mit wenig Salz würzen und zugedeckt 3-5 Minuten weich dünsten.

Eier gut abtropfen lassen. Das Püree, pochierte Eier und gebratene Selleriescheiben auf vorgewärmten Tellern anrichten. Den frischen Trüffel fein darüber hobeln, sofort servieren.

Jacqueline Amirfallah am 13. November 2019

Kartoffel-Taschen mit Kohlrabi-Gemüse

Für 4 Personen

Für die Kartoffeltaschen:

800 g Kartoffeln, mehlig	2 Zweige Rosmarin	1 Zwiebel
1 EL Olivenöl	1 EL Rosinen	4 EL Mandeln
300 g Ziegenfrischkäse	Salz	1/2 Bund Schnittlauch
1/2 Bund glatte Petersilie	2 Scheiben Kastenweißbrot	3 EL Kartoffelstärke
3 Eigelb	Muskatnuss	

Für das Kohlrabigemüse:

600 g Kohlrabi	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
2 EL Butter	150 ml Gemüsebrühe	150 g Sahne
Salz	Pfeffer	1 EL scharfer Senf

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Kartoffeln waschen und im Backofen bei 180 Grad ca. 1 Stunde garen.

In der Zwischenzeit Rosmarin abbrausen, trocken schütteln, die Nadeln abstreifen und fein hacken.

Zwiebel schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen. Rosmarin zugeben und die Pfanne vom Herd ziehen.

Die Rosinen und Mandeln fein hacken und mit dem Frischkäse unter die Zwiebeln mischen, die Masse mit Salz abschmecken.

Schnittlauch und Petersilie abbrausen, trocken schütteln und grob schneiden.

Weißbrot mit Schnittlauch und Petersilie in einem Cutter fein zermahlen.

Kohlrabi schälen und in Würfel schneiden. Die Schalotten und den Knoblauch schälen, fein würfeln.

In einem Topf Butter erhitzen und Schalotten und Knoblauch darin glasig anschwitzen.

Kohlrabi zugeben und mit Brühe und Sahne ablöschen. Solange einkochen, bis der Kohlrabi gar ist und eine sämige Sauce entstanden ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die gegarten Kartoffeln aus der Schale kratzen und durch die Kartoffelpresse drücken.

Kartoffeln mit Kartoffelstärke und Eigelben mischen. Kartoffelmasse mit Salz und Muskat abschmecken.

Die Kartoffelmasse auf einer bemehlten Fläche mit dem Nudelholz ausrollen und in 7 cm große Quadrate schneiden.

Auf die Hälfte der Quadrate die vorbereitete Frischkäsemasse darauf geben, mit den restlichen Quadraten abdecken, die Ränder gut andrücken.

In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen und die Kartoffeltaschen darin von beiden Seiten goldbraun braten.

In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen und die Kräuterbrösel darin kurz anrösten.

Kurz vor dem Servieren den Senf unter das Kohlrabigemüse rühren.

Gebratene Kartoffeltaschen mit den Kräuter-Brotbröseln bestreuen und dem Kohlrabigemüse anrichten.

Vincent Klink am 29. August 2019

Knödel-Gröstl mit Rahm-Pilzen

Für 4 Personen

1 Zwiebel	4 gegarte Kartoffel-Klöße	2 EL Speiseöl
50 g Speck in feinen Streifen	200 g frische Speisepilze	20 g Butter
Salz	50 ml trockener Weißwein	3 Zweige glatte Petersilie
100 g Crème-fraîche	Pfeffer	

Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Klöße ebenfalls in feine Würfel schneiden.

In einer Pfanne das Öl erhitzen. Die Kloßwürfel darin kräftig anbraten. Zwiebeln und Speck zugeben und mitbraten.

Währenddessen Pilze putzen, eventuell noch anhängenden Sand sorgfältig entfernen.

In einer weiteren Pfanne die Butter erhitzen. Die Pilze darin kräftig anbraten und salzen. Mit Weißwein ablöschen und offen bei starker Hitze kurz einkochen lassen.

Petersilie abbrausen, trocken schütten und die Blättchen abzupfen. Petersilienblättchen in sehr feine Streifen schneiden.

Crème fraîche unter die Pilze rühren, mit etwas Salz abschmecken. Dann Knödel-Gröstl untermischen, mit Pfeffer aus der Mühle abschmecken, Petersilie zugeben und sofort servieren.

Andreas Schweiger am 15. November 2019

Kräuter-Frischkäse-Strudel mit Erbsen-Püree

Für 4 Personen

Für den Strudel:

250 g Weizenmehl Type 550	25 ml Speiseöl	1 Ei etwas Salz
ca. 100 ml kaltes Wasser	3 Zweige Estragon	2 Zweige Zitronenthymian
1/2 Bio-Zitrone	350 g Ricotta	1 TL Honig
Pfeffer	Mehl	60 g Butter

Für den Salat:

2 kg Erbsen in der Schote	1 Schalotte	1 EL Butter
150 ml Gemüsebrühe	50 g Zuckerschoten	Salz
1/2 Bund Estragon	1 Spritzer Zitronensaft	1 EL Olivenöl
Pfeffer	50 g Sahne	

Mehl, Speiseöl, Ei, 1 Prise Salz und Wasser in eine Rührschüssel geben und mit dem Knethaken der Küchenmaschine zu einem glatten Teig kneten. (Der Teig sollte nicht zu lange gerührt werden, er darf nicht zu warm werden!).

Den Teig zu einer Kugel formen und abgedeckt 3 Stunden (besser noch über Nacht) im Kühlschrank ruhen lassen.

Für die Strudelfüllung Estragon und Zitronenthymian abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen.

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben.

Ricotta mit Estragon, Zitronenthymian, Zitronenabrieb, Honig, etwas Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben und gut vermischen.

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Den Strudelteig mit etwas Mehl bestäuben, dünn ausrollen und dann auf ein großes sauberes Geschirrtuch legen. Über die Handrücken möglichst dünn ausziehen. Den ausgezogenen Teig in etwa 15 cm große Quadrate schneiden.

Butter in einem Topf schmelzen.

Die Teigquadrate mit der flüssigen Butter einstreichen, dabei an jeder Seite einen ca. 2 cm großen Rand lassen.

Auf die unteren Teigviertel jeweils etwas Ricottamasse geben, die Seiten einschlagen und wie eine Roulade aufrollen.

Die kleinen Strudel auf einem mit Backpapier ausgelegtem Blech verteilen und mit restlicher flüssiger Butter bestreichen.

Die Päckchen ca. 15 Minuten im vorgeheizten Ofen goldgelb backen.

In der Zwischenzeit für das Erbsenpüree die Erbsen aus den Schoten lösen, waschen und abtropfen lassen.

Schalotte schälen und fein schneiden.

In einem Topf Butter erhitzen und die Schalotte darin anschwitzen, die Erbsen zugeben 2 Minuten dünsten, dann Gemüsebrühe angießen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 5 Minuten kochen. Die Zuckerschoten waschen und in einem Topf mit kochendem Salzwasser kurz blanchieren, dann herausnehmen, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen.

Estragon abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden. Die blanchierten Zuckerschoten in feine Streifen schneiden.

Zuckerschoten mit Zitronensaft und Olivenöl mischen. Die Hälfte vom Estragon untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die gekochten Erbsen mit dem Kartoffelstampfer zu einem groben Püree stampfen. Restlichen Estragon untermischen und abschmecken.

Die Sahne halbfest aufschlagen und unter das Erbsenpüree heben.

Die Strudelpäckchen mit dem Erbsenpüree anrichten, darauf die marinierten Zuckerschoten geben.

Martin Gehrlein am 08. Juli 2019

Kürbis-Ravioli

Für 4 Personen

Für den Nudelteig:

100 g Mehl (Type 405)	100 g Hartweizengrieß	1 Prise Salz
1 Ei	100 ml Wasser	

Für Füllung und Beilage:

1 Hokkaido-Kürbis	Salz	Pfeffer
2 Zwiebeln	Speiseöl	Kreuzkümmel
gemahlener Curcuma	1 Prise Zucker	2 Eier
400 g zarter Blattspinat	1 Knoblauchzehe	Butter, Muskat
außerdem:	Mehl	

Für den Nudelteig Mehl und Weizengrieß mischen. Salz, Ei und Wasser verquirlen, zugeben und alles gründlich glatt verkneten, bis ein geschmeidiger Nudelteig entsteht. Den Teig in Folie wickeln und mindestens 30 Minuten ruhen lassen.

In der Zwischenzeit den Kürbis waschen, trockenreiben, halbieren und die Kerne und losen Fasern entfernen. Mit dem Kugelausstecher einige Kugeln aus dem Kürbisfleisch auslösen. Das restliche Kürbisfleisch in Stücke schneiden.

Ausgelöstes Kürbisinneres mit Kernen in einen Topf geben, mit Wasser bedecken und köcheln lassen, bis die Kerne weich sind. Brühe in einen Topf passieren; Kürbiskerne abtropfen lassen. Die Kürbisbrühe mit Salz und Pfeffer würzen und aufkochen. Kürbiskugeln in der Brühe mit noch leichtem Biss garen.

Kürbiskerne in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett rösten, auskühlen lassen und hacken.

Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Hälfte der Zwiebelwürfel in Öl anbraten. Kürbisstücke zugeben und mit Salz, Kreuzkümmel und Curcuma würzen. Etwas Kürbisbrühe angießen, aufkochen und zugedeckt weich schmoren.

Kürbisfleisch abtropfen lassen und fein pürieren. Gehackte Kürbiskerne unter das Kürbispüree rühren. Das Püree mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken, etwas abkühlen lassen.

Das Püree in einen Spritzbeutel mit mittlerer Lochtülle füllen.

Die Eier trennen. Eigelb kalt stellen.

Den Nudelteig in Portionen auf wenig Mehl zu breiten, langen Bahnen ausrollen.

Die Kürbismasse auf einer Längsseite mit etwas Abstand zum Teigrand in kleinen Häufchen aufspritzen.

Übrige Teigseite dünn mit Eiweiß bestreichen, über die Füllung klappen und den Teig rund um die Püreehäufchen gut an- und vorsichtig flachdrücken, sodass enthaltene Luft mit entweicht. Mit einem Messer oder Teigrädchen Ravioli ausschneiden.

Spinat verlesen, putzen, gründlich waschen und trocken schleudern.

Knoblauch schälen, halbieren. Mit übrigen Zwiebeln in der Butter andünsten. Den Spinat zugeben und in der Pfanne kurz zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

In einem Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Die Ravioli darin portionsweise 2-3 Minuten garen.

Die Kürbisbrühe mit Salz und Zucker abschmecken. Etwas kalte Butter untermixen. Eigelbe und etwas heiße Brühe verquirlen, dann unter Rühren unter die heißen, nicht mehr kochende Brühe quirlen und damit binden.

Ravioli aus dem kochenden Wasser heben, abtropfen lassen. Mit Spinat und Kürbiskugeln in vorgewärmten tiefen Tellern anrichten. Jeweils etwas Brühe angießen und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 16. Oktober 2019

Linsen-Salat mit Brokkoli und gebratenem Ziegenkäse

Für 4 Personen

200 g Belugalinsen	1 Zwiebel	5 EL Olivenöl
400 ml Geflügelfond	4 EL Balsamico	Salz
Pfeffer	Cayennepfeffer	1 Brokkoli
2 EL Butter	1 Prise Zucker	Muskatnuss
2 EL Pinienkerne	1 Bund Schnittlauch	2 Ziegenkäserollen (à 200 g)
1 EL Sonnenblumenöl		

Die Linsen in eine Schüssel mit reichlich kaltem Wasser geben und 2 Stunden einweichen. Dann in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

Die Zwiebel schälen und fein schneiden.

In einem Topf etwas Olivenöl erhitzen und die Zwiebel darin anschwitzen. Die Linsen zugeben, Geflügelfond angießen und die Linsen weichkochen (ca. 20 Minuten).

Die Linsen in eine Schüssel geben und noch warm mit Balsamico und restlichem Olivenöl marinieren, mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen und ziehen lassen.

Den Brokkoli putzen, in gleichmäßige Röschen zerteilen und in einem Topf mit Salzwasser bissfest kochen. Dann in ein Sieb abgießen.

Den Topf wieder auf den Herd stellen, Butter und Brokkoli hineingeben und glasieren. Mit Salz, Zucker und einer Prise Muskat würzen.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.

Schnittlauch abrausen, trocken schütteln, fein schneiden und mit den gerösteten Pinienkernen unter die Linsen mischen. Glasierten Brokkoli obenauf geben.

Jede Ziegenkäserolle in 6 Scheiben schneiden. In einer Pfanne das Sonnenblumenöl erhitzen und die Käsescheiben darin von beiden Seiten scharf anbraten.

Den Linsen-Brokkoli-Salat auf Tellern anrichten und pro Person 4 Scheiben Ziegenkäse obenauf geben.

Martin Gehrlein am 11. September 2019

Mini-Käse-Tartelettes mit Champignons

Für 12 Tartelettes:

Rapsöl	Mehl	150 g Champignons
3 Lauchzwiebeln	1 TL Currypulver	Salz
Pfeffer	150 g mittelalter Bergkäse	100 g Dinkelmehl (Type 630)
3 Eier (Größe M)	50 ml Vollmilch	1 TL geräuch. Paprikapulver
Muskatnuss	1 Schalotte	250 g gekochte Rote Bete
2 EL Essig	1 TL Rohrzucker	1 TL getrock Dillspitzen
4 EL saure Sahne		

Außerdem:

12 Mini-Tartelette-Förmchen

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Die Tartelette-Förmchen mit Rapsöl einpinseln und dünn mit Mehl bestäuben.

Champignons mit einem Küchenpapier abreiben, dunkle Ansätze an den Stielen abschneiden und die Pilzköpfe in feine Scheiben schneiden.

Lauchzwiebeln putzen, waschen, abtropfen lassen und in dünne Ringe schneiden. Das fein geschnittene Grün von einer Lauchzwiebel beiseite legen.

Die Champignons in einer beschichteten Pfanne ohne Fett anbraten, dabei die austretende Flüssigkeit fast vollständig verdampfen lassen.

Dann 2 EL Öl und Lauchzwiebeln dazugeben und kurz mit anbraten. Mit Curry, Salz und Pfeffer würzen. Etwas abkühlen lassen.

Vom Käse 100 g fein reiben. Restlichen Käse mit einem Sparschäler in feine Späne hobeln und beiseite legen.

Das Mehl und die Eier in einer Schüssel verrühren. Milch, geriebenen Käse, Paprikapulver und Champignon-Masse unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss kräftig würzen.

Die Förmchen auf ein Backblech stellen. Die Masse in die Förmchen verteilen.

Das Blech in den heißen Backofen schieben. Die Törtchen ca. 25 Minuten goldbraun backen.

Inzwischen die Schalotte schälen. Schalotte und Rote Bete-Knollen fein in eine Schüssel hobeln. Dann 2 EL Rapsöl, Essig, Zucker und Dillspitzen untermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Käsetartelettes aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen.

Törtchen aus den Förmchen lösen und auf Tellern anrichten. Mit übrigen Lauchzwiebelringen und Käsespänen garnieren. Marinierte Rote Bete und jeweils 1 Klecks saure Sahne dazu reichen.

Christina Richon am 23. Dezember 2019

Möhren, Grünkern-Puffer mit Paprika

Für die Puffer:

125 g Grünkernschrot	300 ml Gemüsebrühe	2 Schalotten
6 EL Olivenöl	3 Stängel glatte Petersilie	3 Stängel Liebstöckel
150 g Möhren	2 TL Senf	1 TL Paprikapulver, edelsüß
2 Eier	2 EL Semmelbrösel	Salz, Pfeffer

Für das Paprikaragout:

1 Schalotte	3 rote Spitzpaprika	1 rote Chilischote
3 Strauchtomaten	3 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer	3 Zweige Thymian	100 ml Gemüsebrühe

Grünkernschrot und Gemüsebrühe in einen Topf geben, aufkochen und 5 Minuten köcheln lassen. Dann den Topf vom Herd ziehen und abgedeckt ca. 20 Minuten quellen lassen.

