

**Kochrezepte
aus Fernsehsendungen
von ARD oder ZDF**

ARD-Buffer

2008 Juli-Dez.

127 Rezepte

Cilly Krämer	Frank Heppner
Jörg Sackmann	Jacqueline Amirfallah
Josefa Pircher	Karlheinz Hauser
Mario Gamba	Michael Kempf
Otto Koch	Susanne Hornikel
Vincent Klink	

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<http://horst.hollatz.de>), 5. März 2018.

Inhalt

Beilagen	1
Bratkartoffel-Salat	2
Fladenbrot	2
Gratinierte Schwarzwurzeln	2
Käse-Spätzle	3
Kartoffel-Kroketten	3
Kartoffel-Roulade	4
Reis-Plätzchen	4
Fisch	5
Auberginen-Knoblauch-Crème mit gebratener Dorade	6
Bach-Saibling im Pfeffer-Mantel mit Chili-Soße, Rettich	6
Blumenkohl-Chili-Mousse mit gebratener Dorade	7
Forelle blau mit Petersilien-Kartoffeln	7
Gebackener Goldbarsch mit Gurken-Schmand	8
Gefüllte Rotbarbe mit provenzalischem Gemüse	8
Gemüse-Zander-Pfanne	9
Kabeljau gebraten mit Pommery-Senf-Soße und Blatt-Spinat	9
Lachs-Tatar in Limetten-Marinade	10
Marinierte bunte Linsen mit Räucher-Forellen-Mousse	10
Matjes-Tatar auf Rote-Bete Carpaccio	11
Zander im Reis-Blatt auf Schnittlauch-Butter-Soße	12
Zander mit Vanille-Möhren	13
Zander und gefüllter Paprika mit Frischkäse	13

Geflügel	15
Enten-Brust mit Essig-Kirschen	16
Enten-Brust mit schwarzer Johannisbeer-Soße	17
Enten-Roulade mit Rotkraut und Knödel	18
Exotisch gewürzter Rotkohl, Enten-Brüste	19
Feld-Salat mit gebratener Ente und Artischocken	20
Garnelen mit gebratener Enten-Brust	20
Gelbes Hähnchen-Curry mit Spitzkohl	21
Hähnchen-Geschnetzeltes mit Gemüse	21
Kartoffel-Kastanien-Püree und Enten-Brüste	22
Mais-Poularden-Brust mit zweierlei Pfeffer-Soßen	23
Pochierte Gänse-Brust mit lauwarmem Rote-Bete-Salat	24
Poularde im Brot-Mantel, Mandel-Risotto, Apfel-Spalten	25
Riesling-Hähnchen	26
Sandwich vom Sesam-Rösti mit Poularden-Brust	27
Hack	29
Bohnen-Salat mit Lamm-Frikadellen	30
Geröstete Maultaschen	31
Kirsch-Reis mit Hack-Bällchen vom Rind	32
Lamm im Spitzkohl-Blatt	32
Peperoni-Schweine-Hack-Steak mit gebackenen Kartoffeln	33
Schafskäse-Köfte vom Rind mit Couscous	33
Innereien	35
Geflügel-Leber-Parfait mit Honigkuchen, Physalis-Kompott	36
Kartoffel-Mais-Crêpes mit Kalb-Leber und Madeira-Soße	37
Kalb	39
Kalb-Filet mit gebrannten Mandeln	40
Kalb-Ragout im Yufka-Teig mit Möhren-Gemüse	40
Millefoglie vom Kalb-Rücken mit Steinpilzen, Bohnen	41
Nudeln mit Nuss-Soße und Kalb-Piccata	41
Ossobuco	42

Piccata milanese mit Spaghettini	43
Pot au feu vom Kalbfleisch mit Gemüse	43
Scaloppine al Masala	44
Zitronen-Nudeln mit feinem Kalb-Ragout	44
Lamm	45
Lamm-Filets in Senfsaat gebacken mit Salat	46
Lamm-Ragout mit Peperoni und Couscous	46
Meer	47
Chinesische Frühlingsrollen mit Gambas und Sesam-Soße	48
Gebratener Pulpo	49
Pasta Fagiolo mit Venusmuscheln	49
Risotto mit gebratenen Baby-Artischocken, Scampis	50
Teigtaschen mit Garnelen-Füllung	51
Tintenfisch-Salat	52
Tintenfisch-Tatar mit weißer Vinaigrette	52
Zitrusfrüchte-Salat mit Jacobsmuscheln und Garnelen	53
Rind	55
Carpaccio mit Champignon-Salat	56
Rindfleisch-Salat mit Kräuter-Vinaigrette	56
Rostbraten Esterhazy	57
Tomaten-Pfirsich-Salat mit Tatar	57
Westfälischer Pfeffer-Potthast	58
Schwein	59
Gratiniertes Schäufile mit Meerrettich-Kruste	60
Kartoffel-Kroketten mit Schweizer-Sahne-Steak	60
Schweine-Filet Robert	61
Schweine-Filet süß-sauer	61
Semmel-Knödel-Geröstl mit Schweine-Braten	62
Waldorf-Salat mit gebratenem Kasseler-Rippchen	62
Zitronen-Fenchel mit Rosmarin-Schnitzel	63