In der Zwischenzeit für das Paprikaragout Schalotte abziehen und fein schneiden.

Paprika waschen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und Paprika in Streifen schneiden.

Chilischote waschen, der Länge nach halbieren und die Kerne austreichen. Chili fein schneiden.

Tomaten waschen, den Stielansatz entfernen und Tomaten grob würfeln.

In einem breiten Topf oder einer tiefen Pfanne Olivenöl erhitzen und die Schalotte darin anschwitzen, Paprikastreifen zugeben und anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Chili ebenfalls zugeben und die Tomatenwürfel untermischen.

Thymian abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und zum Gemüse geben.

Gemüsebrühe zugeben und alles bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten schmoren.

Für die Puffer Schalotten abziehen, fein schneiden und in einer Pfanne mit etwas

Für die Puffer Schalotten abziehen, fein schneiden und in einer Pfanne mit etwas Olivenöl anschwitzen. Olivenöl anschwitzen.

Petersilie und Liebstöckel abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen

Petersilie und Liebstöckel abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. fein schneiden.

Die Möhren schälen und raspeln.

Die Möhren schälen und raspeln. 12. In einer Schüssel geraspelte Möhren, Schalotten, Kräuter, Senf, Paprika, Eier 12. In einer Schüssel geraspelte Möhren, Schalotten, Kräuter, Senf, Paprika, Eier und Semmelbrösel mit der Grünkernmasse verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. und Semmelbrösel mit der Grünkernmasse verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer Pfanne etwas Olivenöl

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen. Mit einem Esslöffel aus der Pfanne erhitzen. Mit einem Esslöffel aus der Grünkernmasse Puffer formen und diese nach und nach im heißen Fett von beiden Seiten jeweils etwa 3 Minuten goldbraun braten. Seiten jeweils etwa 3 Minuten goldbraun braten. 14. Die gebackenen Puffer auf Küchenpapier abtropfen lassen und im Backofen bei 14. Die gebackenen Puffer auf Küchenpapier abtropfen lassen und im Backofen bei ca. 100 Grad warm stellen. ad warm stellen.

Das Paprikagemüse abschmecken und zu den Grünkernpuffern servieren.

Das Paprikagemüse abschmecken und zu den Grünkernpuffern servieren.

Simon Tress am 16. September 2019

Nudel-Gemüse-Auflauf

Für 4 Personen

1 Schalotte	7 EL Olivenöl	1 EL heller Roh-Rohrzucker
800 g Pelati-Tomaten	Salz	1 Bund Basilikum
850 g Aubergine	250 g Kamut-Fusilli	3 große Fleischtomaten
frischer Pfeffer	250 g Ricotta	3 Zweige Salbei
250 g Mozzarella		

Die Schalotte schälen und fein würfeln.

In einem Topf 1 EL Olivenöl erhitzen und die Schalotte darin glasig andünsten. Die Hälfte vom Zucker unterrühren, die Tomatenstücke zugeben, mit Salz würzen und alles bei niedriger Hitze 20 Minuten köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren.

In der Zwischenzeit Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Basilikumblätter zu den Tomaten geben und mitköcheln.

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Zwei Backbleche mit Backpapier auslegen.

Die Auberginen waschen, die Enden abschneiden und sie in 1,5 cm große Würfel schneiden.

Die Auberginenwürfel auf ein Backblech geben, leicht salzen und mit 4 EL Olivenöl gleichmäßig beträufeln und mit den Händen untermengen. Die Auberginenwürfel lach auf dem Blech verteilen. Die Auberginen in den vorgeheizten Ofen geben und 10 Minuten garen.

Einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und die Nudeln darin bissfest garen.

Die Fleischtomaten waschen, den Strunk oben herausschneiden und sie horizontal in 1 cm dicke große Scheiben schneiden.

Die Tomatenscheiben auf dem zweiten Backblech nebeneinander verteilen, mit restlichem Rohrzucker und frischem Pfeffer aus der Mühle bestreuen und mit 2 EL Olivenöl beträufeln.

Die Auberginen aus dem Backofen nehmen und die Tomatenscheiben ebenfalls 10 Minuten im Ofen garen, dann leicht mit Salz bestreuen.

Die gegarten Fusilli abgießen und in der Auflaufform (25 x 34 cm) flach verteilen. Die eingekochte Tomatensauce abschmecken und gleichmäßig über den Nudeln verteilen.

Mit einem Teelöffel kleine Nocken vom Ricotta abstechen und über der Tomatensauce verteilen.

Die gegrillten Tomaten vorsichtig mit einem Pfannenheber nebeneinander in der Auflaufform verteilen und mit den Auberginen-Würfeln bedecken.

Salbei abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und in zwei Reihen auf die Auberginenwürfel legen. Den Mozzarellakäse in feine Scheiben schneiden und jeweils eine Scheibe auf ein Salbeiblatt legen.

Den Nudelaufbau auf der mittleren Schiene im vorgeheizten Ofen ca. 10-15 Minuten überbacken, bis der Käse geschmolzen und leicht gebräunt ist.

Theresa Baumgärtner am 26. August 2019

Ofen-Gemüse mit Couscous

Für 4 Personen

Für das Ofengemüse:

100 g Staudensellerie	2 gelbe Paprika	2 rote Paprika
1 rote Zwiebel	250 g rote, gelbe Kirschtomaten	2 kleine Zucchini
1 kleine Aubergine	50 g Rosinen	2 EL brauner Roh-Rohrzucker
Salz	Pfeffer	1 EL Thymianblättchen
150 ml Olivenöl		

Für den Couscous:

200 g Couscous	Salz	40 g Butter
½ Bund Minze	1/2 Bio-Zitrone (Schale)	

Für den Dip:

400 g Sauerrahm	½ Bund Minze	½ Bund Basilikum
1 Knoblauchzehe	1 Prise Salz	1 Bio-Zitrone (Schale, Saft)

außerdem:

Kräuterblüten

Den Backofen auf 180°C Umluft vorheizen.

Den Sellerie putzen, waschen und in feine Stücke schneiden. Die Paprika waschen, entkernen und fein würfeln. Die rote Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Kirschtomaten waschen und vierteln. Die Zucchini und Aubergine waschen, die Enden abschneiden. Zucchini und Aubergine in 1 cm große Würfel schneiden.

Das Gemüse auf ein großes Blech geben und mit den Rosinen, dem Zucker, einer kräftigen Prise Salz, frischem Pfeffer, den Thymianblättchen und dem Olivenöl mit den Händen gleichmäßig vermengen und flach auf dem Blech verteilen. Das Gemüse im Backofen auf der mittleren Schiene 45-60 Minuten rösten. Zwischendurch das Gemüse einmal wenden.

Für den Couscous 400 ml kochendes Wasser mit einer kräftigen Prise Salz würzen. Die Butter im Wasser schmelzen. Den Couscous in eine große Schüssel füllen und mit dem heißen Salzwasser aufgießen, dann 10 Minuten quellen lassen.

Die Minze waschen, trockenschütteln und in feine Streifen schneiden.

Minze mit der Zitronenschale unter den Couscous mengen.

Für den Kräuter-Zitronen-Dip den Sauerrahm in eine große Schüssel füllen.

Minze und Basilikum waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen und feinhacken. Knoblauch schälen.

Kräuter zum Sauerrahm geben, Knoblauchzehe hineinreiben und mit Salz, Zitronenschale und Zitronensaft verrühren.

Zum Servieren den Couscous auf vier Teller verteilen, das Sommergemüse darauf verteilen und jeweils mit einem Klecks Kräuter-Zitronen-Dip und nach Belieben mit leuchtenden Kräuterblüten servieren.

Theresa Baumgärtner am 01. Juli 2019

Offene Lasagne mit Burrata, Oliven- Artischocken-Ragout

Für 4 Personen

Für das Artischockenragout:

3 Zweige Rosmarin	3 Zweige Thymian	500 ml Geflügelfond
180 ml Zitronensaft	200 ml Weißwein	Meersalz
Pfeffer	1 Knoblauchzehe	4 große Artischocken
Speisestärke	60 ml hochwertiges Olivenöl	1 Tomate
50 g Taggiasca Oliven	5 Zweige glatte Petersilie	30 g geröstete Pinienkerne

außerdem:

500 g Burrata	Salz, Pfeffer	8 Nudelplatten
---------------	---------------	----------------

Für den Kochfond Rosmarin und Thymian abspülen, trockenschütteln und mit Fond, 80 ml Zitronensaft, Weißwein, etwas Salz und Pfeffer in einen Topf geben, aufkochen.

Knoblauch schälen, andrücken und zugeben. Bei schwacher Hitze ca. 15 Minuten sacht köcheln lassen.

In der Zwischenzeit 100 ml Zitronensaft und 900 ml kaltes Wasser mischen. Die Artischocken putzen, sodass nur noch die zarten Böden übrig bleiben. Böden ins Zitronenwasser einlegen.

Den Kräuterfond durch ein feines Sieb in einen Topf passieren, aufkochen. Die Artischockenböden abtropfen lassen und im Fond weich garen.

Artischocken abtropfen lassen und grob würfeln. Den Fond auf etwa die Hälfte einkochen (reduzieren).

Den Backofen auf 60 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Den Burrata salzen, pfeffern und mit Folie bedeckt im Ofen ca. 10 Minuten leicht temperieren.

Reichlich Salzwasser aufkochen. Die Nudelplatten darin mit noch leichtem Biss garen.

Den Artischockenfond erhitzen. Speisestärke und etwas Wasser anrühren. Den Fond damit abbinden, sodass er sämig wird. Olivenöl untermixen.

Tomate überbrühen, abziehen, entkernen und in feine Würfel schneiden. Oliven entkernen und hacken.

Petersilie abspülen, trocken schütteln, abzupfen und ebenfalls hacken.

Artischockenwürfel, Oliven, Tomaten, Pinienkerne und Petersilie unter den Fond mischen, abschmecken.

Zum Anrichten jeweils etwas Burrata, Artischockenragout und Nudelplatten in einen tiefen Teller schichten.

Philipp Stein am 16. Juli 2019

Oliven-Gnocchi mit Spinat-Soße

Für 4 Personen

1 kg Kartoffeln, mehlig	Salz	100 g Oliven, gemischt
2 Eier	Kartoffelstärke	300 g Spinat
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl
150 g Sahne	2 EL Pinienkerne	50 g Parmesan
2 EL Butter		

Die Kartoffeln in Salzwasser kochen, abgießen, ausdämpfen lassen und pellen.

Währenddessen Oliven fein hacken.

Kartoffeln warm durch die Presse drücken, mit den Eiern, den gehackten Oliven, etwas Salz und so viel Kartoffelstärke wie nötig zu einer formbaren Masse verarbeiten. Aus der Masse Rollen formen, in zwei Zentimeter lange Stücke schneiden und mit einer Gabel Rillen hineindrücken.

Gnocchi in reichlich kochendem Salzwasser garen, bis sie an die Wasseroberfläche steigen. Mit einer Schaumkelle aus dem Kochwasser heben und abtropfen lassen.

Den Spinat verlesen, waschen und gut abtropfen lassen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden.

In einem Topf Olivenöl erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin anschwitzen. Spinat zu geben und zusammenfallen lassen. Mit Sahne auffüllen und etwas köcheln lassen. Dann mit einem Pürierstab zu einer Sauce mixen.

Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett rösten.

Parmesan grob raspeln.

Gnocchi in einer Pfanne mit heißer Butter warm schwenken. Auf vorgewärmten Tellern mit der Spinatsauce anrichten. Pinienkerne und Parmesan überstreuen.

Jacqueline Amirfallah am 11. Dezember 2019

Parmesan-Knödel mit Rote-Bete-Mangold-Ragout

Für 4 Personen

Für die Parmesanknödel:

100 g Kastenweißbrot ohne Rinde	50 g Butter	100 g Parmesan
250 g Topfen (oder Magerquark)	2 Eier	Salz
Pfeffer	1 Prise Muskatnuss	

Für das Gemüse-Ragout:

400 ml Rote Bete Saft	400 ml Blutorangensaft	1 Zimtstange
1 Lorbeerblatt	1 rote Zwiebel	200 g roter Mangold
200 g Rote-Bete	2 EL Butter	Salz
1 Spritzer Brombeeressig	Chilipulver	

Für die Nuss-Schmelze:

30 g Haselnüsse	3 EL Butter
-----------------	-------------

Das Toastbrot fein reiben oder in einem Cutter zerbröseln.

Die Butter in einem Topf bräunen. Parmesan fein reiben.

In einer Schüssel Brotbrösel, braune, Butter, Parmesan, Topfen und Eier gut verkneten und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Masse 10 Minuten ruhen lassen.

Rote Bete Saft und den Blutorangensaft mit Zimtstange und Lorbeerblatt in einen Topf geben und aufkochen.

Die Zimtstange entwickelt ein ganz besonderes Aroma, wenn man sie mit einem Küchenbunsenbrenner etwas abflämmt, bevor sie in den Topf kommt.

Die Zwiebel schälen, fein würfeln und ebenfalls in den Topf geben. Die Flüssigkeit bei mittlerer Hitze zur Hälfte einkochen.

Den Mangold gut waschen, die Stiele in schräge Scheiben und das Blattgrün in feine Streifen schneiden.

Die Rote Bete waschen, schälen und würfeln.

Für die Knödel einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Aus der Parmesan-Topfen-Masse Knödel formen und diese ins leicht kochende Salzwasser legen, die Temperatur herunterschalten und die Knödel solange ziehen lassen, bis diese nach oben gestiegen sind.

Zwei Pfannen jeweils mit etwas Butter erhitzen, jeweils Mangoldstiele und Rote Bete darin andünsten, mit Salz würzen.

Aus der zur Hälfte eingekochten Saftmischung Lorbeerblatt und Zimtstange entfernen und gebratenes Gemüse zugeben. Das Ragout mit Brombeeressig, Salz und Chilipulver abschmecken.

Für die Schmelze die Haselnüsse fein hacken.

Die Butter in einer Pfanne goldbraun schmelzen und die Haselnüsse unterrühren.

Das Gemüse-Ragout nochmal aufkochen, Mangoldgrün untermischen.

Die gegarten Knödel aus dem Kochfond nehmen und gut abtropfen.

Das Ragout in tiefen Tellern anrichten, die Knödel daraufsetzen und mit etwas Nuss-Schmelze beträufeln.

Michael Kempf am 03. September 2019

Pastete mit Maronen und Süßkartoffeln

Für 4 Personen

Für den Teig:

240 g Dinkelmehl, Type 630 3/4 TL Salz 170 g kalte Butter
5 EL Wasser, eisgekühlt

Für die Füllung:

700 g Süßkartoffeln 3 EL Olivenöl 1 TL Currypulver
200 g Maronen 1 Zwiebel 1 Knoblauchzehe
5 getrock. Aprikosen 1 EL Balsamico 1,5 TL Salz
1 TL Kreuzkümmel, gemahlen Pfeffer 1 Ei

zusätzlich:

Butter Dinkelmehl 1 Zimtstange
1 Eigelb 1 EL Milch

Für den Teig die Hälfte des Mehls und das Salz in eine Schüssel geben. Die kalte Butter in Würfel schneiden und mit dem Mehl rasch zu Streuseln vermischen. Das geht einfach mit der Hand, jedoch auch mit der Küchenmaschine.

Das restliche Mehl dazugeben und mit den Streuseln vermischen. Zuletzt 5 EL eisgekühltes Wasser hinzufügen und alles rasch zu einem glatten Teig verkneten.

Den Teig zu einer Kugel formen, in eine Schüssel geben und zugedeckt mindestens 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Inzwischen für die Füllung den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Die Süßkartoffeln schälen, waschen, abtropfen lassen und in etwa 2 cm große Würfel schneiden. Süßkartoffelwürfel auf einem Backblech verteilen, mit 2 EL Olivenöl beträufeln, vermengen und mit Curry bestreuen. Süßkartoffeln im vorgeheizten Backofen ca. 25 Minuten weich garen, dann etwas abkühlen lassen.

Die Maronen zunächst mit einem Messer grob hacken, dann in einen Multimixer geben und fein hacken.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein schneiden. Die Aprikosen würfeln.