Soßen	65
Pfeffer-Soße	66
Pilz-Soße	66
Rahm-Rosenkohl	66
Schnittlauch-Butter-Soße	66
Sesam-Soße	67
Suppen	69
Borschtsch	70
Buttermilch-Bohnen-Suppe mit Hefe-Küchlein	70
Gazpacho	71
Hühner-Suppe mit Nudeln	71
Kartoffel-Lauch-Suppe, Bachsaibling, Kartoffel-Mantel	72
Rumfort-Suppe mit Schweine-Bauch	72
Wan-Tan-Suppe	73
Vegetarisch	75
Bratkartoffel-Salat mit pochiertem Eigelb und Croutons	76
Curry-Früchte mit Fladenbrot	76
Gebratene Kräuter-Grieß-Schnitte mit Pilz-Soße	77
Gefüllte Spitzpaprika	77
Gefüllte Zucchini-Blüten	78
Gratinierte Birnen mit Kakao-Nudeln und Gorgonzola-Soße	78
Honigkuchen	79
Joghurt-Quark-Mousse mit Zwetschgen-Ragout	79
Käse-Soufflé mit Pellkartoffeln	80
Käse-Spätzle	80
Nuss-Apfel-Taschen in Nougat-Soße	81
Persischer Safran-Reis	81
Pilz-Cannelloni mit Tomaten-Ragout	82
Pochierte Senf-Eier	83
Provenzalische Gemüse-Tarte	84
Ragout von Winterrettich mit Reis-Plätzchen	85

Ricotta-Soufflé mit Birnen-Soße	85
Sauerkraut-Apfel-Auflauf mit Kartoffel-Püree	86
Senf-Gemüse mit Rösti	87
Stapelei von Linsen-Mousse mit Apfel-Soße	87
Suppe von geröstetem Spitzkraut	88
Waffeln mit Ziegenkäse und Feigen	88
Waffeln mit Zwetschgen-Kompott	89
Wurzel-Gemüse-Nudeln mit Gorgonzola-Soße	89
Zweierlei von Artischocke auf Frisée und Oliven	90
Wild	91
Hirsch-Rücken unter Steinpilz-Kruste auf Wirsing	92
Kaninchen mit Erdnüssen	93
Reh-Medaillons mit Ingwer-Schokoladen-Soße	93
Reh-Medaillons mit Walnuss-Soße und Rosenkohl	94
Reh-Rücken im Crêpes-Mantel mit Pilzen und Wirsing	95
Reh-Rücken mit Zimt und Pastinaken-Gemüse	96
Sauerbraten von der Reh-Schulter mit Hefe-Knödel	97
Wachteln mit Granatapfel-Soße	98
Wildhasen-Geschnetzeltes mit Schupf-Nudeln	99
Wildschwein-Roulade mit Speck-Knödeln	100
Wurst-Schinken	101
Frühlingsrollen, Leberwurst, Sauerkraut, Kartoffel-Püree	102
Gratinierte Schwarzwurzeln mit Steinchampignons	103
Herzhafter Speck-Schmarrn mit Karotten-Salat	104
Kartoffel-Roulade mit Rahm-Rosenkohl	105
Kartoffel-Sandwich	106
Salat von frischem, gebratenem Endivie und Kochschinken	106
Index	107

Beilagen

Bratkartoffel-Salat

Für 4 Personen

500 g Kartoffeln	4 EL Olivenöl	2 Schalotten
300 ml Geflügelbrühe	3 EL süßer Senf	1 EL Estragonessig
Salz, Pfeffer	1 Bund Radieschen	1/2 Bund Schnittlauch

Kartoffeln waschen und gut bürsten. Dann in gleichmäßige Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl langsam goldgelb braten. Schalotten schälen, fein würfeln und kurz vor Ende der Garzeit mit zu den Kartoffeln geben und anbraten. Alles aus der Pfanne nehmen und in eine Schüssel geben. Für die Vinaigrette die Geflügelbrühe erwärmen. Den süßen Senf und das restliche Olivenöl einrühren und mit Estragonessig, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Dressing warm über die Kartoffelscheiben geben und eine halbe Stunde ziehen lassen. Dann nochmals abschmecken. Radieschen waschen und in Stifte schneiden. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und zusammen mit den Radieschen unter den Salat heben.

Michael Kempf Freitag, 19. September 2008

Fladenbrot

Für 2 Personen

150 g Mehl	40 ml Olivenöl	5 g Hefe
Pfeffer, Meersalz	2 EL Schwarzkümmel	

Mehl, Olivenöl, Hefe und 50 ml Wasser vermengen und gut verkneten. Den Teig eine Stunde ruhen lassen, dann auf einer bemehlten Fläche hauchdünn ausrollen, mit einer Kaffeetasse Kreise ausstechen und diese mit etwas Wasser bepinseln.

Die Teigkreise pfeffern, salzen, mit etwas Schwarzkümmel bestreuen und im vorgeheizten Ofen bei ca. 220 Grad (Umluft: 200 Grad / Gasherd: Stufe 3) ca. 5 Minuten ausbacken.

Vincent Klink Donnerstag, 17. Juli 2008

Gratinierte Schwarzwurzeln

Für 2 Personen

50 g weiße Zwiebeln	1 EL Olivenöl	25 g Schwarzwälder Schinken
4 Thymianzweige	130 g Butter	10 ml Kalbsjus
20 g geriebenes Weißbrot	20 g Parmesan	Salz, Pfeffer
4 Schwarzwurzeln	250 ml Milch	1 Spritzer Zitronensaft
1 Lorbeerblatt		

Die Zwiebeln schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Schinken ebenfalls fein würfeln und zugeben, dann alles in eine Schüssel umfüllen. Blättchen von 3 Thymianzweigen abzupfen und zugeben. Ebenfalls 80 g weiche Butter und Kalbsjus, alles gut vermengen. Zum Schluss Weißbrotbrösel und frisch geriebenen Parmesan untermischen und abschmecken. Die Masse zwischen zwei Blatt Backpapier 3 mm dünn ausrollen und einfrieren. Die Schwarzwurzeln abwaschen und evtl. abbürsten. 50 g Butter in einem Topf braun schmelzen, Milch, Zitronensaft, Lorbeerblatt und einen Thymianzweig zugeben und aufkochen. Die Schwarzwurzeln schälen und im Sud langsam gar ziehen lassen. Dann mit Salz und Pfeffer würzen und kalt stellen.

Jörg Sackmann Montag, 08. Dezember 2008

Käse-Spätzle

Für 4 Personen

400 g Mehl	Milch	3 Eier
4 Eigelb	Salz, Muskat	2 große Zwiebeln
ca. 30 g Butter	100 g Emmentaler	50 g Gouda
200 ml Rinderbrühe	Pfeffer	1 kl. Bund gemischte Kräuter

Für den Teig Mehl, Wasser (oder Milch), Eier, Eigelb, Salz und Muskat zu einen zähflüssigen Teig vermengen. Den Spätzleteig mit einem Holzkochlöffel oder mit der Hand so lange schlagen bis er Blasen zieht. Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Die Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden, 1 EL Butter in einer Pfanne schmelzen und die Zwiebelringe darin unter Rühren bräunen. Den Spätzleteig durch ein Knöpflisieb oder Abtropfsieb in das leicht kochende Wasser geben und sobald die Spätzle oben schwimmen, mit einem Schaumlöffel herausnehmen, mit kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen. In einer Pfanne die restliche Butter zerlassen und die Spätzle dazugeben. Den Käse reiben, mit etwas Spätzlewasser und der Rinderbrühe unter die Spätzle mengen, gut durchmischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kräuter waschen, trocknen, fein schneiden und unter die Spätzle geben. Die Käsespätzle auf vorgewärmten Teller mittig anrichten, die Röstzwiebeln darüber geben.

Karlheinz Hauser Montag, 17. November 2008

Kartoffel-Kroketten

Für 2 Personen

200 g Kartoffeln, mehlig	Salz	4 Eigelb
Pfeffer, Muskat	5 EL Mehl	2 Eier
3 EL Semmelbrösel	ca.1/2 l Olivenöl	

Die Kartoffeln schälen, in gleichgroße Stücke schneiden und in reichlich Salzwasser weich kochen. Das Wasser abschütten und die Kartoffeln gut ausdampfen lassen. (Den Topf dabei immer wieder schütteln, damit die Kartoffeln durch das Ausdampfen möglichst viel Wasser verlieren.) Die Kartoffeln durch die Kartoffelpresse geben, mit Eigelb verrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Kartoffelmasse auf einer gut bemehlten Arbeitsfläche zu gleichmäßigen Rollen von circa 1,5 cm Durchmesser formen und diese in Stücke von circa 4 cm Länge schneiden. Die einzelnen Rollen erst in Mehl wenden, dann durch geschlagenes Ei ziehen und mit Semmelbröseln panieren. Die Kroketten in einem Topf mit erhitztem Olivenöl goldbraun frittieren.

Vincent Klink Donnerstag, 18. September 2008

Kartoffel-Roulade

Für 4 Personen

600 g Kartoffeln, mehlig	Salz	1 Zwiebel
100 g geräucherter Bauchspeck	1/2 Bund glatte Petersilie	2,5 EL Butterschmalz
4 Eigelb	60 g weiche Butter	50 g Mehl
100 g Semmelbrösel	Muskat	Pfeffer

Für die Kartoffelroulade die Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. In der Zwischenzeit Zwiebel schälen und fein schneiden. Speck fein würfeln. Petersilie fein hacken. Speck und Zwiebeln in einer Pfanne mit 1 TL Butterschmalz anschwitzen. Pfanne vom Herd ziehen und Petersilie untermischen. Die gekochten Kartoffeln abschütten, dann mit dem Topf auf die noch warme Herdplatte stellen und gut ausdampfen lassen. Heiße Kartoffeln durch die Presse drücken, schnell Eigelb untermischen. 50 g weiche Butter, Mehl und Brösel untermischen, mit einer Prise Muskat, Salz und Pfeffer würzen und alles gut verkneten. Auf ein sauberes Küchentuch ein Pergamentpapier legen und dieses mit weicher Butter einfetten. Die Kartoffelmasse darauf verstreichen und mit der Speck-Zwiebel- Masse bestreuen. Mit Hilfe des Pergamentpapiers vorsichtig aufrollen. Dann das Papier entfernen und die Roulade in daumendicke Scheiben schneiden. Diese in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz von beiden Seiten bei mittlere Hitze jeweils ca. 3 Minuten braten.

Vincent Klink Donnerstag, 20. November 2008

Reis-Plätzchen

Für 2 Personen

50 g Reis	Salz	1 Ei
100 g Mehl	50 ml Milch	1/2 Bund Petersilie
Pfeffer	1 EL Butterschmalz	

Für die Reisplätzchen den Reis in viel Salzwasser gar kochen, abspülen und auf ein Sieb geben. Ei, Mehl und Milch zu einem Teig verrühren. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Den gekochten, gut abgetropften Reis mit dem Teig und der Petersilie mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen, mit einem Esslöffel Reisteigmasse zu kleinen Plätzchen in die Pfanne geben und diese von beiden Seiten ausbacken.