Restliches Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin anschwitzen. Aprikosen hinzufügen und alles mit Balsamico ablöschen.

Die Pfanne vom Herd nehmen und die gedünsteten Zwiebeln zusammen mit den Süßkartoffeln und Maronen in eine Schüssel geben. Salz, Kreuzkümmel und Pfeffer zugeben und alles gut miteinander vermengen. Zuletzt das Ei gut untermischen.

Den Backofen auf 180 Grad Umluft eingeschaltet lassen.

Eine Springform (Ø 20 cm) mit etwas Butter austreichen oder mit Backpapier auslegen.

Den gekühlten Teig halbieren. Eine Teighälfte auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche etwa 3 mm dünn rund ausrollen. Die Backform damit auslegen, dabei den Teig am Rand hochziehen. Teigboden mit einer Gabel mehrfach einstechen.

Die Süßkartoffelmasse auf dem Teig in der Backform verteilen.

Die zweite Teighälfte ebenfalls dünn rund ausrollen. Daraus einen Kreis von 20 cm Durchmesser ausschneiden. Als Deckel auf die Pastetenfüllung legen. In die Mitte ein kleines Loch schneiden und eine Zimtstange als „Schornstein“ hineinstecken. So kann der Dampf während des Garens besser entweichen.

Mit dem übrigen Teig den Deckel der Pastete dekorativ verzieren.

. aus drei Teigstreifen einen Zopf flechten und um den Rand legen oder Blätter oder Sterne ausschneiden und auf den Deckel legen.

Eigelb mit Milch verquirlen. Die Teigoberfläche damit bestreichen. Die Pastete im heißen Backofen auf unterster Einschubleiste ca. 45 Minuten goldbraun backen.

Nach dem Backen die Zimtstange entfernen und die Pastete auf einem Kuchengitter lauwarm abkühlen lassen.

Die Pastete auslösen, in Portionsstücke teilen und z.B. mit einem winterlichen Blattsalat servieren.

Theresa Baumgärtner am 16. Dezember 2019

Persischer Lauch-Pfannkuchen

Für 4 Personen

Für den Pfannkuchen:

800 g Lauch	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
2 EL Walnusskerne	3 EL Butterschmalz	4 Blätter Bockshornklee
$\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kurkuma	100 g Mehl (Type 405)	1 Msp. Backpulver
4 Eier	1 EL Sultaninen	1 EL getrock. Berberitzen
Salz	200 g Schafskäse	1 Romanasalat
1/2 Zitrone (Saft)	Zucker	3 EL Olivenöl

Für die Joghurtsauce:

1 Gurke	Salz	frische Minze
400 g griech. Joghurt	gemahlener Kreuzkümmel	

Lauch putzen, waschen, abtropfen lassen und klein schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken. Walnüsse grob hacken.

In einer Pfanne etwas vom Butterschmalz erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Lauch zugeben und mit anbraten.

Bockshornkleeblätter und Kurkuma zugeben und alles kurz weiter braten.

Das Mehl und Backpulver mischen und sieben.

Die Eier kräftig aufschlagen und das Mehl einrühren. Weiterschlagen, bis sich alles gut miteinander vermischt hat. Dann nacheinander Lauch, Walnüsse, Sultaninen und Berberitzen untermischen. Mit etwas Salz würzen.

Den Schafskäse grob würfeln und unter die Masse heben.

Das restliche Butterschmalz in einer hohen beschichteten Pfanne erhitzen. Die Masse in die Pfanne geben, sodass die Pfanne etwa 3 cm hoch gefüllt ist.

Den Lauch-Pfannkuchen bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten zugedeckt braten, bis die Oberfläche leicht stockt.

Die Pfannkuchen-Masse vorsichtig auf einen flachen Teller oder Pfannendeckel stürzen. Mit der ungebackenen Seite wieder in die Pfanne gleiten lassen.

Pfannkuchen etwa 7 Minuten fertig braten.

Den Pfannkuchen ca. 20 Minuten auskühlen lassen.

Währenddessen die Gurke schälen oder waschen und trockenreiben. Die Gurkenraspel mit etwas Salz mischen und etwas ziehen lassen, bis reichlich Wasser austritt. Gurkenraspel ausdrücken.

Minze waschen, trocken schütteln, abzupfen und hacken. Minze und Gurke unter den Joghurt rühren. Mit Kreuzkümmel und Salz abschmecken.

Salat putzen, in Blätter teilen, waschen und abtropfen lassen.

Zitronensaft, Salz, Zucker und Olivenöl zu einem Dressing verquirlen. Den Salat in mundgerechte Stücke schneiden und mit dem Dressing mischen.

Den Pfannkuchen in Stücke schneiden und mit Joghurtsauce und Salat anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 23. Oktober 2019

Pfannkuchen mit Pilzfüllung und Endivien-Salat

Für 4 Personen

Für den Salat:

1 Endiviensalat	1/2 Bund Schnittlauch	3 EL Weißweinessig
2 TL scharfer Senf	50 ml Olivenöl	Salz
Pfeffer	1 Prise Zucker	

Für die Pfannkuchen:

250 g Mehl	350 ml Milch	3 Eier
Salz	1 EL flüssige Butter	Butterschmalz

Für die Pilze:

300 g Speisepilze	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
40 g Butter	Salz	Pfeffer
300 ml Gemüsebrühe	1 TL Speisestärke	200 g Sahne
3 Zweige Liebstöckel	3 Zweige glatte Petersilie	

Den Endiviensalat putzen, waschen, gut abtropfen lassen und klein schneiden.

Für die Pfannkuchen Mehl, Milch, Eier und eine Prise Salz gut miteinander verrühren. Zuletzt flüssige Butter untermischen.

Den Backofen auf 80 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. 4. Aus dem Teig in einer Pfanne mit etwas Butterschmalz nach und nach dünne Pfannkuchen ausbacken.

Die gebackenen Pfannkuchen im vorgeheizten Ofen warmhalten.

Die Pilze ggf. abbürsten, putzen und dann in Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden.

In einer Sauteuse Butter erhitzen und die Zwiebel darin glasig andünsten. Knoblauch und die Pilze zugeben und alles anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Mit der Gemüsebrühe ablöschen. Die Stärke mit 1 EL Wasser glatt verrühren, unter die Pilze mischen, sacht köchelnd leicht abbinden lassen.

Liebstöckel und Petersilie abrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Die Sahne halbfest aufschlagen und zu den Pilzen geben, die Kräuter untermischen.

Für das Salatdressing den Schnittlauch abrausen, trocken schütteln und fein schneiden. Aus Essig, Senf, Olivenöl, etwas Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker ein Dressing rühren.

Den Salat mit dem Dressing anmachen und den Schnittlauch untermischen

Die Pfannkuchen mit dem Pilzragout füllen und servieren. Dazu den Salat reichen.

Vincent Klink am 12. September 2019

Pfifferling-Tartelettes mit Aprikosen und Roquefort

Für 4 Personen

Für den Teig:

200 g mehligk. Kartoffeln	Salz	100 g kalte Butter
200 g Mehl	2 Eier	Pfeffer
1 Prise Muskat		

Für die Füllung:

60 g Zucker	60 g Wasser	3 Aprikosen
100 g Schmand	3 Eigelb	Salz
Pfeffer	1 kleine Zwiebel	1 TL Butter
50 g Roquefort		

Für die Pfifferlinge:

200 g frische Pfifferlinge	1 kleine Zwiebel	1/2 Knoblauchzehe
3 Stängel glatte Petersilie	Butterschmalz	Salz

Für den Teig die Kartoffeln waschen und mit der Schale in leicht gesalzenem Wasser weichkochen (wichtig: nicht zu weich kochen, sonst werden sie matschig).

Den Backofen auf 60 Grad Ober- Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln abschütten, pellen, etwas zerdrücken und kurz im Ofen (bei 60 Grad) ausdampfen lassen. Dann die Kartoffel durch eine Kartoffelpresse drücken.

Butter in kleine Würfel schneiden.

In einer Schüssel gepresste Kartoffeln, Mehl, Butterwürfel, Eier, 1 Prise Salz, Pfeffer und Muskat schnell und gründlich zu einem Teig vermengen. Diesen zugedeckt ca. 1 Stunde kaltstellen.

Für die Füllung Zucker und Wasser in einen Topf geben, aufkochen und ein paar Minuten köcheln lassen.

Die Aprikosen waschen, halbieren, entsteinen und in Spalten schneiden. Je nach Süße und Festigkeit die Aprikosenspalten im Zuckersirup weichkochen.

Den Schmand und Eigelbe verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zwiebel schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden.

Vier Tartelettformen von je 10 cm Durchmesser leicht ausbuttern. Den Backofen auf 150 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Den Kartoffelteig portionsweise auf der bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und die vorbereiteten Formen damit auslegen. Zunächst den Teig ca. 15 Minuten backen, bis er knusprig braun ist.

Dann die Böden vorsichtig aus den Formen nehmen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und den Ei-Schmand auf die Böden geben und verteilen, die Zwiebelringe darauflegen. Alles nochmals ca. 8 Minuten in den Ofen schieben.

Sobald die Schmandmasse gestockt ist, die Aprikosenspalten und den Roquefort in kleinen Stücken darauf verteilen und den Käse im Ofen leicht anschmelzen lassen.

Die Pfifferlinge gut putzen, vorsichtig waschen und gut abtrocknen.

Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Knoblauch schälen.

Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen, die Zwiebel darin anschwitzen. Dann die Pfifferlinge dazugeben und anbraten, mit Salz und etwas frisch geriebenem Knoblauch würzen. Petersilie untermischen.

Die gebratenen Pfifferlinge auf den Tartelettes verteilen und servieren. Dazu passt Blattsalat mit Balsamico-Vinaigrette.

Karen Hegar am 30. Juli 2019

Pfifferling-Tomaten-Salat

Für 4 Personen

400 g frische Pfifferlinge	2 Schalotten	1 EL Butter
Salz	6 reife Tomaten	1 Bund Schnittlauch
150 g Ziegenfrischkäse	1 Spritzer Zitronensaft	2 EL weißer Balsamico
3 EL Olivenöl	Pfeffer	

Von den Pfifferlinge die Stielansätze abschneiden, die Pilze mit einem Pinsel gut putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Tipp: Schneller geht das Putzen, wenn man von den Pfifferlingen lediglich die Stielansätze abschneidet, dann in eine Schüssel gibt und mit ca. 2-3 EL Mehl vermengt. Das Mehl bindet den Schmutz und Sand an den Pilzen. Die Pilze in ein Sieb geben, unter fließendem Wasser abspülen und auf einem sauberen Küchentuch trocken tupfen.

Schalotten schälen und fein schneiden.

In einer Pfanne mit Butter die Schalotten anschwitzen, die Pfifferlinge zugeben und anbraten. Wenn die Pilze kein Wasser mehr abgeben, salzen, aus der Pfanne nehmen und kalt stellen.

Tomaten einritzen, kurz in kochendes Wasser geben, abschrecken und die Haut abziehen. Tomaten vierteln, entkernen und würfeln.

Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Ziegenkäse mit der Hälfte vom Schnittlauch glatt rühren und mit Salz und Zitronensaft abschmecken.

Balsamico und Öl in einer Schüssel vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gebraute Pfifferlinge, Tomatenwürfel und restlichen Schnittlauch zugeben und locker vermischen.

Pfifferling-Tomaten-Salat auf Teller geben, vom Ziegenkäse Nocken abstechen und diese neben den Salat setzen.

Sören Anders am 12. Juli 2019

Pilz-Kartoffel-Pfanne mit Munster-Käse

Für 4 Personen

150 g Zwiebeln	1 Knoblauchzehe	500 g Steinchampignons
300 g kleine längliche Kartoffeln	1 EL Olivenöl	40 ml geräuchertes Olivenöl
Meersalz	Pfeffer	1/2 Bund glatte Petersilie

140 g Munster-Käse

Für die Vinaigrette:

30 ml Tomatenessig	90 ml Olivenöl etwas Salz	Pfeffer
1 Prise Zucker		

Für Salat und Garnitur:

Feld- oder Friseesalat	1 Bund Kerbel	1 Bund Schnittlauch
------------------------	---------------	---------------------

Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln in ca. 1 cm lange und 2 mm feine Streifen schneiden. Champignons putzen, eventuell noch anhängenden Sand mit einem Küchenpapier abreiben. 300 g Pilze in Stücke schneiden.

Kartoffeln gründlich unter fließendem Wasser abbürsten, nach Belieben schälen und in Stifte schneiden.

Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Zwiebelstreifen und Knoblauch darin leicht andünsten. Die Kartoffeln zugeben und alles bei schwacher bis mittlerer Hitze unter Wenden ca. 10 Minuten weiterbraten, bis die Kartoffeln knapp gegart sind. 5. Geschnittene Champignons und etwas geräuchertes Olivenöl unter die Kartoffeln mischen und 5 Minuten weiter braten. Mit Salz und weißem Pfeffer aus der Mühle würzen.

Währenddessen restliches geräuchertes Olivenöl in einer weiteren Pfanne erhitzen. Die restlichen Pilze darin kurz andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

Für die Vinaigrette Essig und Öl gründlich verquirlen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Salat verlesen, waschen und gründlich abtropfen lassen oder trockenschleudern. Blätter ggf. in mundgerechte Stücke zupfen. Kräuter waschen, trocken schütteln. Kerbel abzupfen. Schnittlauch in Röllchen schneiden. Salat, Kräuter und Vinaigrette mischen.

Den Munsterkäse in etwa 0,5 cm feine Würfel schneiden und unter die heißen Kartoffeln heben. Kartoffelmix mit Hilfe eines Garnierings auf Tellern anrichten. Salat und gebratene Pilze auf dem Kartoffelmix verteilen, mit Petersilie bestreuen. Extra-Tipp: Statt mit geräuchertem Olivenöl zubereitet, können die angebratenen Kartoffeln auch mit einer Räucherpistole (sogenannte „Smoking-Gun“) und 1 EL Earl-Grey Tee ca. 20 Minuten in einem verschlossenen Gefäß geräuchert werden. Anschließend den Käse unter die noch warmen Kartoffeln heben und wie im Rezept beschrieben anrichten.

Jörg Sackmann am 29. Oktober 2019

Pizza

Für 4 Personen

Für den Teig:

425 g Weizenmehl (550)	75 g Hartweizengrieß	20 g Hefe
250 ml kaltes Wasser	2 EL Olivenöl	1 TL Salz
Olivenöl	Mehl	

Für die Tomatensauce:

600 g Tomaten	1 kleine Zwiebel	2 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl	1 Zweig Rosmarin	2 Zweige Thymian
Salz	etwa Pfeffer	

Für den Belag:

300 g Mozzarella	150 g ital. Hartkäse	1 Bund Basilikum
Pfeffer		

Für den Pizzateig Mehl, Hartweizengrieß, Hefe, Wasser, Olivenöl und Salz in die Knetschüssel der Küchenmaschine geben und 10 Minuten langsam, dann noch 5 Minuten schnell kneten. Wichtig der Teig darf nicht zu warm werden. Wenn er sich gut vom Kesselrand löst und einen leichten matten Glanz hat, ist er fertig.

Den Teig in eine große Schüssel geben, mit einem Küchentuch abdecken und 1 Stunde ruhen lassen.

Den geruhten Teig in Teigstücke von ca. 150 g aufteilen, diese Teigstücke rund wirken.

Ein Backblech dünn mit Öl bepinseln und die Teiglinge darauf setzen, mit einem Küchentuch abdecken und nochmal ca. 45 Minuten ruhen lassen.

Für die Tomatensauce die Tomaten am Stielansatz einritzen, kurz im heißen Wasser blanchieren und anschließend häuten. Die Tomaten vierteln, nach Belieben die Kerne austreichen.

Zwiebel und Knoblauch schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 2 EL Olivenöl anschwitzen, die Tomaten zugeben und aufkochen.

Thymian und Rosmarin abrausen, trocken schütteln und zu den Tomaten geben, mit Salz und Pfeffer würzen und alles ca. 45 Minuten ganz leicht köcheln lassen.

Dann die Kräuterzweige entfernen und die Tomatensauce mit einem Pürierstab gut mixen.

Einen Backofen mit Backstein auf 220 Grad vorheizen.

Die gegangenen Teigstücke dünn ausrollen und mit der Tomatensauce bestreichen. Tipp: Die Pizza kann natürlich nach Wunsch zusätzlich z.B. mit Schinken, Champignonscheiben, Paprikastreifen, Oliven usw. belegt werden.

Mozzarella in Scheiben schneiden, Provolone fein reiben.

Beide Käse auf der Pizza verteilen. Pizza auf einen Holzschieber setzen, direkt auf den Backstein schieben und ca.10-15 Minuten backen. Der Boden und der Rand sollten knusprig braun sein.

In der Zwischenzeit Basilikum abrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Pizza aus dem Ofen nehmen, mit Pfeffer bestreuen und mit Basilikumblättchen bestreuen und genießen. Tipp: Man kann auch auf die gebackene Pizza noch Ruccola, Parmaschinken oder geschnetzelten und gebratenen Lammrücken geben.

Sören Anders am 09. August 2019

Rahm-Penne mit Brokkoli

Für 4 Personen

700 g Brokkoli	Salz	2 Bio-Zitronen
2 Zwiebeln	350 g Rigatoni	2 EL Olivenöl
300 g Crème-fraîche	Pfeffer	1 Bund Petersilie
1 Bund Schnittlauch	Butter	30 g abgezogene Mandelkerne

Brokkoli putzen, Röschen abschneiden und fein zerteilen. Stiele mit einem Sparschäler schälen und beiseite stellen. Reichlich leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Brokkoliröschen darin kurz knackig garen. Abgießen, in kaltem Wasser abschrecken und dann abtropfen lassen.

Zitronen heiß waschen, trockenreiben. Die Schale fein abreiben. Von einer Zitrone den Saft auspressen.

Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden.

Pasta nach Packungsanleitung in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen.

Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten.

Blanchierten Brokkoli zu den Zwiebeln geben und ca. 3 Minuten mit andünsten. Zitronenschale zugeben.

Dann Crème fraîche vorsichtig einrühren. Mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie und Schnittlauch kalt abspülen, trocken schütteln und fein schneiden.

Die Brokkolistiele in feine Scheiben hobeln. In einer Pfanne Butter erhitzen und die Scheiben kurz andünsten, leicht salzen.

Kräuter kurz vor dem Servieren unter die Sauce heben.

Pasta abgießen, abtropfen lassen, zur Sauce geben und untermischen.

Pasta und Sauce anrichten, die gebratenen Brokkolistiele darüber geben und mit Pfeffer aus der Mühle würzen. Die Mandeln mit einer feinen Reibe darüber hobeln und alles servieren.

Sören Anders am 25. Oktober 2019

Rahm-Pfifferlinge mit Crêpe

Für 4 Personen

Für die Crêpes:

100 g Mehl	250 ml Milch	2 Eier
50 g flüssige Butter	1 Prise Salz	Butterschmalz

Für die Pfifferlinge:

2 Schalotten	1/2 Bund glatte Petersilie	400 g Pfifferlinge
2 EL Butter	1 TL Mehl	100 ml Weißwein
250 ml Sahne	Salz	Pfeffer

Für die Crêpes Mehl mit Milch, den Eiern und der flüssigen Butter gut verrühren. Mit einer Prise Salz den Teig würzen und 30 Minuten quellen lassen.

Schalotten schälen und fein schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Von den Pfifferlinge die Stielansätze abschneiden, die Pilze mit einem Pinsel gut putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Tipp: Schneller geht das Putzen, wenn man von den Pfifferlingen lediglich die Stielansätze abschneidet, dann in eine Schüssel gibt und mit ca. 2-3 EL Mehl vermengt. Das Mehl bindet den Schmutz und Sand an den Pilzen. Die Pilze in ein Sieb geben, unter fließendem Wasser abspülen und auf einem sauberen Küchentuch trocken tupfen. In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen und nach und nach aus dem Teig dünne Crêpes ausbacken. Die Crêpes auf einen Teller geben und im Backofen bei 60 Grad Ober- und Unterhitze warm halten.

Für die Rahmpfifferlinge die Schalotten in einer Pfanne mit Butter anschwitzen, die Pilze dazu geben, kurz anbraten und mit Mehl bestäuben.

Mit Weißwein ablöschen, Sahne dazugeben und unter ständigem Rühren einige Minuten kochen lassen. Petersilie untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rahmpilze mit den Crêpes servieren. Tipp: Die Rahmpfifferlinge passen auch gut zu Pasta oder Semmelknödeln

Sören Anders am 12. Juli 2019

Ratatouille mit Reis-Talern

Für 4 Personen

Für die Taler:

150 g Langkornreis	300 ml Gemüsebrühe	1 Lorbeerblatt
2 Gewürznelken	3 Eier	125 ml Milch
3 EL Mehl	1 TL Ras-el-Hanout	1 TL Kurkumapulver
1,5 TL getrocknete Minze	1 EL Korinthen	2 Lauchzwiebeln
150 g schnittfester Käse	Salz	Pfeffer
Muskatnuss	Olivenöl	

Für das Ratatouille:

150 g rote Paprika	150 g gelbe Paprika	350 g Auberginen
350 g Zucchini	2 Schalotten	2 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl	3 EL Tomatenmark	1 TL Paprikapulver
2 TL Kreuzkümmel, gemahlen	1 Prise Chilipulver	300 ml Gemüsebrühe
1 EL Honig	Salz	Pfeffer

zusätzlich:

150 g Sahnejoghurt	2 EL grob gehackte Pistazien	frische Minze, Koriander
--------------------	------------------------------	--------------------------

Reis mit der Gemüsebrühe, Lorbeerblatt und Gewürznelken in einen Topf geben und nach Packungsanweisung garen. Dann etwas abkühlen lassen.

Eier mit Milch und Mehl in einer Schüssel verrühren. Ras-el-Hanout, Kurkuma, getrocknete Minze und Korinthen unterrühren.

Lauchzwiebel waschen, putzen und klein schneiden. Käse grob reiben.

Lauchzwiebeln, 2/3 vom geriebenen Käse, Korinthen und gekochtem Reis unter die Eiermilch rühren. Mit Salz, Pfeffer und frisch geriebener Muskatnuss würzen. Ca. 15 Minuten ruhen lassen, dabei einige Male umrühren.

Paprikaschoten, Auberginen und Zucchini waschen. Paprikaschoten halbieren, das Kerngehäuse entfernen und Paprika in kleine Würfel schneiden. Von Aubergine und Zucchini jeweils die Enden abschneiden und das Gemüse in kleine Würfel schneiden.

Schalotten und Knoblauch schälen und beides fein hacken.

Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen, Gemüse, Schalotten und Knoblauch darin anbraten. Tomatenmark dazugeben und kurz anrösten. Paprikapulver, Kreuzkümmel und s Chilipulver dazugeben. Mit Gemüsebrühe ablöschen und bei kleiner Hitze zugedeckt ca. 15 Minuten garen. Mit Honig, Salz und Pfeffer abschmecken.

Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Für die Reis-Taler etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Mit einem Eisportionierer Reisteighäufchen hineinsetzen und beidseitig jeweils ca. 2 Minuten anbraten, bis sie leicht gebräunt sind.

Die Taler auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit restlichem Käse bestreuen. Im Ofen warm halten.

Die Taler mit Ratatouille, einem Klecks Joghurt und Pistazien servieren. Nach Belieben mit Minze- und Korianderblättchen garnieren. Tipp: Die Reis-Käsetaler können auch mit einem Rest gekochten Reis (ca. 300 g) zubereitet werden.

Christina Richon am 12. August 2019

Rosenkohl-Ragout mit Schupfnudeln

Für 4 Personen

Für die Schupfnudeln:

600 g Kartoffeln, mehlig	Salz	4 Eigelb
100 g Mehl	Pfeffer	1 Prise Muskat
2 EL Butter		

Für das Rosenkohlragout:

800 g Rosenkohl	Salz	2 Schalotten
1 EL Butterschmalz	1 TL Mehl	150 ml Sahne
100 ml Milch	100 ml Gemüsebrühe	Pfeffer
1 Prise Muskat	60 g Bergkäse	

Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen.

Die gekochten Kartoffeln abschütten, dann im Topf auf die noch heiße Herdplatte stellen und gut ausdampfen lassen.

Heiße Kartoffeln durch die Presse drücken, rasch die Eigelbe untermengen und Mehl untermischen. Die Kartoffelmasse mit Pfeffer, Salz und Muskat würzen.

Aus der Masse mit leicht bemehlten Händen Schupfnudeln, ähnlich wie kleine Zigarren, formen. Die Schupfnudeln im siedenden Salzwasser ein paar Minuten ziehen lassen, herausnehmen und abtropfen lassen.

Rosenkohl putzen, die äußeren, beschädigten Blätter entfernen. Den Strunkansatz kreuzweise einschneiden und die Röschen im kochenden Salzwasser ca. 5 Minuten garen. Rosenkohl abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Die Schalotten schälen und würfeln.

In einem Topf Butterschmalz erhitzen, Schalotten darin anschwitzen. Rosenkohl zugeben, mit Mehl bestäuben und kurz anschwitzen.

Unter Rühren mit Sahne, Milch und Gemüsebrühe ablöschen, aufkochen und kurz leicht köcheln lassen. Rosenkohlragout mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

In einer Pfanne Butter erhitzen und die Schupfnudeln darin rundum warm schwenken.

Käse grob reiben.

Schupfnudeln mit Rosenkohlragout anrichten, mit Käse bestreuen und servieren.

Vincent Klink am 05. Dezember 2019

Rote Bete

Für 4 Personen

Für das Carpaccio:

2 Rote Bete 2 Gelbe Bete Meersalz, Zucker

Für die Orangen-Olivenöl-Emulsion:

1 EL Zucker 5 EL trockener Weißwein 100 ml Orangensaft
1 Kardamomkapsel 1 Gewürznelke 100 ml Olivenöl
1 Orange Meersalz Kresse

Für den Rote Bete-Quark:

$\frac{1}{4}$ Rote Bete 200 g Speisequark 1 TL Leinöl
Meersalz Pfeffer

Für das Carpaccio die Bete-Knollen schälen und getrennt in feine Scheiben schneiden oder hobeln. Jeweils mit etwas Meersalz und 1 Prise Zucker bestreuen und 20 Minuten ziehen lassen.

Für die Orangen-Olivenöl-Emulsion den Zucker in einer kleinen Pfanne karamellisieren. Karamell mit Wein ablöschen und unter Rühren lösen.

Orangensaft, Kardamom und die Gewürznelke dazugeben. Einmal aufkochen lassen. Dann Kardamom und Gewürznelke wieder entfernen.

Das Olivenöl nach und nach mit dem Stabmixer unter den Fond mixen.

Die Orange großzügig schälen, sodass auch die weiße Haut mit entfernt wird. Die Filets zwischen den einzelnen Trennhäuten ausschneiden und etwas zerpflücken.

Orangenstückchen unter die Olivenölemulsion mischen und mit etwas Meersalz abschmecken.

Die marinierten Bete-Scheiben abwechselnd dachziegelartig auf Tellern anrichten. Die Orangen-Olivenöl-Emulsion überträufeln. Nach Belieben mit Kresse oder Kräuterblättern garnieren.

Für den Quark die rote Bete schälen und auf einer feinen Reibe in den Quark hobeln. Alles gründlich verrühren. Mit Leinöl, Salz und Pfeffer abschmecken.

Carpaccio und Bete-Quark anrichten. Dazu passt z. B. herzhaftes Nussbrot.

Andreas Schweiger am 11. Oktober 2019

Rucola-Risotto mit frittiertem Ei

Für 4 Personen

Für das Risotto:

1 Bund Rucola	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
2 Stangen Staudensellerie	2 EL Olivenöl	200 g Risottoreis
80 ml trockener Wermut	80 ml trockener Weißwein	800 ml Gemüsebrühe
150 g Parmesan	1 EL kalte Butter	50 g Ricotta
Salz	Pfeffer	2 EL Zitronen-Olivenöl

Für die Eier:

300 ml Pflanzenöl	4 frische Eier	Salz, Pfeffer
-------------------	----------------	---------------

Für den Risotto Rucola abspülen, trockenschleudern, grob zerzupfen und beiseitestellen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Staudensellerie waschen und ebenfalls fein würfeln.

In einem Topf Olivenöl erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin farblos andünsten.

Den Reis zugeben und anschwitzen. Mit Wermut und Weißwein ablöschen und die Flüssigkeit einkochen lassen.

In der Zwischenzeit die Brühe in einem Topf aufkochen.

Nach und nach etwas heiße Brühe zum Reis gießen und unter Rühren einkochen lassen.

Parmesan fein reiben.

Sobald der Reis gar ist, aber noch guten Biss hat, die kalte Butter und 2/3 vom Parmesan unterrühren und den Risotto cremig binden.

Zum Schluss Ricotta und Rucola untermengen und den Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Eier in einem Topf Pflanzenöl auf 180 Grad erhitzen.

Ein Ei in eine Kelle schlagen und vorsichtig in das heiße Öl gleiten lassen. Ca. 30 Sekunden fritieren, mit einem Schaumlöffel herausnehmen und kurz abtropfen lassen. Auf die gleiche Weise die weiteren Eier zubereiten.

Die frittierten Eier mit Salz und Pfeffer bestreuen.

Den Risotto in tiefen Tellern anrichten, mit restlichem Parmesan und grob gemahlenem Pfeffer bestreuen. Jeweils ein Ei mittig daraufsetzen, mit Zitronen-Olivenöl beträufeln und servieren.

Christian Henze am 23. Juli 2019

Safran-Reis mit Trauben und Ei aus dem Ofen

Für 4 Personen

Für den Safranreis:

2 EL Korinthen	450 ml Gemüsebrühe	250 g Langkornreis
50 g Parmesan	2 Schalotten	1 Bio-Zitrone (Saft, Abrieb)
450 ml heiße Gemüsebrühe	3 EL Olivenöl	1 Mps. Safranfäden
Salz	Pfeffer	Rohrzucker

Für die Ofen-Trauben:

300 g blaue, grüne Weintrauben	2 EL Olivenöl	2 TL Mohnsamen
2 EL Pistazienkerne	1 TL Fenchelsamen	25 g Butter
Pfeffer		

Für die ofengegarten Eier:

4 Eier	Salz	Pfeffer
--------	------	---------

Für den Möhrensalat:

350 g große Möhren	1 Schalotte	10 g frischer Ingwer
3 Stängel frische Minze	3 EL Rapsöl	2 EL Essig
1 TL Worcestersoße	2 TL flüssiger Honig	Salz
Pfeffer	einige Chiliflocken	

außerdem:

4 kleine Gar-Förmchen

Die Korinthen mit heißem Wasser übergießen und quellen lassen. Gemüsebrühe in einen Topf geben und aufkochen. Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Den Reis in einem Sieb mit kaltem Wasser abbrausen und abtropfen lassen.

Parmesan fein reiben. Schalotten abziehen und fein hacken. Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

Reis mit Parmesan, Zitronensaft, -schale, heißer Gemüsebrühe und etwas Olivenöl mischen und in eine ofenfeste Garform (z. B. aus Glas; etwa 1,2 l Inhalt) oder einen Topf geben. Schalotten überstreuen und die Form mit einem passenden Deckel schließen. Reis im heißen Backofen ca. 35 Minuten garen.

Inzwischen Trauben abzupfen, abbrausen und abtropfen lassen. In eine Auflaufform geben.

Olivenöl, Mohnsamen, Pistazienkerne, Fenchelsamen und Butter in Flöckchen auf den Trauben verteilen. Mit Pfeffer würzen. Die Trauben nach etwa 20 Minuten Garzeit mit zum Reis in den Ofen schieben.

Für die Eier jeweils 1 EL Wasser in die kleinen Gar-Förmchen geben. Die Eier aufschlagen und in die Formen geben. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

Die Eier ca. 8 Minuten vor Ende der Garzeit des Reises mit in den Ofen geben und garen. Dabei soll das Eiweiß gegart werden, das Eigelb kann aber noch etwas flüssig bleiben. Wer die Eier durchgegart möchte, lässt sie etwas länger im ausgeschalteten Ofen stehen.