Vincent Klink Donnerstag, 11. Dezember 2008

Fisch

Auberginen-Knoblauch-Crème mit gebratener Dorade

Für 4 Personen

3 Auberginen	2 Knoblauchzehen	1 Zwiebel
2 rote Paprika	4 EL Olivenöl	Salz
Zucker	300 ml Gemüsebrühe	4 Doradenfilets

Die Auberginen waschen, mehrfach mit einer Gabel einstechen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Umluft 160 Grad / Gas: Stufe 2-3) ca. 40 Minuten backen. Knoblauch und Zwiebel schälen, in feine Stücke schneiden und die Paprika waschen, entkernen und ebenfalls in Stücke schneiden. Die gegarten Auberginen aus dem Ofen nehmen, das Fruchtfleisch herauskratzen, fein hacken und mit Knoblauch, 2 EL Olivenöl und etwas Salz gut vermengen. Paprika und Zwiebel in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anbraten, mit Salz und Zucker abschmecken und die Gemüsebrühe zugeben. Alles weich dünsten, pürieren und durch ein Sieb passieren. Die Fischfilets mit etwas Olivenöl in einer Grill- oder normalen Pfanne braten mit Salz und Thymianblätter würzen, mit der Paprikasoße und Auberginen- Knoblauchcreme anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 26. August

Bach-Saibling im Pfeffer-Mantel mit Chili-Soße, Rettich

Für 2 Personen

1 Bachsaibling ca. 1,2 kg	Salz, Pfeffer	20 g schw. Pfeffer,grob
20 g Szechuan-Pfeffer,grob	10 g Honig	10 ml Sojasoße
10 g Ketjab Manois	2 weiße Rettiche, mittelgroß	ca. 2 EL Sonnenblumenöl
2 Knoblauchzehen	1-2 Chilischoten (10 g)	30 g Zucker
10 ml Reissessig	1 kleine Salatgurke	1/2 Bund Lauchzwiebeln

Den Backofen auf 150 Grad (Umluft 140 Grad, Gas Stufe 2-3) vorheizen. Den Bachsaibling waschen und filetieren. Mit einer Pinzette sorgfältig die Gräten ziehen und anschließend von der Haut lösen. Die Filets nun in vier Teile schneiden und übereinander legen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Für den Pfeffermantel die beiden geschroteten Pfeffersorten in eine Schüssel geben und mit Honig, Sojasoße und dem Ketjab Manis vermengen. Rettich schälen und längs in Scheiben schneiden. Vier große Scheiben davon mit dem Pfefferlack bestreichen und die zusammengelegten Bachsaiblingfilets darin einrollen und diese mit etwas Sonnenblumenöl im Ofen bei 150 Grad unter Zugabe von etwas Wasserdampf ca. 5-7 Minuten garen. Der Kern sollte noch etwas glasig / saftig sein. Für die Soße Knoblauch schälen und fein schneiden. Chili halbieren, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch sehr fein schneiden. Den Zucker in einem Topf leicht karamellisieren, Chilischoten und Knoblauch zusammen mit 50 ml Wasser und dem Reissessig zugeben und mit dem Zucker verkochen. Den Rest des Rettichs in ganz feine, lange Streifen schneiden und kurz in Eiswasser legen. Die Gurke schälen und in dünne Scheiben schneiden. Lauchzwiebeln in feine Scheiben schneiden. Die Teller mit den Gurkenscheiben kreisförmig auslegen, das Rettichstroh oben auflegen. Die Bachsaiblingstücke in zwei Teile schneiden und hochkant auf dem Rettich anrichten. Mit der Chilissoße, etwas Meersalz und den Zwiebellauchscheiben anrichten.

Karlheinz Hauser Montag, 21. Juli 2008

Blumenkohl-Chili-Mousse mit gebratener Dorade

Für 2 Personen

2 Zwiebeln	2 EL Pflanzenöl	1 Blumenkohl (ca. 400 g)
250 ml Kokosmilch	Salz	2 Blatt Gelatine
300 ml Gemüsebrühe	2 rote Chilischoten	1 grüne Chilischote
1 rote Paprika	Pfeffer	brauner Zucker
2 Doradenfilets	1 EL Butterschmalz	

Für das Mousse die Zwiebeln schälen, fein hacken und eine Zwiebel in einem Topf mit 1 EL Öl anschwitzen. Den Blumenkohl waschen, in kleine Stücke schneiden, in der Pfanne mit anbraten, dann alles mit Kokosmilch ablöschen und weich dünsten. Mit Salz abschmecken, pürieren und durch ein Sieb passieren. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken, in möglichst wenig Gemüsebrühe auflösen und unter den Blumenkohl rühren. Die Chilischoten entkernen, sehr fein hacken, von der Roten die Hälfte zurückhalten und den Rest zu dem Blumenkohl geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und das Mousse in kleine Förmchen füllen. Für die Soße die restlichen Zwiebelwürfel in einer Pfanne mit 1 EL Öl anschwitzen, die Paprika waschen, entkernen und mit der restlichen Chili dazugeben. Alles andünsten und mit Salz und braunem Zucker abschmecken. Die restliche Gemüsebrühe zugeben, alles weich kochen, pürieren und durch ein Sieb passieren. Die Doradenfilets salzen, von beiden Seiten circa 3 Minuten in Butterschmalz anbraten und mit der Soße und dem Blumenkohl-Chilimousse anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 22. Juli 2008

Forelle blau mit Petersilien-Kartoffeln

Für 2 Personen

500 g Kartoffeln, fest	Salz	1 Karotte
1/2 Stange Lauch	1 Zwiebel	1 Lorbeerblatt
1 Gewürznelke	100 ml Weißweinessig	1 TL Pfefferkörner
2 ganze Forellen	1/2 Bund Blattpetersilie	100 g Butter

Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Karotte schälen, Lauch putzen und beides in dünne Scheiben schneiden. In einem großen Topf (die Forellen sollten hineinpassen) ca. 4 l Wasser und das Gemüse aufkochen. Die Zwiebel schälen, mit dem Lorbeerblatt und der Nelke spicken und mit ins Kochwasser geben. Essig, Pfefferkörner und etwas Salz hinzufügen. Das Wasser aufkochen, die Forellen hineingeben und ca. 10 Minuten darin sieden lassen. In der Zwischenzeit die Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Butter in einen Topf geben und zerlaufen lassen. Die weich gekochten Kartoffeln abschütten und mit wenig Butter und der Petersilie vermischen. Restliche Butter in eine Sauciere geben und am Tisch zur Forelle reichen. Die Forellen aus dem Sud nehmen und anrichten. Mit den Kartoffeln servieren.