Für den Salat Möhren putzen und schälen. Mit einem Sparschäler in feine Streifen schälen.

Schalotte abziehen und fein hacken, Ingwer schälen und fein reiben.

Minze abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Minze, bis auf einige Blättchen, fein hacken.

Möhrenstreifen mit Schalotte, Ingwer, Öl, Essig, Worcestersoße, Honig und fein gehackte Minzblättchen mischen. Abgetropfte Korinthen dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken würzen.

Safranfäden und 1 Prise Salz fein mörsern. Den Reis aus dem Ofen nehmen, umrühren. 1 EL Olivenöl und gemörserten Safran unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

Die Ei-Förmchen aus dem Ofen nehmen, Eier vorsichtig mit einem Messer aus den Formen lösen. Zitronen-Safranreis, Ofen-Trauben und Möhrensalat auf Tellern anrichten. Das ofenpochierte Ei dazugeben und mit übrigen Minzblättchen garniert servieren.

Christina Richon am 25. November 2019

Sommer-Strudel mit Zitronen-Joghurt

Für 4 Personen

Für den Strudelteig:

500 g Weizenmehl (550)	50 ml Speiseöl	1 Ei
1 Prise Salz	200 ml kaltes Wasser	

Für die Füllung:

600 g Spitzkohl	1 Zwiebel	3 Zweige Thymian
1 Bund glatte Petersilie	50 g Pecorino	3 EL Butterschmalz
Pfeffer	1 Prise Muskat	2 EL Semmelbrösel
60 g Butter	1 Ei	

Für den Dip:

1 Bio-Zitrone	400 g türk. Joghurt (10%)	1/2 rote Chilischote
3 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Der Strudelteig sollte über Nacht ruhen.

Für den Teig Mehl, Speiseöl, Ei, Salz und Wasser in die Rührschüssel geben und mit dem Knet-hacken der Küchenmaschine zu einem glatten Teig kneten. (Der Teig sollte nicht zu lange gerührt werden, er darf nicht zu warm werden!)

Den glatten Teig in eine Schüssel geben und abgedeckt (oder in Frischhaltefolie eingepackt) eine Nacht im Kühlschrank ruhenlassen.

Für die Strudelfüllung Spitzkohl halbieren, den Strunk entfernen. Dann den Kohl sehr fein schneiden oder hobeln.

Die Zwiebel schälen und fein schneiden. Thymian und Petersilie abspülen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Pecorino fein reiben.

In einer Pfanne mit 3 EL Butterschmalz Zwiebel und Kohlstreifen gut anbraten. Thymian untermischen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskat würzen. Die Pfanne vom Herd ziehen, Petersilie, Semmelbrösel und Pecorino untermischen.

Butter in einem Topf schmelzen.

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 2-3 vorheizen).

Den Strudelteig ausrollen dann auf ein großes Küchentuch legen und vorsichtig aus der Mitte heraus möglichst dünn ausziehen.

Die Ränder des ausgerollten Strudelteigs mit verquirltem Ei bestreichen und die Kohlmasse aufstreichen, dabei ringsherum 2 cm frei lassen. Den Teig mit Hilfe des Tuches einrollen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und dünn mit flüssiger Butter bestreichen. Im vorgeheizten Ofen ca. 45 Minuten goldbraun backen.

Für den Zitronenjoghurt die Zitrone heiß abwaschen. Etwas Schale abreiben und unter den Joghurt rühren. Zitronensaft auspressen und mit dem Olivenöl zum Joghurt geben.

Chili waschen, der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und Chili fein schneiden. Chili unter den Joghurt mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Joghurt bis zum Servieren kalt stellen.

Den gebackenen Strudel aufschneiden und mit den Zitronenjoghurt servieren.

Vincent Klink am 01. August 2019

Suppe aus geröstetem Sellerie

Für 4 Personen

Für die Suppe:

700 g Knollensellerie 2 Knoblauchzehen 3 EL Olivenöl
1 TL Salz 250 g Sahne

Für das Topping:

400 ml naturtrüber Apfelsaft $\frac{1}{2}$ Zimtstange 50 g Haselnusskerne (mit Haut)

Zum Garnieren:

einige dünne Apfelscheiben

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Den Sellerie putzen, halbieren, vierteln und schälen. Die Selleriestücke waschen und in 2 cm große Würfel schneiden.

Den Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Mit Sellerie in eine feuerfeste Form legen. Das Olivenöl überträufeln.

Sellerie ca. 30 Minuten im heißen Ofen garen. Nach etwa 20 Minuten die Sellereiwürfel wenden. In der Zwischenzeit für das Topping den Apfelsaft in einen Topf geben, aufkochen und offen bei milder Hitze etwa um die Hälfte einkochen.

Den Topf vom Herd ziehen, die Zimtstange in die Saftreduktion einlegen und ziehen lassen.

Das Gemüse aus dem Ofen nehmen, in einen Topf geben. 1 l kochendes Wasser angießen. Das Salz einstreuen und die Suppe etwa 15 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen.

Inzwischen die Haselnüsse in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett rösten, bis sie intensiv zu duften beginnen.

Die Nüsse auf ein Geschirrtuch geben und mithilfe des Tuches gegeneinander reiben, sodass sich die Schale löst.

Die geschälten Nüsse in Scheiben schneiden oder grob hacken und beiseitestellen.

Die Sahne zur Suppe gießen. Die Zutaten im Fond mit einem Mixstab fein pürieren, bis die Suppe eine cremige Konsistenz hat. Nach Bedarf noch etwas Wasser zugießen. Zum Schluss noch einmal abschmecken.

Die Selleriesuppe in vorgewärmten tiefen Tellern anrichten, jeweils in die Mitte etwas Apfelfond träufeln. Nüsse überstreuen und nach Belieben mit feinen Apfelscheiben garniert anrichten.

Theresa Baumgärtner am 28. Oktober 2019

Vegetarische Lasagne mit fruchtigem Kopfsalat

Für 4 Personen

30 g getrocknete Tomaten	10 g getrocknete Steinpilze	200 g Kirschtomaten
300 g Mini-Zucchini	1 grüne Chilischote	2 milde rote Chilischote
200 g Champignons	3 EL Olivenöl	1 TL Worcestersauce
1 EL Tomatenmark	$\frac{1}{4}$ TL Currypulver	$\frac{1}{4}$ TL Paprikapulver
1 TL Bio-Zitronenschale	Kräutersalz	Pfeffer
2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	2 Stängel Basilikum
50 g Parmesan	250 g Ricotta	$\frac{1}{4}$ TL gemahlene Muskatnuss
300 ml Gemüsebrühe	9 Lasagne-Nudelblätter	125 g Mozzarella

Für den Salat:

1 Kopfsalat	100 g Brombeeren	4 EL Rapsöl
2 EL Himbeeressig	1 TL Senf	2 EL Kräuterblättchen
1 EL Schnittlauchröllchen	Kräutersalz	Rohrzucker
Pfeffer		

Getrocknete Tomaten fein hacken und mit getrockneten Pilzen in einer kleinen Schale mit kochendem Wasser übergießen, ziehen lassen.

Kirschtomaten, Zucchini und Chilischoten waschen und putzen. Champignons putzen. Tomaten, Zucchini und Pilze sehr fein würfeln. Chilis fein hacken.

Alles mit 2 EL Olivenöl, Worcestersauce, Tomatenmark, Curry, Paprika und Zitronenschale vermengen. Mit Kräutersalz und Pfeffer würzen.

Schalotten und Knoblauch schälen und beides sehr fein hacken. Basilikumblättchen fein schneiden. Parmesan reiben.

Schalotten mit Knoblauch, Basilikum, Parmesan, Ricotta, Muskat und der heißen Gemüsebrühe verrühren. Mit Pfeffer und Kräutersalz abschmecken.

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Eingeweichte Pilze gut ausspülen und fein hacken. Mit den abgetropften Tomaten unter das Gemüse mengen. Eventuell nochmals nachwürzen.

In eine Lasagne- oder Auflaufform (ca. 20 x 25 cm) 1 EL Olivenöl und 2 EL Ricottasoße geben und verteilen. 3 Lasagneblätter darauf verteilen. Die Hälfte des Gemüses einschichten.

Weitere 3 Teigblätter auflegen und die übrige Gemüsefüllung darauf verteilen. Mit den letzten 3 Teigblättern abschließen. Die gesamte übrige Ricottasoße darüber gießen.

Mozzarella abtropfen lassen und in dünne Scheiben schneiden. Mozzarellascheiben auf der Lasagne verteilen.

Lasagne im heißen Ofen ca. 35-40 Minuten garen und goldbraun überbacken.

Inzwischen Salat putzen, waschen und trocken schleudern.

Die Beeren kurz abbrausen und abtropfen lassen. Beeren je nach Größe halbieren.

Die Zutaten für die Salatsoße mischen und mit Kräutersalz, einer Prise Zucker und Pfeffer abschmecken.

Den Salat in einer Schüssel mit Beeren und Salatsoße vorsichtig mischen. Die Lasagne und Salat anrichten.

Christina Richon am 23. September 2019

Winterliche Ravioli mit zweierlei Füllung

Für 4 Personen

Für den Nudelteig:

225 g Weizenmehl, doppelgriffig 75 g Hartweizengrieß Salz
3 Eier

Für die Füllungen:

40 g Walnusskerne 1 Zwiebel 1 Knoblauchzehe
100 g Champignons 4 Zweige Thymian 2 EL Olivenöl
2 TL Thymianhonig Salz Pfeffer
250 g Ricotta 100 g vorgeg. Rote Bete

Außerdem:

Dinkelmehl 3 Stängel Salbei 75 g Butter
60 g Parmesan

Für den Nudelteig Mehl, Grieß und 1 Prise Salz in der Rührschüssel einer Küchenmaschine mischen.

Die Eier zugeben und alles mit dem Knethaken zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten. Ist der Teig zu trocken, noch wenige Esslöffel kaltes Wasser zugeben, ist er zu klebrig noch etwas mehr Mehl unterkneten.

Den Teig zu einer Kugel formen und zugedeckt bei Zimmertemperatur 30 Minuten ruhen lassen.

Inzwischen für die Füllungen die Walnüsse fein hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten, anschließend auf einem Teller abkühlen lassen.

Zwiebel schälen und fein würfeln, Knoblauch schälen und fein reiben. Champignons putzen und in feine ca. 5 mm große Würfel schneiden.

Thymian abrausen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen.

In einer Pfanne etwa 1 EL Olivenöl erhitzen und die Hälfte der Zwiebelwürfel darin andünsten. Die Pilze, jeweils die Hälfte vom Thymian und Knoblauch zugeben und mit andünsten. Alles mit etwas vom Honig, Salz und Pfeffer würzen.

Anschließend die Pfanne vom Herd ziehen und jeweils Hälfte Ricotta und Nüsse unter die etwas abgekühlten Pilze mischen.

Für die zweite Füllung die Rote Bete in 5 mm große Würfel schneiden. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die restlichen Zwiebeln darin anschwitzen, jeweils restlichen Knoblauch, Thymian und Honig zugeben und Rote Bete untermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Anschließend die Pfanne vom Herd ziehen und jeweils restlichen Ricotta und Walnüsse unter die Rote Bete mengen.

Den Nudelteig mit einer Nudelmaschine oder einem Nudelholz in sehr dünne Bahnen ausrollen und auf einer bemehlten Fläche auslegen. Mit einer runden Ausstechform oder einem Glas Teigkreise (Durchmesser ca. 7 cm) ausstechen.

Die Füllungen jeweils mit einem Teelöffel auf der Hälfte der ausgestochenen Teigkreise mittig verteilen. Den äußeren Rand der Teigkreise mit Wasser bepinseln und jeweils einen ungefüllten Teigkreis auf die Raviolifüllung setzen und am Rand gut fest drücken.

In einem großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Die Ravioli darin portionsweise ca. 3 Minuten kochen, bis sie an die Oberfläche steigen. Mit einem Schaumlöffel (Siebkelle) aus dem Kochwasser heben. Ravioli auf ein Blech geben und abtropfen lassen.

Salbei abrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Salbeiblätter in feine Streifen schneiden.

In einer Pfanne etwas Butter schmelzen, einige Salbestreifen zugeben und portionsweise die Ravioli in der Salbeibutter schwenken, beiseite stellen und warm halten. Die restlichen Ravioli

ebenso zubereiten.

Parmesan frisch hobeln oder reiben. Ravioli mit Parmesan bestreut anrichten.

Theresa Baumgärtner am 02. Dezember 2019

Ziegenfrischkäse-Soufflé, Paprika und Gurken-Salsa

Für 4 Personen

2 rote Paprika	4 EL Olivenöl	400 g Ziegenfrischkäse
4 Eiweiß	40 g Sahne	Salz
Pfeffer	Butter	1 EL Semmelbrösel
1 rote Zwiebel	1 Salatgurke	1/2 Bund glatte Petersilie
2 Zweige Minze	1/2 Bio-Zitrone	1 TL Honig

Den Backofen auf 200 Grad Ober- Unterhitze vorheizen.

Paprika längs halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Paprika mit der Schnittfläche nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit etwa 1/4 vom Olivenöl beträufeln und im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten garen, bis die Haut Blasen wirft.

Dann herausnehmen, Paprika mit einem feuchten Tuch abdecken und abkühlen lassen.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze einstellen.

Den Ziegenkäse mit dem Eiweiß und Sahne in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen glattrühren, die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Souffléförmchen (mit ca. 200 ml Inhalt) ausbuttern und mit Semmelbröseln bestäuben. Die Käsemasse einfüllen und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten backen.

Die Zwiebel schälen und in ca. 5 mm starke Scheiben schneiden. Die Zwiebelscheiben in einer Pfanne mit 1/4 vom Olivenöl von beiden Seiten goldbraun braten.

Gurke abwaschen, schälen und der Länge nach halbieren. Mit einem Löffel die Kerne austreichen und Gurke in kleine Würfel schneiden.

Petersilie und Minze abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden.

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

Gurkenwürfel mit Petersilie, Minze und Zitronenschale mischen, restliches Olivenöl, Zitronensaft und Honig unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Von den gebratenen Paprika die Haut abziehen, Paprika fein würfeln.

Die gebackenen Käsesoufflés kurz stocken lassen, dann vorsichtig aus der Form stürzen.

Zum Anrichten je einen gebratenen Zwiebelring in die Mitte eines Tellers geben und darauf ein Käsesoufflé setzen. Paprika und Gurkensalsa darum herum anrichten.

Otto Koch am 08. August 2019

Verschiedenes

Fingerfood für den Sommer

Für 4 Personen

Paprika-Auberginen-Röllchen:

3 rote Bio-Paprika	3 Bio-Auberginen	Olivenöl
12 große Basilikumblätter	250 g Ziegenfrischkäse	50 g Rosinen
Salz	Ringelblumenblüten	

Schinken-Frischkäse-Röllchen:

80 g Kochschinken (2-3 mm dick)	100 g Kräuter-Knoblauch-Frischkäse
---------------------------------	------------------------------------

Den Backofen auf 200 Grad Ober- Unterhitze vorheizen.

Für die Gemüseröllchen Paprika waschen, halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Paprika mit der Hautseite nach oben auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten garen, bis die Haut Blasen wirft und beginnt schwarz zu werden.

Dann herausnehmen, Paprika mit einem feuchten Tuch abdecken und abkühlen lassen.

Die Auberginen waschen, die Enden abschneiden und Aubergine in 5 mm dicke längliche Scheiben schneiden, auf einem Blech verteilen, gleichmäßig mit Olivenöl beträufeln und im Backofen solange rösten, bis sie eine gleichmäßige braune Farbe bekommen.

Basilikumblätter abbrausen, trocken schütteln.

Von den gebratenen Paprika die Haut abziehen.

Die Paprikahälften in der Mitte durchschneiden und jeweils ein Paprikaviertel auf eine Auberginenscheibe legen. In die Mitte je ein Stück Ziegenfrischkäse, ein paar Rosinen und ein Basilikumblatt legen und alles zusammenrollen. Bis zum Servieren die Röllchen kalt stellen.

Für die Schinkenröllchen vom Schinken, falls nötig, den Fettrand entfernen und die Scheiben auf einem Brett oder der Arbeitsfläche ausbreiten.

Den Frischkäse auf die Schinkenscheiben streichen, dann von der Längsseite her einrollen und 30 Minuten kühl stellen.

Anschließend die gerollten Schinkenscheiben in gleichmäßige, etwa 1 cm breite Röllchen schneiden.

Gemüse- und Schinkenröllchen anrichten, nach Belieben mit essbaren Blüten dekorieren.

Theresa Baumgärtner am 05. August 2019

Gemischte Antipasti

Für 4 Personen

Insalata di fagioli Toscana:

80 g getrocknete weiße Bohnenkerne	4 getrocknete Tomaten	500 ml Gemüsebrühe
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl
1 EL Fenchelsamen	1 Fleischtomate	Salz
Pfeffer	1 Prise Zucker	2 Zweige Bohnenkraut
1 Bio-Zitrone		

Peperonata:

1 Tomate	2 rote Paprika	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	1 Knoblauchzehe
2 EL Weißweinessig	1 Msp. abgeriebene Zitronenschale	1 Spritzer Zitronensaft

Für die Möhren mit Balsamico:

1 Zwiebel	2 Stiele Oregano	3 Möhren
Olivenöl	Salz	Honig
50 ml Balsamico		

Bruschetta:

1/2 Bund Basilikum	2 Tomaten	Salz
250 g Ciabatta	1 Knoblauchzehe	3 EL Olivenöl
Pfeffer		

Außerdem:

4 Sch. Parmaschinken, dünn	4 Sch. Fenchelsalami, dünn	12 schwarze Oliven
12 grüne Oliven	40 g Parmesan im Stück	

Für den Bohnensalat die Bohnen über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Die getrockneten Tomaten ebenfalls in einer Schüssel mit Wasser über Nacht einweichen.

Eingeweichte Bohnen abschütten und in einem Topf mit Gemüsebrühe weichkochen (ca. 1 Stunde), danach abgießen.

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und Zwiebel darin anschwitzen, Knoblauch zugeben. Die Fenchelsamen mörsern und kurz mit braten. Pfanne vom Herd ziehen.

Fleischtomate einritzen, kurz mit kochendem Wasser überbrühen, abziehen, vierteln und in feine Streifen schneiden. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Die getrockneten Tomaten abgießen, in feine Würfel schneiden und zu den Tomatenwürfeln geben. Angeschwitzte Zwiebel und Bohnen ebenfalls zu den Tomaten geben, alles mischen.

Bohnenkraut abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und unter den Salat mischen. Zitronen heiß abwaschen, abtrocknen. Etwas Schale abreiben und etwas Saft auspressen. Den Salat mit Abrieb und Saft der Zitrone und Olivenöl abschmecken.

Für die Peperonata die Tomate einritzen, kurz mit kochendem Wasser überbrühen, abziehen, vierteln, die Kerne entfernen, Tomatenviertel in feine Streifen schneiden. Paprika waschen, mit einem Sparschäler schälen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in Streifen schneiden.

In einem Topf Olivenöl erhitzen, Paprika und Tomaten darin anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch schälen, fein hacken und ebenfalls zugeben. Mit Essig ablöschen.

Die Peperonata ist fertig, wenn die Paprikastreifen gar, aber nicht zerfallen sind und die Flüssigkeit zum großen Teil verdampft ist. Mit Zitronenabrieb und Zitronensaft abschmecken.

Für die Möhren Zwiebel schälen und würfeln. Oregano abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Möhren putzen, schälen und in lange Streifen schneiden.
Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Möhren darin anbraten. Mit Salz und Honig würzen.
Balsamico einrühren und die Oreganoblättchen zugeben. Durchziehen lassen.
Vor dem Servieren nochmals mit Olivenöl aromatisieren.
Für die Bruschetta den Backofen auf 230 Grad Oberhitze vorheizen.
Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.
Die Tomaten waschen, vierteln, die Kerne entfernen, Tomatenviertel fein würfeln und leicht salzen.
Das Brot in ca. 1 cm starke Scheiben schneiden, auf ein Backblech legen und im Ofen rösten.
Die Knoblauchzehe halbieren. Die gerösteten Brotscheiben noch warm mit der halbierten Knoblauchzehe (Schnittfläche nach unten) einreiben, mit Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Tomatenwürfel darauf verteilen. Basilikum grob schneiden und darüber streuen.
Vorbereitete Antipasti, Schinken, Salami und Oliven auf Teller verteilen. Parmesan in feine Späne hobeln. Alles anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 28. August 2019

Süße Kartoffel-Klöße mit Zimt-Zucker und Apfel-Kompott

Für 4 Personen

Für die Kartoffelklöße:

400 g mehligk. Kartoffeln Salz 2 EL Butter

140 g Mehl 3 Eigelb

Für den Zimt-Zuckermix:

2 g Zimt 50 g Zucker

außerdem:

doppelgriffiges Mehl

Die Kartoffeln gründlich waschen, in leicht gesalzenem Wasser garen.
Kartoffeln dann abgießen, 10 Minuten abkühlen lassen und pellen.
Die Butter in einem kleinen Topf leicht bräunen. Die Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken. Butter zugeben. Mehl übersieben und Eigelbe zugeben. Dann alles kurz zu einem glatten Teig verkneten.
Die Kartoffelmasse auf wenig Mehl zu einer Rolle von etwa 1 cm Durchmesser formen. Mit einer Teigkarte oder Messer etwa 2,5 cm lange Stücke abschneiden. Mit leicht bemehlten Händen zu kleinen Klößen formen.
Klöße auf ein mit Mehl bestäubtes Backblech legen, zugedeckt kurz ruhen lassen.
Reichlich leicht gesalzenes Wasser in einem großen Topf aufkochen. Die Kartoffelklößchen hineingeben, die Temperatur reduzieren und die Klößchen knapp unter dem Siedepunkt etwa 1 Minute gar ziehen lassen.
Sobald die Klößchen an die Oberfläche steigen, mit dem Schaumlöffel herausheben, abtropfen lassen.
Klöße mit der Mischung aus Zimt und Zucker anrichten.

Andreas Schweiger am 15. November 2019

Vorspeisen

Gefüllte Ochsenherz-Tomaten

Für 4 Personen

Für die Tomaten:

4 kleine Auberginen	Olivenöl	Salz
1 Prise Zimt	1 Bund Lauchzwiebeln	4 Ochsenherztomaten
Zucker	Pfeffer	

Für den Couscous:

1 Zwiebel	Olivenöl	100 ml Gemüsebrühe
Salz	Kreuzkümmel	Kurkuma
150 g Couscous	3 EL abgezogene Mandelkerne	2 EL Rosinen
1 Bund Koriander	1 Bund glatte Petersilie	

Auberginen putzen, abspülen, trockenreiben und in Würfel schneiden.

Etwas Öl in einer großen Pfanne erhitzen, die Auberginenwürfel darin unter Wenden sacht braten, bis sie ganz weich sind. Aubergine mit Salz und Zimt würzen.

Lauchzwiebeln putzen, waschen, abtropfen lassen und fein hacken.

Lauchzwiebeln unter die Auberginen mischen.

Tomaten waschen, trockenreiben und jeweils einen Deckel abschneiden. Die Tomaten z. B. mit Hilfe eines Kugelaustechers oder Teelöffels aushöhlen.

Das Tomateninnere pürieren, eventuell passieren.

Für den Couscous Zwiebel abziehen und fein würfeln. Etwas Öl in einem Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin andünsten. Das Tomatenpüree und Gemüsebrühe zugeben. Mit Salz, Kreuzkümmel und Kurkuma würzen und aufkochen.

Couscous unter Rühren einstreuen, aufkochen lassen und alles 3-4 Minuten sacht köcheln lassen, ggf. mit etwas Wasser ergänzen.

Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze (Umluft: 200 Grad) vorheizen. 10. Die Tomaten von innen mit etwas Salz, Zucker und Pfeffer würzen. Die Auberginenfüllung in die Tomaten verteilen.

Tomaten in eine Auflaufform setzen, die Deckel auflegen. Tomaten im heißen Backofen ca. 10-15 Minuten backen.

Währenddessen Mandeln in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett rösten. Auf ein Arbeitsbrett geben, etwas abkühlen lassen, dann fein hacken.

Rosinen hacken. Koriander und Petersilie abspülen, trocken schütteln und ebenfalls hacken.

Rosinen, Kräuter, Mandeln und 2-3 EL Olivenöl unter den Couscous mischen, abschmecken.

Gefüllte Tomaten und Couscous anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 04. September 2019

Wild

Reh-Rücken 'Baden-Baden'

Für 4 Personen

1 Bund Suppengemüse	1 Rehrücken auf Knochen (2 kg)	Salz, Pfeffer
3 EL Butterschmalz	600 ml Fleischbrühe	400 ml Rotwein
3 Wacholderbeeren	1 Lorbeerblatt	4 reife Birnen
150 ml Weißwein	1 TL Speisestärke	2 EL Johannisbeergelee
2 EL Butter		

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen.

Suppengemüse putzen und klein würfeln. Den Rehrücken parieren, abwaschen und trocken tupfen. Rehrücken mit Salz und Pfeffer würzen und in einer großen Kasserolle in 2 EL Butterschmalz rundum anbraten.

Das Fleisch dann mit der Knochenseite nach unten in den vorgeheizten Ofen geben und ca. 35 Minuten garen.

Währenddessen die Fleischabschnitte mit dem Suppengemüse in einem Topf in 1 EL heißem Butterschmalz anbraten und braun rösten. Dann mit Fleischbrühe und Rotwein ablöschen. Wacholder und Lorbeerblatt zugeben und mindestens 15 Minuten durchkochen.

Birnen schälen, den Stiel jedoch daran belassen. Birnen halbieren und das Kerngehäuse mit einem Kugelausstecher herauslösen.

In einem Topf Weißwein und Birnen aufkochen, zugedeckt ca. 5 Minuten sacht weich dünsten. Birnen aus dem Sud nehmen und warm halten.

Den Saucenansatz durch ein Sieb passieren und nochmals um ca. die Hälfte einkochen. Stärke mit 1 EL Wasser anrühren, unter die Sauce mischen, aufkochen und die Sauce damit binden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Johannisbeergelee in die Aushöhlung der Kerngehäuse der Birnen füllen.

Butter zerlaufen lassen.

Rehrücken aus dem Backofen nehmen, die Fleischstränge vom Knochen lösen. Ausgelösten Rücken in schräge Scheiben tranchieren. Die Scheiben dachziegelartig wieder auf den Knochen anrichten. Mit der flüssigen Butter bepinseln. Mit Birnen umlegt auf einer Platte anrichten.

So zu Tisch bringen, präsentieren und auf Tellern anrichten. Mit der Sauce umgießen. Dazu passen Butternudeln oder Spätzle.

Vincent Klink am 24. Oktober 2019

Reh-Rücken mit Schwarzwurzeln, Radicchio-Chicorée-Salat

Für 4 Personen

Für das Fleisch:

600 g Rehrücken, ausgelöst	Sonnenblumenöl	Salz
Pfeffer	2 Zweige Rosmarin	2 EL Butter

Für die Schwarzwurzeln:

1 Spritzer Milch	4 Schwarzwurzeln	Salz
Pfeffer	2 Eier	3 EL Mehl
200 g Pankobrösel	500 ml Pflanzenöl	

Für den Salat:

1/2 Radicchio	1 Chicorée	1 Bund Rucola
3 EL Balsamico	6 EL Olivenöl	1 Prise Zucker
Salz	1 Birne	

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Vom Rehrücken eventuelle noch vorhandene Sehnen und die Silberhaut entfernen. Das Fleisch in Medaillons von ca. 70 g schneiden und auf ein leicht geöltes Backfengitter verteilen. Das Gitter auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen. Medaillons im heißen Ofen ca. 25 Minuten, bis zu einer Kerntemperatur von 54 Grad garen.

Eine große Schüssel mit kaltem Wasser und einem Spritzer Milch vorbereiten. Die Schwarzwurzeln schälen und direkt ins Milch-Wasser legen, damit sie sich nicht verfärben.

In einem Topf leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Die Schwarzwurzeln darin bissfest garen. Schwarzwurzeln abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Für den Salat Radicchio und Chicorée putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Rucola verlesen, abbrausen und abtropfen lassen oder trocken schleudern.

Die abgetropften Schwarzwurzeln in etwa 5 cm lange Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

Zum Panieren die Eier in einem tiefen Teller verquirlen. Jeweils Mehl und Weißbrotbrösel in zwei weitere tiefe Teller geben.

Die Schwarzwurzelstücke zunächst im Mehl wenden, durch das Ei ziehen und anschließend mit den Brotbröseln panieren.

In einem Topf oder einer Fritteuse das Pflanzenöl auf etwa 150 Grad erhitzen. Die panierten Schwarzwurzelstücke darin portionsweise knusprig ausbacken. Herausnehmen und auf Küchenpapier oder einem sauberen Geschirrtuch abtropfen lassen.

Rehmedaillons aus dem Ofen nehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.

2 EL Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und die Medaillons darin von jeder Seite

1 Minuten scharf braten, Rosmarinzweige und Butter zugeben.

Die geschmolzene Butter in der Pfanne mit einem Esslöffel über die Medaillons träufeln. Pfanne vom Herd ziehen.

Salate auf Tellern anrichten. Balsamico und Öl in eine kleine Schüssel geben, mit Zucker und Salz würzen, zu einem Dressing verrühren und über die Salate träufeln.

Die Birne waschen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien und in feine Scheiben schneiden. Birnenscheiben auf den Salaten verteilen. Schwarzwurzeln und Rehmedaillons darauf geben und servieren.

Ali Güngörmüs am 04. Dezember 2019

Reh-Schnitzel in der Pilzkruste mit gebratenen Erdfrüchten

Für 4 Personen

Für das Rehschnitzel:

120 g weiche Butter	1 Msp. engl. Senfpulver	Salz
1 TL Zitronensaft	2 Stiele frischer Thymian	3 Stiele frischer Kerbel
250 g Champignons	4 Shiitake-Pilze	600 g Rehkeule
Pfeffer	Olivenöl	300 ml Wildsauce

Für die Erdfrüchte:

175 g Steckrübe	200 g Kürbis	130 g Rosenkohl
Salz	60 g Butter	Pfeffer
2 Wacholderbeeren		

Für die Moosbeeren:

30 ml milder Balsamico	30 g Johannisbeergelee (Glas)	40 ml weißer Portwein
50 g Cranberrys	Salz	gemahl. Piment

Die Butter mit einem Schneebesen schaumig aufschlagen. Mit Senfpulver, Salz und Zitronensaft verrühren.

Kräuter abbrausen, trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen, fein schneiden und unter die Butter mischen.

Die Champignons putzen und in etwa 3 mm feine Scheiben schneiden. Shiitake-Pilze putzen, die Stiele entfernen.

Das Fleisch in 8 Stücke à ca. 75 g teilen. Fleisch kurz kalt abbrausen, trocken tupfen und etwa 5 mm dünn plattieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die vorbereitete Buttermischung gleichmäßig auf eine Seite der Fleischstücke aufstreichen.

Jeweils 1/2 Shiitake-Pilz mittig auf ein Schnitzelstück legen. Mit den Champignonscheiben rosettenförmig belegen und komplett bedecken. Sacht andrücken und etwa 10 Minuten kalt stellen.

Für das Gemüse Steckrübe schälen, 100 g Steckrübe in sehr feine Würfel schneiden. Kürbis putzen, Fruchtfleisch in feine, etwa 1 cm große, 0,5 cm dicke Rauten schneiden. Rosenkohl putzen, waschen, abtropfen lassen und die einzelnen Blättchen vorsichtig ablösen.

Vorbereitetes Gemüse nacheinander in kochendem Salzwasser kurz blanchieren, abschrecken und abtropfen lassen.