Otto Koch Freitag, 19. Dezember 2008

Gebackener Goldbarsch mit Gurken-Schmand

Für 2 Personen

300 g frische Gartengurke	150 g saure Sahne	Salz, Pfeffer
1 Bund Dill	2 Goldbarschfilets a 150 g	2 EL Mehl
1-2 Eier	ca. 100 g Semmelbrösel	1 EL Butterschmalz
1 Zitrone		

Die Gurke waschen und nur streifenweise schälen, dann in dünne Scheiben hobeln. saure Sahne untermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Dill fein hacken und unter die Gurken mischen. Fischfilet entgräten, mit Salz und Pfeffer würzen. Dann in Mehl wenden, durchs verquirlte Ei ziehen und in den Semmelbröseln wenden. Mit der Hand die Panade festdrücken. In einer Pfanne mit Butterschmalz die Fischfilets goldbraun braten. Zitrone in Spalten schneiden. Fisch mit dem Gurkenschmand anrichten und servieren.

Otto Koch Freitag, 1. August

Gefüllte Rotbarbe mit provenzalischem Gemüse

Für 4 Personen

4 Rotbarben a 300 g	8 Gambas (Größe (8/12)	6 Schalotten
2 gelbe Paprika	2 rote Paprika	3 kleine Zucchini
120 ml Olivenöl	60 g Tomatenmark	Salz, Pfeffer
1 Knoblauchzehe	100 g Rucola	80 g getrocknete Öl-Tomaten
2 Zweige Basilikum		

Für das Pesto:

100 g Basilikum	80 g Parmesan	2 Knoblauchzehen
40 g Pinienkerne	Salz	ca. 200 ml Olivenöl

Die Rotbarben ausnehmen, schuppen und filetieren. Dabei darauf achten, dass die Filets am Schwanzende nicht durchgeschnitten werden. Die Bauchgräten mit einer Pinzette herausziehen. Die Gambas aus der Schale brechen und mit Hilfe eines spitzen Messers den Darm herausziehen. Gambas und Fischfilets kalt stellen. Schalotten schälen, Paprikaschoten halbieren, die Stängelansätze und die Kerne entfernen und die Zucchini waschen. Alles in kleine Würfel schneiden. Etwa 80 ml Olivenöl in einem Schmortopf erhitzen und die Gemüse darin anbraten. Das Tomatenmark unterrühren, kräftig anschwitzen, salzen und pfeffern und bei schwacher Hitze weich schmoren. Falls nötig etwas Wasser hinzufügen. Eine Knoblauchzehe schälen und fein reiben. Die Gambas mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen und in 3 EL Olivenöl scharf anbraten. In kleine Stücke schneiden und unter das Gemüse mischen. Abkühlen lassen. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Rotbarben mit dem Ratatouille füllen und wieder zusammenklappen. 2 EL Olivenöl in eine längliche Form gießen, die Fische Kopf an Schwanz hineinlegen und im heißen Ofen ca. 8 Minuten garen. Für das Pesto die Basilikumblätter abzupfen. Parmesan fein reiben. Knoblauch schälen. Einige schöne Blätter Basilikum zur Seite stellen. Restliche Blätter mit dem Parmesan, den Pinienkernen, den klein geschnittenen Knoblauchzehen und Salz in einen Mixer geben und bei kleiner Geschwindigkeit vorsichtig unter langsamer Zugabe des Olivenöls mixen. Die nun fertig gegarten Rotbarben auf Tellern anrichten, mit ein paar Blättern Rucola und mit Pesto, getrockneten Tomaten und Basilikumblättern garnieren.

Karlheinz Hauser Montag, 25. August

Gemüse-Zander-Pfanne

Für 2 Personen

8 getrocknete Mu-Err-Pilze	3 Wasserkastanien (Dose)	200 g Zuckerschoten
1 Schalotte	150 g Zanderfilet	2 EL Sesamöl, geröstet
80 g Bambussprossen (Dose)	80 ml Sojasoße	80 ml Hühnerbrühe
Salz		

Die Mu Err Pilze ca. 1 Stunde in Wasser einweichen und dann in feine Scheiben schneiden. Die Wasserkastanien fein hacken. Zuckerschoten putzen. Schalotte schälen und fein schneiden und das Zanderfilet in Streifen schneiden. In einem Wok Sesamöl erhitzen und die Schalotte und Zuckerschoten darin anbraten. Mu Err Pilze, Wasserkastanien und Bambussprossen zugeben und alles gut durchmischen. Die Fischstreifen zugeben und mit anbraten. Mit Sojasoße und Hühnerbrühe ablöschen und kurz garen, bis der Fisch durch ist. Mit Salz abschmecken und servieren. Dazu passt gut Klebereis.