Den Balsamico in einem kleinen Topf etwas einkochen. Johannisbeergelee einrühren und mit Portwein ablöschen. Cranberrys unter den Sirup schwenken und garen. Mit Salz und Piment würzen.

Butter in einer Pfanne sacht bräunen, Wacholderbeeren zugeben, die vorbereiteten Gemüswürfeln darin anbraten. Rosenkohlblätter zum Schluss zugeben und unterschwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen. Vor dem Anrichten die Wacholderbeeren wieder entfernen.

Für die Schnitzel Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Schnitzel mit der Pilzseite ins heiße Fett einlegen, goldbraun anbraten. Dann vorsichtig wenden und saftig fertig braten.

Währenddessen die Wildsauce in einem Topf aufkochen. Jeweils etwas Sauce auf vorgewärmte Teller geben, Schnitzel darauf verteilen. Mit Gemüse und Cranberrys anrichten und servieren.

Jörg Sackmann am 26. November 2019

Wild-Geschnetzeltes, Pilze, gefüllte Grieß-Knödel

Für 4 Personen

Für die Grießknödel:

4 extrafrische Eier	250 ml Milch	65 g Butter
Salz	Pfeffer	80 g Hartweizengrieß
1 Ei	2 Eigelb	Muskatnuss

Für das Wildgeschnetzelte:

1 weiße Zwiebel	300 g gemischte Speisepilze	500 g Wildschweinfilet
Salz	Pfeffer	Speiseöll
200 ml Sherry	600 ml Wildfond	1 EL Speisestärke
1/2 Bund glatte Petersilie	80 g Sahne	1 EL grüne Pfefferkörner
2 EL Preiselbeeren		

Am Vortag die extrafrischen Eier rohen Eier einzeln in kleine gefriergeeignete Behälter schlagen (also ohne Schale) und einfrieren.

Am Zubereitungstag für den Knödelteig Milch, Butter, Salz und Pfeffer in einem Topf aufkochen.

Unter ständigem Rühren den Grieß einstreuen. Einige Minuten quellen lassen. Topf vom Herd ziehen, Grieß etwas abkühlen lassen. Dann Ei und 2 Eigelb einrühren. Masse mit Salz und Muskat würzen.

Die Masse im Kühlschrank kalt stellen, bis sie gut durchgekühlt ist, denn nur in kaltem Zustand lässt sich gut verarbeiten.

Inzwischen die eingefrorenen Eier antauen lassen, sodass sich das noch angefrorene Eigelb gut auslösen lässt, ohne dabei kaputt zu gehen.

Aus der Gießmasse 4 Knödel formen und in die Mitte jeweils ein ausgelöstes, noch angefrorenes Eigelb mit einformen, sodass es vollständig von Grieß umschlossen ist. Die Knödel nochmals kurz kalt stellen.

Währenddessen für das Geschnetzelte Zwiebel abziehen und fein würfeln. Pilze verlesen, putzen und kleinschneiden.

Das Wildschweinfilet gründlich kalt abbrausen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Die Fleischstreifen mit Salz und Pfeffer würzen.

Öl in einer Pfanne erhitzen, die Fleischstreifen darin scharf anbraten. Fleisch aus der Pfanne heben, warm stellen.

Zwiebel und Pilze im Bratfett anbraten, mit Sherry ablöschen. Wildfond angießen und die Flüssigkeit um etwa 2/3 einkochen.

Speisestärke und wenig Wasser glatt verrühren, den Saucenfond damit leicht sämig binden. Warm halten.

Inzwischen für die Knödel reichlich Salzwasser in einem Topf aufkochen. Die Temperatur reduzieren, Knödel einlegen. Im leicht siedenden Wasser garziehen lassen.

Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

Kurz vor dem Servieren Sahne steif schlagen, grüne Pfefferkörner hacken. Das Fleisch, Pfefferkörner und die Schlagsahne unter den Saucenfond mischen.

Sobald die Knödel an die Wasseroberfläche steigen, sofort mit einer Schaumkelle herausheben und direkt auf vorgewärmten Tellern verteilen. Knödel und Geschnetzeltes anrichten. Mit Preiselbeeren und nach Belieben Petersilie garniert servieren.

Philipp Stein am 12. November 2019

Wurst-Schinken

Bratkartoffeln mit Straßburger Wurstsalat

Für 4 Personen

Für die Bratkartoffeln:

1 kg Kartoffeln, festk.	300 g Süßkartoffeln	Salz
2 Zweige Rosmarin	3 Zweige Thymian	1 Knoblauchzehe
2 EL Butterschmalz	Rapsöl	

Für den Straßburger Wurstsalat:

200 g Fleischwurst	200 g Bergkäse	1 rote Paprika
60 g Cornichons	2 weiße Zwiebeln	1/2 Knoblauchzehe
20 ml Rapsöl	10 ml Weinessig	Salz, Pfeffer

Für die klassischen Bratkartoffeln 400 g Kartoffeln in Salzwasser mit Rosmarin, Thymian und einer angeprügelten Knoblauchzehe garkochen. Danach abschrecken, pellen und vollständig auskühlen lassen.

Die kalten Kartoffeln in 5 mm dicke Scheiben schneiden. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Kartoffeln bei mittelstarker Hitze goldgelb braten.

Für Kartoffelchips Süßkartoffeln in 2 mm dünne Scheiben hobeln. Die Kartoffelscheiben für fünf Minuten in kaltes Wasser legen, damit die Stärke ein wenig austreten kann. Dann die Kartoffeln in einem Sieb abtropfen lassen.

In einem Topf Rapsöl erhitzen. Die Kartoffelscheiben bei mittlerer Hitze langsam hell ausbacken. Die Chips sind fertig, wenn die Kartoffeln im Öl keine Bläschen mehr erzeugen.

Chips auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Die Chips härten beim Abkühlen aus, deshalb sollten Sie nicht aufeinander liegen. Im Ofen bei 60 Grad warmhalten.

Für den Wurstsalat die Fleischwurst und den Bergkäse in Streifen schneiden.

Die Paprika waschen, die Kerne entfernen und ebenfalls in Streifen schneiden. Cornichons auch in Streifen schneiden.

Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Ringe schneiden. Knoblauch schälen und fein würfeln. Alle Zutaten mit Rapsöl und Essig vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 20 min ziehen lassen. Dann noch einmal abschmecken.

Salat anrichten, die Kartoffelvarianten auf einer Beilagenplatte dazu servieren.

Tipp:

Wer gerade keine gekochten Kartoffeln da hat, kann auch einfach rohe Kartoffeln (halb fest oder festkochend) schälen, in 1 cm Würfel schneiden. Schmalz in eine Pfanne geben die Kartoffelwürfel bei mittlerer Hitze schwenken, bis sie Farbe angenommen haben (ca. 15 Minuten.) Mit Salz und Pfeffer würzen und genießen.

Rainer Klutsch am 13. September 2019

Buchweizen-Crêpes mit Schinken und Käse

Für 4 Personen

50 g Butter	250 g Buchweizenmehl	1 TL Salz
1 Ei	300 ml Milch	300 ml Wasser
2 Tomaten	100 g Emmentaler	Butterschmalz
100 g Kochschinken, dünn		

Für die Buchweizencrêpes die Butter in einem Topf schmelzen und lauwarm abkühlen lassen. Buchweizenmehl mit Ei, Milch und Salz zu einem glatten Teig verrühren. Dann Wasser und flüssige Butter unterrühren. Den Teig abdecken und 1 Stunde ruhen lassen.

Tomaten waschen, den Strunkansatz entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Den Käse grob reiben.

Aus dem Teig in einer Pfanne mit etwas Butterschmalz nach und nach dünne Crêpes ausbacken. Der Pfannenboden sollte nur dünn mit Teig bedeckt sein

Jeden Crêpe mittig mit Schinken, Käse und 2 Tomatenscheiben belegen, die Ränder einklappen, die Crêpe zusammenfalten und im Backofen bei 60 Grad warm halten. Tipp: Für die Füllung eignen sich auch andere Käsesorten, feinblättrig geschnittene Champignons, Speck, Kräuter u.ä.

Simon Tress am 16. August 2019

Lauch-Speck-Quiche

Für 4 Personen

Für den Teig:

125 g kalte Butter	250 g Dinkelmehl (630)	$\frac{1}{2}$ TL Meersalz
1 Eigelb (M)	50 ml Wasser (eisgekühlt)	Mehl, Butter

Für den Belag:

3 Stangen Lauch	1 EL Olivenöl	120 g feine Speckwürfel
300 ml Sahne	3 Eier	Salz
Pfeffer	Muskatnuss	100 g geriebener Gruyère-Käse
1 Eigelb		

Für den Teig die Butter in feine Stückchen schneiden. Mehl und Salz in einer Rührschüssel mischen. Butterstückchen, Ei und eiskaltes Wasser zugeben. Alles rasch zu einem glatten Teig verkneten. Teig zu einer flachen Scheibe formen.

Eine beschichtete Tarteform (Ø 28 cm) einfetten. Die Arbeitsfläche leicht bemehlen und den Teig darauf ca. 3 mm dünn rund ausrollen. Den Teig in die vorbereitete Form legen, andrücken und mit einer Gabel mehrfach einstechen.

Den überstehenden Teig sauber abschneiden und beiseitelegen. Die Tarteform inklusive Teig im Kühlschrank so lange kühlen, bis der Teig fest ist.

Den restlichen Teig kurz verkneten, dünn ausrollen und nach Belieben herbstliche Motive z.B. Blätter und Eicheln zum Verzieren daraus ausstechen. Teigstücke kalt stellen.

Den Backofen auf 180 Grad Umluft (200 Grad Ober- und Unterhitze) vorheizen.

Die Form in den heißen Backofen schieben. Den Teig ca. 10 Minuten blind vorbacken. Form auf einem Kuchengitter etwas abkühlen lassen.

Währenddessen für die Füllung den Lauch putzen, halbieren und die Lauchhälften unter fließendem Wasser gründlich spülen, sodass eventuell enthaltener Sand entfernt wird. Danach den Lauch gut abtropfen lassen und in feine Ringe schneiden.

Eine Pfanne erhitzen, das Olivenöl hineingeben und erhitzen. Speck hinzufügen und unter Wenden braten. Dann den Lauch hinzufügen und mit andünsten.

Sahne und Eier in einem hohen Gefäß verquirlen und mit etwas Salz, Pfeffer und einer kräftigen Prise Muskat würzen.

Die Lauch-Speck-Mischung auf dem vorgebackenen Tarteboden verteilen. Die Eier-Sahne gleichmäßig übergießen. Mit geriebenem Käse bestreuen. Die ausgestochenen Teigstückchen dekorativ auflegen.

Übriges Eigelb verquirlen, die ausgestochenen Teigstückchen damit bestreichen.

Die Quiche in den heißen Backofen schieben, bei gleicher Temperatur etwa 25 Minuten goldbraun fertig backen.

Quiche vor dem Servieren in der Form etwas abkühlen lassen. In Stücke schneiden und servieren.

Theresa Baumgärtner am 18. November 2019

Quiche Lorraine

Für 4 Personen

Für den Teig:

200 g Mehl	1 Ei	1 Prise Salz
110 g kalte Butter	2 EL kaltes Wasser	

Für die Füllung:

200 g geräuch., magerer Bauchspeck	200 g Gruyère)	4 Eier
150 g Crème fraîche	Salz	Pfeffer
1 Prise Muskat		

zusätzlich:

Butter	Mehl
--------	------

Mehl in eine große Schüssel geben, in die Mitte eine Vertiefung eindrücken, Ei und Salz hineingeben. Die Butter in kleine Stücke schneiden, auf den äußeren Mehtrand geben und mit einer Gabel alles vermischen.

Dann das eiskühle Wasser zugeben und alles zügig zu einer glatten Teigkugel kneten.

Den Teig mit etwas Mehl bestäuben und in Pergamentpapier einwickeln. Im Kühlschrank mindestens 2 Stunden kühlen.

Für die Füllung den Speck fein würfeln, den Käse reiben.

Eier mit Crème fraîche verquirlen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Die Quicheform (ca. 32 cm Durchmesser) mit Butter einfetten.

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsplatte auswellen und in die gefettete Form legen. Den Speck darauf verteilen, den Käse über den Speck streuen und die Eier-Crème fraîche darüber geben und gut über den ganzen Kuchen verteilen.

Die Quiche im vorgeheizten Ofen ca. 40 Minuten backen. Tipp: Falls die Oberfläche zu schnell bräunt, die Quiche mit etwas Backpapier bedecken und weiterbacken.

Gebackene Quiche in der Form kurz etwas stocken lassen, dann aus der Form heben und servieren. Dazu passt gut ein Blattsalat mit Vinaigrette

Otto Koch am 25. Juli 2019

Sauerkraut-Puffer mit Blutwurst und Apfel

Für 4 Personen

150 g frisches Sauerkraut	600 g Kartoffeln	Salz
Pfeffer	6 EL Pflanzenöl	1 großer Apfel
1 EL Zucker	1 EL Apfelsaft	2 EL Butter
320 g Blutwurst in Stücken	3 EL Mehl	

Das Sauerkraut mit den Händen gründlich ausdrücken und in eine Schüssel geben.

Die Kartoffeln schälen, waschen und grob raspeln. Kartoffelraspel in ein sauberes Geschirrtuch geben und sorgfältig ausdrücken.

Kartoffelraspel zum Sauerkraut geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Alles gründlich vermischen.

Den Backofen auf 100 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Etwa 4 EL Öl portionsweise in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen.

Pro Puffer etwa 3 EL Kartoffel-Kraut-Masse nebeneinander in die Pfanne geben und etwas flach drücken.

Bei mittlerer Hitze die Puffer von jeder Seite etwa 3 Minuten goldbraun braten. Dann auf eine Platte geben und im heißen Ofen warm halten, bis der gesamte Teig zu Puffer gebacken ist.

In der Zwischenzeit Apfel waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und Fruchtfleisch in Spalten schneiden.

Den Zucker in einer weiteren Pfanne leicht karamellisieren. Mit Apfelsaft ablöschen und loskochen. Butter und Apfelspalten zugeben und solange in der Pfanne schwenken, bis sämtliche Flüssigkeit verkocht ist und die Butter die Apfelspalten glasiert. Kurz warm stellen.

Die Blutwurststücke ggf. aus der Hülle lösen, der Länge nach halbieren und mit Mehl bestäuben.

In einer Pfanne 2 EL Pflanzenöl erhitzen, die Blutwurststücke darin von beiden Seiten kräftig anrösten. Anschließend auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen.

Sauerkraut-Puffer, Blutwurst und glasierte Apfelspalten anrichten.

Otto Koch am 21. November 2019

Schinken-Nudeln mit Endivien-Salat

Für 4 Personen

Für den Nudelteig:

150 g Mehl	30 g Hartweizenmehl	3 Eigelb
1 Ei	1 TL Olivenöl	Salz

Für den Salat:

1 Endiviensalat	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	3 EL Apfelessig
2 TL scharfer Senf	50 ml Olivenöl	Salz
Pfeffer	1 Prise Zucker	

außerdem:

1 Zwiebel	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	1 EL Butterschmalz
200 g gekochter Schinken	100 ml Milch	3 Eier
Salz	Pfeffer	1 Prise Muskat
80 g Bergkäse		

Mehl und Hartweizenmehl in eine Schüssel geben, eine Mulde eindrücken. Eigelbe, Ei, Öl und 1 Prise Salz zugeben und alles zu einem sehr festen Teig verkneten. Tipp: Zunächst etwas weniger Mehl nehmen und den Teig weich ankneten, dann immer mehr Mehl unterkneten, bis die gewünschte Festigkeit erreicht ist.

Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten ruhen lassen.

Dann den Teig mit einer Nudelmaschine portionsweise in dünne Nudelbahnen ausrollen. Die Nudelbahnen aufrollen und in ca. 1 cm breite Bandnudeln schneiden.

In einem Topf reichlich Wasser aufkochen, großzügig salzen und die Nudeln darin ca. 2 Minuten kochen. Herausnehmen und abtropfen lassen.

Endiviensalat putzen, waschen, gut abtropfen lassen und Salatblätter in feine Streifen schneiden. Für das Salatdressing den Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden. Aus Essig, Senf, Olivenöl, etwas Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker ein Dressing rühren.