Otto Koch Freitag, 08. August

Kabeljau gebraten mit Pommery-Senf-Soße und Blatt-Spinat

Für 4 Personen

12 kleine neue Kartoffeln	3 Schalotten	20 g Staudensellerie
7 EL Butter	1 Lorbeerblatt	2 Zweige Thymian
5 Pfefferkörner	200 ml Weißwein	100 ml Fischfond
50 ml Sahne	2 EL Pommery-Senf	Salz, Pfeffer
1 Spritzer Zitronensaft	3 Stiele glatte Petersilie	4 Kabeljaufilets mit Haut a 160 g
2 EL Olivenöl	500 g Blattspinat	1/2 Knoblauchzehe
1 Prise Muskat	1 Zweig Dill	

Kartoffeln gut abwaschen und mit der Schale weich kochen. Für die Soße eine Schalotte schälen und fein schneiden. Staudensellerie waschen, evtl. abziehen und in feine Würfel schneiden. In einem Topf mit 2 EL Butter Schalotte und Sellerie farblos anschwitzen. Den Lorbeer, 1 Thymianzweig und die Pfefferkörner hinzugeben. Mit Weißwein und Sekt ablöschen und um die Flüssigkeit um etwa die Hälfte einkochen lassen. Dann mit dem Fischfond auffüllen und nochmals etwas einkochen. Die Sahne hinzugeben und einmal aufkochen. Alles durch ein feines Sieb passieren. Den Senf untermischen und mit Salz, Pfeffer und wenig Zitronensaft abschmecken. Den Backofen auf 170 Grad (Umluft 150 Grad, Gas Stufe 2-3) vorheizen. Die weich gekochten Kartoffeln abschütten und schälen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne (mit hitzestabilem Griff) mit Olivenöl auf der Hautseite anbraten und dann ca. 4 Minuten im vorgeheizten Ofen garziehen, so dass er noch schön glasig im Kern ist. Aus dem Ofen nehmen. 1 EL Butter und 1 Thymianzweig in die Pfanne geben und den Fisch darin noch mal nachbraten. Die Kartoffeln in einer Pfanne mit 2 EL Butter schwenken. Mit Salz würzen und Petersilie untermischen. Spinat putzen, gut waschen und abtropfen lassen. Die restlichen Schalotten schälen, in feine Würfel schneiden und in einem Topf mit 2 EL Butter farblos anschwitzen. Die Spinatblätter hinzugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer, etwas Knoblauch und Muskat abschmecken. Spinat auf vorgewärmten Tellern anrichten, den Kabeljau darauf geben, mit Dill garnieren und mit der Pommery-Senf Soße vollenden. Kartoffeln dazu reichen.

Karlheinz Hauser Montag, 08. September 2008

Lachs-Tatar in Limetten-Marinade

Für 2 Personen

300 g Lachs	3 Limetten, unbehandelt	Salz, Pfeffer
2 EL Olivenöl	100 g Crème-fraîche	1 Zwiebel
500 g Kartoffeln, mehlig	2 EL Butterschmalz	1 Bund Schnittlauch

Den Lachs sorgfältig von Gräten und vom Fett befreien und in sehr feine Würfel schneiden. Die Limettenschale abreiben und mit Salz, Pfeffer, ca. 2 EL Olivenöl und dem Saft von ein bis zwei Limetten unter den Lachs geben und alles kalt stellen. Crème-fraîche mit dem restlichen Limettensaft verrühren, mit Salz abschmecken und ebenfalls kalt stellen. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Kartoffeln auf einer groben Reibe reiben, salzen, einige feine Zwiebelwürfel zugeben, die Masse gut ausdrücken und in einer Pfanne mit Butterschmalz kleine Rösti ausbacken. Den Schnittlauch waschen, trocknen, fein schneiden unter das Lachstatar geben und alles nochmal abschmecken. Lachstatar mit Crème-fraîche servieren, dazu passt gut grüner Blattsalat.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 12. August

Marinierte bunte Linsen mit Räucher-Forellen-Mousse

Für 2 Personen

2 Blatt Gelatine	1 geräuchertes Forellenfilet	ca. 500 ml Gemüsebrühe
20 g Crème-fraîche	Salz, Pfeffer	50 g rote Linsen
50 g grüne Linsen (Le-Puy)	50 g braune Berglinsen	3 Knoblauchzehen
3 Zweige Thymian	2 EL Sherry-Essig	1 TL Senf
3 EL Olivenöl	1/2 Bund Schnittlauch	

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Von der Räucherforelle 2 ca. 1 cm breite Stücke für die Garnitur beiseite legen. Restliches Fischfilet fein hacken. 20 ml Gemüsebrühe erhitzen und die ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Mit der Crème-fraîche vermischen, gehackte Fischstücke unterheben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und kalt werden lassen. Die Linsen getrennt in kaltem Wasser einweichen. Dann abgießen und getrennt in einem Topf mit Gemüsebrühe weich kochen. Jeweils eine angedrückte geschälte Knoblauchzehe und einen Zweig Thymian mit in die Brühe geben. Die weich gekochten Linsen abschütten und auf einem Sieb abkühlen lassen. Essig, Senf und 3 EL Öl zu einer Vinaigrette mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Schnittlauch fein schneiden. Linsen mit der Vinaigrette anmachen, den Schnittlauch untermischen und nochmals abschmecken. In Dessertgläser o.ä. etwas Linsensalat geben, 1 EL Räucherfischmousse darauf geben und mit dem zurückbehaltenen Forellenfilet garnieren. Evtl. noch mit Schnittlauchröllchen bestreuen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 30. Dezember 2008

Matjes-Tatar auf Rote-Bete Carpaccio

Für 2 Personen

1-2 Knollen Rote-Bete	1 Zitrone	1 kleine rote Zwiebel
1 Apfel	1 EL Kapern	4 frische Matjesfilets
Salz, Pfeffer	4 EL Olivenöl	2 EL saure Sahne
1/2 Bund Dill		

Rote-Bete mit der Schale weich kochen. Etwas auskühlen lassen und schälen. Von der Zitrone den Saft auspressen Zwiebel schälen und fein würfeln. Apfel waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und dann die Apfelvierteln in feine Würfel schneiden. Kapern hacken. Matjes ebenfalls sehr fein schneiden. Alle gewürfelten Zutaten mischen und mit Salz, Pfeffer, 2 EL Olivenöl und 1 -2 TL Zitronensaft abschmecken. Die Rote-Bete Knolle in dünne Scheiben schneiden und zwei Teller damit auslegen. 2 EL Olivenöl, 1 TL Zitronensaft, Salz und Pfeffer gut vermischen und über die Rote Bete Scheiben träufeln. In die Mitte des Carpaccios einen runden Ausstecher stellen. Diesen mit Matjestatar füllen, leicht andrücken, dann den Ausstecher abziehen. Mit einem Klecks saurer Sahne verzieren. Dill fein hacken und darüber streuen.

Otto Koch Freitag, 04. Juli 2008

Zander im Reis-Blatt auf Schnittlauch-Butter-Soße

Für 2 Personen

Für den Zander im Reisblatt:

4 Reisblätter	20 g Toastbrot ohne Rinde	ca. 5 EL Butter
2 Tomaten	150 g Zanderfilet ohne Haut	40 g Spinatblätter
etwa Salz	1 Knoblauchzehe	Pfeffer
1 Zweig Koriander frisch	1 Prise Zucker	1 EL Zitronensaft
1 Eiweiß		

Für die Soße:

1 Schalotte	50 g Butter	20 ml trockener Wermut
40 ml trockener Weißwein	1/4 l Frischfisch	1 Bund Schnittlauch
1 Spritzer Zitronensaft	1 Prise Cayennepfeffer	

Die Reisblätter in feuchte Tücher einschlagen und ca. 20 bis 30 Minuten einweichen lassen. Das Toastbrot in Würfelchen schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter knusprig braun rösten. Dann auf ein Küchentrepp geben.

Die Tomaten mit heißem Wasser überbrühen, dann die Haut und die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln.

Das Zanderfilet in Würfel bzw. kleine Stücke schneiden. Spinatblätter waschen, in kochendem Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Die Spinatblätter gut ausdrücken und in einer Pfanne mit 1 EL Butter trocken andünsten. Mit etwas Knoblauch, Salz und Pfeffer würzen und vorsichtig den Tomaten und den Brotwürfeln vermengen. Koriander fein hacken und untermischen. Mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und etwas Zitronensaft abschmecken.

Den Backofen auf 220 Grad (Umluft 200 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Vorbereitete Brotwürfelmasse zum Zander geben, die Menge vierteln und jeweils eine Portion in die Mitte eines Reisblatts häufen und länglich formen. Die Ränder des Reisblatts mit Eiweiß bestreichen, zusammenrollen und außen nochmals mit Eiweiß bepinseln. In einer Pfanne mit reichlich Butter auf allen Seiten goldbraun anbraten, dann 5 Minuten im vorgeheizten Ofen knusprig braten.

Für die Soße Schalotte schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Mit Wermut und Weißwein ablöschen und um etwa die Hälfte einkochen. Den Fischfond angießen und nochmals etwas einkochen lassen.

Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Die Soße mit restlicher kalter Butter binden, mit Zitronensaft und Cayennepfeffer abschmecken und den Schnittlauch untermischen.

Auf vorgewärmte Teller einen Soßenspiegel gießen und die knusprigen Zanderreisblätter hineinlegen.

Jörg Sackmann Montag, 29. September 2008

Zander mit Vanille-Möhren

Für 2 Personen

500 g Möhren	1 Zwiebel	2 EL Butterschmalz
Salz	1 Prise Zucker	1 Vanilleschote
30 ml Gemüsebrühe	300 g Zanderfilet mit Haut	Pfeffer
1 Knoblauchzehe	1/2 Bund Lauchzwiebeln	50 ml Weißwein
50 ml Sahne	2 Zweige Thymian	

Möhren schälen und in schräge ca. 3 mm starke Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und fein schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz die Zwiebel anschwitzen, Möhren zugeben und mit Salz und einer Prise Zucker würzen. Die Vanilleschote längs halbieren und das Mark herausstreichen. Das Mark und auch die ausgekratzte Schote mit zu den Möhren geben. Gemüsebrühe angießen und zugedeckt, das Gemüse ca. 15 Minuten dünsten. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Fischfilet in 2 Teile schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch schälen und andrücken. In einer Pfanne mit hitzestabilem Griff 1 EL Butterschmalz erhitzen, die Fischfilets von beiden Seiten kurz braten, Knoblauchzehe zugeben und im vorgeheizten Ofen fertig garen (ca. 3 Minuten). In der Zwischenzeit die Lauchzwiebeln fein schneiden. Fisch und Knoblauch aus der Pfanne nehmen und im Bratfett Lauchzwiebeln anschwitzen. Mit Weißwein und Sahne ablöschen, kurz aufkochen. Thymianblätter untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fisch anrichten, die Soße angießen und das Möhrengemüse dazu reichen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 9. Dezember 2008

Zander und gefüllter Paprika mit Frischkäse

Für 2 Personen

70 ml Olivenöl	2 EL Weißweinessig	50 ml Fischfond
Salz, Pfeffer	300 g Zanderfilet	2 kleine rote Paprika
40 g Karotte	40 g Sellerie	1/4 Bund glatte Petersilie
1/4 Bund Basilikum	100 g Frischkäse	