Zwiebel schälen und fein schneiden. Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen, Zwiebel darin anschwitzen.

In der Zwischenzeit Schinken würfeln. Milch und Eier verquirlen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Den Käse fein reiben.

Schinken, Petersilie und Nudeln zu den Zwiebeln geben. Die verquirlten Eier darüber geben, alles vermischen und die Eier kurz anziehen und leicht stocken lassen.

Den Käse über die Nudeln streuen, unterheben und die Pfanne vom Herd ziehen.

Salat mit dem Dressing marinieren und den Schnittlauch untermischen.

Schinkennudeln anrichten und den Salat dazu servieren.

Otto Koch am 31. Oktober 2019

Speck-Knödel mit Lauch-Gemüse und Käse-Soße

Für 4 Personen

Für die Knödel:

5 Brötchen vom Vortag	200 ml Milch	1 Bund glatte Petersilie
1 Zwiebel	100 g geräuch. Bauchspeck	1 EL Butter
2 Eier	Salz	

Für das Lauchgemüse:

400 g Lauch	2 EL Butterschmalz	100 ml Gemüsebrühe
Salz	Muskatnuss	

Für die Sauce:

1 Schalotte	3 EL Butter	2 EL Mehl
150 ml Gemüsebrühe	1/2 Bund Schnittlauch	200 ml Milch
100 g Bergkäse	250 g Frischkäse	1 EL scharfer Senf
Salz	Pfeffer	

Die Brötchen in Würfel schneiden, in eine Schüssel geben. Die Milch in einem Topf erhitzen, über die Brotwürfel gießen und zugedeckt einige Minuten ziehen lassen.

Petersilie abbrausen, trockenschütteln und fein hacken.

Zwiebel schälen und würfeln, den Speck ebenfalls würfeln.

In einer Pfanne Butter erhitzen und Zwiebeln und Speck darin anschwitzen. Speckzwiebeln zu den eingeweichten Brötchenwürfeln geben. Eier und Petersilie dazugeben und alles gut durchmengen. Einige Minuten stehen lassen, damit das Brot gut durchzieht. Sollte die Masse zu trocken sein, etwas Milch dazugeben.

Reichlich Wasser mit etwas Salz in einem großen Topf aufkochen.

Mit angefeuchteten Händen aus der Masse dicke Knödel formen.

Die Knödel ins kochende Wasser einlegen, die Temperatur reduzieren, sodass das Wasser nur noch schwach siedet. Knödel im siedenden Wasser ca. 8 Minuten gar ziehen lassen.

Währenddessen für das Gemüse Lauch putzen, waschen, abtropfen lassen und in feine Ringe schneiden.

Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Den Lauch darin anbraten. Mit Gemüsebrühe ablöschen und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Lauchgemüse mit Salz und Muskatnuss abschmecken.

Für die Sauce die Schalotte schälen und fein schneiden.

In einem Topf Butter erhitzen, Schalotten darin ohne Farbe anschwitzen, mit Mehl abstauben, kurz durchrühren. Mit Gemüsebrühe ablöschen und diese etwas einkochen lassen.

Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Dann die Milch unter Rühren zum Saucenansatz gießen, weitere 2 Minuten köcheln lassen.

Den Bergkäse fein reiben.

Den Saucentopf vom Herd ziehen und den Frischkäse unter die Sauce rühren. Dann Senf und geriebenen Bergkäse unterrühren, bis alles cremig verrührt ist. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und den Schnittlauch unterrühren.

Lauchgemüse auf Tellern anrichten, 2-3 Knödel darauf setzen und die Sauce darüber gießen.

Otto Koch am 12. Dezember 2019

Strammer Max mit Schinken-Tatar und pochiertem Ei

Für 4 Personen

½ Romanasalat	200 g Schwarzwälder Schinken	1 Bund Radieschen
1 Apfel	½ Bio-Zitrone	2 EL Olivenöl
1 TL Ahornsirup	Salz	Pfeffer
1 Knoblauchzehe	2 EL Butterschmalz	200 g Graubrot in Scheiben
50 ml Weißweinessig	4 frische Eier	

Den Salat putzen, waschen und abtropfen lassen.

Schinken in feine Würfel schneiden.

Radieschen putzen, waschen und fein würfeln. Den Apfel waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und die Apfelviertel fein würfeln.

Schinkenwürfel mit Radieschen und Apfel mischen.

Für das Salatdressing von der Zitrone den Saft auspressen und mit Olivenöl, Ahornsirup, Salz und Pfeffer gut vermischen.

Die Knoblauchzehe andrücken. In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen, die Knoblauchzehe zugeben und die Brotscheiben darin von beiden Seiten goldbraun braten.

Für die pochierten Eier einen Topf mit reichlich Wasser (ca. 2 l) aufsetzen, Essig zugeben und zum Kochen bringen. Dann die Hitze sofort reduzieren. Das Wasser soll kurz unter dem Siedepunkt sein. 8. Ein Ei in eine kleine Tasse schlagen und von der Tasse (ein kleiner Schöpflöffel geht auch gut) langsam in das Wasser gleiten lassen. Diesen Vorgang mit den restlichen Eiern wiederholen. Die Eier 4 - 6 Minuten (je nach Vorliebe für die Konsistenz eines Eies) in dem Essigwasser ziehen lassen.

In der Zwischenzeit den Romansalat mit dem Dressing mischen und auf den Brotscheiben verteilen, darauf das Schinkentatar geben.

Die gegarten Eier mit einer Schaumkelle vorsichtig herausheben und gut abtropfen lassen und jeweils auf die vorbereiteten Brote geben. Das Ei mit 1 Prise Salz und etwas Pfeffer würzen und die Brote servieren.

Tarik Rose am 27. September 2019

Süßkartoffel-Ragout BBQ-Style

Für 4 Personen

500 g Süßkartoffeln	Salz	200 g Zucchini
100 g Frühstücksspeck	200 g Crème-fraîche	2 Msp Paprikapulver, geräuchert
2 EL weißer Balsamicoessig	Pfeffer	

Süßkartoffeln schälen und in 1,5 cm große Würfel schneiden. Die Kartoffelwürfel mit 250 ml Wasser und etwas Salz in einen Topf geben, Deckel auflegen, aufkochen und etwa 8 Minuten garen.

Zucchini waschen, putzen, würfeln und zu den Süßkartoffeln geben.

Frühstücksspeck klein schneiden und mit der Crème fraîche und dem Paprikapulver zum Gemüse geben. Einmal aufkochen und etwa 5 Minuten sanft köcheln lassen.

Balsamicoessig einrühren und das Ragout mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Süßkartoffelragout auf Tellern anrichten.

Christian Henze am 02. Oktober 2019

Wirsing-Wickel mit Perlgraupen und Ingwer

Für 4 Personen

800 g Wirsing	Salz	4 Schalotten
1 Knoblauchzehe	4 EL Butter	100 g Perlgraupen
300 ml Geflügelbrühe	50 g Speck	80 ml salzarme Sojasauce
100 ml Portwein, rot	2 EL Senfsaat	10 g frischer Ingwer
300 ml Sahne	Baharat	2 Zweige Thymian
1 Landjäger (Rohwurst)	100 g gereifter Bergkäse	1 Bund Schnittlauch
1 EL Sesam		

Wirsing putzen. Etwa 12 schöne äußere Blätter vom Wirsing ablösen. Den dicken Blattansatz jeweils flachschneiden. Blätter kurz in gesalzenem Wasser blanchieren und anschließend direkt im Eiswasser abkühlen lassen. Auf einem Geschirrtuch gut abtropfen lassen.

Währenddessen die Hälfte der Schalotten und den Knoblauch schälen, fein würfeln. Die Hälfte der Butter in einem Topf erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin glasig andünsten.

Die Perlgraupen zugeben, kurz mit anbraten und mit der Brühe ablöschen. Bei niedriger Temperatur die Flüssigkeit fast komplett einkochen lassen und alles zu einem sämigen Risotto kochen. Die Graupen sollen auf jeden Fall noch etwas Biss haben. Die Graupen etwas abkühlen lassen.

Den übrigen Wirsing halbieren, den harten Strunk ausschneiden. Blätter in Stückchen schneiden. Übrige Schalotten schälen und fein würfeln. Speck in feine Würfel schneiden.

Den Speck in einer Pfanne kross auslassen und die Schalottenwürfel im Speckfett anbraten. Mit der Sojasauce und dem Portwein ablöschen. Flüssigkeit auf etwa ein Viertel einkochen.

Währenddessen die Senfsaat in einem Topf mit Wasser (ohne Salz!) vorgaren. Senfkörner abtropfen lassen. Ingwer schälen und fein reiben.

Die Sahne, Senfkörner und die Wirsingstückchen unter die eingekochte Flüssigkeit mischen, Wirsing sacht garen. Mit Salz, Baharat und Ingwer abschmecken.

Den Thymian abrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken.

Den Landjäger und den Bergkäse fein würfeln. Alles unter die Perlgraupen mischen und die Masse mit Baharat abschmecken.

Die blanchierten Wirsingblätter auf einer Arbeitsfläche ausbreiten. Die Perlgraupenmischung darauf verteilen, Seiten etwas über die Füllung klappen. Wirsingblätter fest aufrollen.

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen. Die Wirsingröllchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Rest Butter schmelzen, Röllchen damit bestreichen. Im heißen Backofen 12-14 Minuten garen.

Schnittlauch abrausen, trocken schütteln und fein schneiden. Sesam in einer Pfanne ohne Fett kurz rösten.

Das Wirsinggemüse abschmecken und in vorgewärmte tiefe Teller verteilen. Jeweils 3 Wirsingwickel in die Mitte setzen. Den Schnittlauch und den Sesam darüberstreuen.

Michael Kempf am 10. Dezember 2019

Zwiebelkuchen

Für 4 Personen

Für den Hefeteig:

125 g Milch	200 g Mehl	10 g frische Hefe
1 Prise Salz	1 Ei	2 EL Speiseöl

Für den Belag:

750 g Zwiebeln	100 g Speck	3 Zweige Zitronenthymian
3 Eier	200 g saure Sahne	$\frac{1}{2}$ TL Salz
Pfeffer	1 TL Kümmel	

Für den Hefeteig die Milch leicht erwärmen. Mehl in eine Rührschüssel sieben, eine Mulde eindrücken. Die Hefe hinein bröckeln. Mit etwas Milch und Mehl vom Rand verrühren. Den Vorteig zugedeckt ca. 5 Minuten gehen lassen.

Übrige Milch, Salz, Ei und Öl zum Vorteig geben. Alles zu einem glatten, geschmeidigen Teig kneten. Teig zu einer Kugel formen, zugedeckt an einem warmen Ort ca. 45 Minuten gehen lassen.

Währenddessen Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Den Bauchspeck ebenfalls in Würfel schneiden.

Speck in einer großen Pfanne auslassen. Zwiebeln zugeben und unter Wenden glasig dünsten. Abkühlen lassen.

Den Hefeteig nochmals kräftig durchkneten. Dann auf wenig Mehl rund ausrollen.

Eine Springform (Ø 28 cm) fetten und mit dem Teig auslegen. Dabei den Teig am Rand etwas hochziehen. Zugedeckt weitere 15 Minuten gehen lassen.

Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Zitronenthymian abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen.

Inzwischen die Eier in einer Schüssel leicht schaumig aufschlagen. Saure Sahne, Salz, Pfeffer, Zitronenthymian und Kümmel dazugeben und alles glatt verrühren.

Die abgekühlte Zwiebel-Speckmasse unter die Eimasse mischen und alles auf dem Teig verteilen. Den Zwiebelkuchen im vorgeheizten Backofen ca. 35-40 Minuten goldbraun backen.

Den Zwiebelkuchen aus dem Ofen nehmen, Form auf ein Kuchengitter setzen. Vor dem Anschneiden kurz ruhen lassen.

Simon Tress am 21. Oktober 2019

Index

- Apfel, 8
Artischocke, 80, 106
Aubergine, 88, 104, 105, 118, 130, 134
Auflauf, 104
- Bällchen, 37
Bürgermeisterstück, 48
Birne, 85
Birnen, 9, 12
Biskuit, 8
Blumenkohl, 91
Blutwurst, 146
Bohnen, 49
Brühe, 131
Braten, 61, 71
Bratklops, 32
Brokkoli, 74, 90, 101, 116
Brombeeren, 9
Brot, 3, 5
Butter, 132
- Chicoree, 50, 137
Coq-au-Vin, 20
Couscous, 63, 82, 87, 88, 105, 134
Crepes, 83, 117
Curry, 90, 102, 109, 126
- Eier, 82, 83, 85, 92, 95, 100, 102, 103, 107,
108, 110–112, 117, 118, 121, 122
Eintopf, 77
Enten-Brust, 21, 22
Erbsen, 77, 84, 92, 98
- Falafel, 84
Fenchel, 15, 32, 44, 45, 122, 131
Filet, 50, 53, 58, 70, 72
Fleisch, 52, 55, 62, 130, 131, 136
Forelle, 14
Frischkäse, 93, 96, 98, 113, 128
- Gans, 23
Garnelen, 44–46
Geflügel, 77
Gnocchi, 92, 107
- Gulasch, 60
Gurke, 26, 29, 67, 110, 128
- Hähnchen, 20, 30
Hähnchen-Brust, 24, 27
Hähnchen-Schenkel, 25, 26
Hüfte, 48, 56
Hühner-Brust, 21, 22, 24
Hackfleisch, 32, 35, 36
- Käse, 86, 87, 89, 92, 102, 107, 108, 114, 115,
118, 119, 121, 122, 126, 127
Kürbis, 21, 93, 100, 138
Kabeljau-Filet, 16
Kalb, 40, 41
Kartoffel, 84, 86, 91, 92, 94–97, 107, 109, 112,
114, 119
Kartoffeln, 2, 4, 76
Klöße, 3, 97
Knödel, 5, 97, 108, 139, 148
Knoblauch, 74
Kohl-Roulade, 33, 34
Kohlrabi, 96
Kuchen, 10, 110, 111
- Lachs-Filet, 15
Lasagne, 35, 106, 126
Lauch, 62, 77, 82, 88, 90, 94, 102, 134, 144
- Möhren, 16, 20, 23, 35, 52, 60, 61, 76, 103
Mandeln, 8
Mangold, 36, 54, 56, 108
Maronen, 109
Mascarpone, 8, 10
mit-Alkohol, 130, 131
Mozzarella, 104, 115, 126
- Nacken, 71
Nudeln, 35, 46, 89, 104, 116, 147
- Obst, 130–132
- Paprika, 56, 80, 105, 128, 130, 131, 142
Pfannkuchen, 110, 111

Pfirsich, 10
Pflaumen, 11
Pilze, 25, 33, 48, 86, 87, 97, 111–114, 117,
126, 127, 139
Pizza, 115
Polenta, 36, 80
Puten-Brust, 28

Quark, 8, 108, 120

Rösti, 84
Rücken, 50
Radieschen, 149
Ragout, 48, 106, 108, 119
Ravioli, 100, 127
Reh-Rücken, 136, 137
Reh-Schnitzel, 138
Reis, 18, 37, 55, 90, 118, 121, 122
Rettich, 58
Rinder-Hack, 32, 35–37
Roastbeef, 53, 58, 63
Rosenkohl, 63, 119
Rote-Bete, 22, 120
Rotkraut, 66

Saibling-Filet, 18
Salat, 2, 142, 147, 149
Sardellen, 17
Sauerkraut, 146
Schafskäse, 85, 110
Schinken, 143, 147, 149
Schmarrn, 9
Schulter, 49
Sellerie, 46, 55, 95, 121, 125
Souffle, 9
Speck, 144, 145, 148–151
Spinat, 5, 107
Spitzkohl, 124
Steak, 54
Strudel, 98, 124

Tafelspitz, 52
Tiramisu, 8
Tomaten, 74
Trüffel, 95

Vegan, 88, 106

Weißkohl, 34
Wild, 66
Wildschwein, 139
Wirsing, 150

Ziegenkäse, 93, 101
Zucchini, 28, 72, 149