50 ml Olivenöl mit Weißweinessig und Fischfond mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Zanderfilet in 4 Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Zanderstücke von beiden Seiten braten. In eine kleine Schüssel legen und mit der abgeschmeckten Vinaigrette übergießen. Gut gekühlt mindestens 30 Minuten ziehen lassen. Den Ofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 4) vorheizen. Paprika halbieren und die Kerne und den Fruchtansatz ausbrechen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen, Paprikahälften darauf legen mit Olivenöl beträufeln, mit Salz und Pfeffer bestreuen. Im Ofen ca. 15 Minuten garen. Aus dem Ofen nehmen, kurz erkalten lassen und die Haut abziehen. Karotte und Sellerie putzen bzw. schälen, in feine Würfel schneiden und diese in Salzwasser blanchieren. Herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Frischkäse mit den Gemüsegewürfen und den Kräutern vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Paprikahälften mit der Frischkäsemasse füllen. Fischstücke mit dem Paprika servieren.

Otto Koch Freitag, 22. August

Geflügel

Enten-Brust mit Essig-Kirschen

Für 4 Personen

4 EL Schattenmorellen	100 ml Rotweinessig	200 ml Wasser
50 g Zucker	4 Entenbrüste a 150 g	Salz, Pfeffer
2 EL Butterschmalz	500 g Karotten	1 kleiner Brokkoli
200 ml Rotwein	200 ml Geflügelfond	4 EL Butter

Die Kirschen aus dem Glas nehmen und abtropfen lassen. Essig mit Wasser und Zucker aufkochen, die Kirschen in den kochenden Sud legen, abkühlen und über Nacht abgedeckt im Kühlschrank ziehen lassen. Den Backofen auf 80 Grad (Umluft 75 Grad, Gas Stufe 1-2) vorheizen. Von den Entenbrüsten die Sehnen entfernen und auch die Haut vorsichtig ablösen. Wer Möchte kann die Haut in feine Streifen schneiden, in einer Pfanne ohne Fett knusprig auslassen und vor dem Servieren über das Gericht streuen. Entenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne mit hitzestabilem Griff mit 2 EL Butterschmalz von beiden Seiten anbraten und anschließend im 80 Grad heißen Ofen ca. 20 Minuten garen. Karotten schälen, evtl. in Stifte schneiden, in Salzwasser blanchieren, herausnehmen, abschrecken und abtropfen lassen. Brokkoli in Röschen teilen, ebenfalls blanchieren, herausnehmen, abschrecken und abtropfen lassen. Für die Soße den Rotwein mit Geflügelfond und 100 ml Essigkirschensud aufkochen. Um die Hälfte einkochen lassen und anschließend 2 EL kalte Butter unterrühren. Die Kirschen in der Soße erwärmen und abschmecken. Gemüse in einer Pfanne mit 2 EL Butter schwenken, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Entenbrüste aufschneiden, mit dem Gemüse anrichten und mit der Essigkirschsoße umgießen.

Otto Koch Freitag, 14. November

Enten-Brust mit schwarzer Johannisbeer-Soße

Für 2 Personen

2 Entenbrüste a 150 g	Salz, Pfeffer	200 g Zuckerschoten
100 ml Rotwein	100 ml Geflügelfond	1 EL kalte Butter
50 ml Cassislikör	50 g schwarze Johannisbeeren	300 g Kartoffeln, mehlig
100 ml Milch	50 g Mehl	1 Ei
1 Eiweiß	1 Prise Muskat	2 EL Butterschmalz
1 EL Butter		

Den Backofen auf 180 Grad Oberhitze vorheizen. Die Haut der Entenbrüste rautenförmig einschneiden, dann mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne die Entenbrüste zuerst auf der Hautseite 3 Minuten anbraten. Dann wenden, weitere 3 Minuten braten und mit der Hautseite nach Oben in vorgeheizten Ofen geben und ca. 10 Minuten weiter garen. (Die Brüste sollen innen noch leicht rosa sein.) Den Ofen abschalten und die Brüste bis zum Anrichten warm halten. Die Zuckerschoten kurz in Salzwasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Für die Soße Rotwein und Geflügelfond in einen Topf geben und um die Hälfte einkochen. Kalte Butter unterrühren und mit Cassislikör, Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Anrichten die Johannisbeeren zugeben und noch ca. 3 Minuten köcheln lassen. Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser weich kochen. Das Wasser abschütten, die Kartoffeln im Topf kurz auf der heißen Herdplatte ausdampfen lassen, dann durch eine Presse drücken. Mit Milch, Mehl und Ei vermischen. Das Eiweiß steif schlagen und unter die Kartoffelmasse heben. Mit Salz und einer Prise Muskat abschmecken. Aus der Masse in einer Pfanne mit Butterschmalz kleine Crepes ausbacken. Vor dem Servieren die Zuckerschoten in einer Pfanne mit 1 EL Butter schwenken, salzen. Entenbrüste aufschneiden und mit den Kartoffelcrepes und den Zuckerschoten anrichten, mit der Soße umgießen.

Otto Koch Freitag, 18. Juli 2008

Enten-Roulade mit Rotkraut und Knödel

Für 4 Personen

Für die Entenroulade:

400 g Rotkohl	400 ml kräftiger Rotwein	2 EL Rotweinessig
250 ml Apfelsaft	2 EL Johannisbeergelee	2 EL Preiselbeerkonfitüre
1 Msp Piment, gemahlen	1 Msp Koriander, gemahlen	1 Msp Zimt, gemahlen
Salz und Pfeffer	4 Entenbrüste a ca. 180 g	2 EL Butterschmalz
1 EL Butter		

Für die Knödel:

500 g mehlig. Kartoffeln	2 Eier	40 g Grieß
30 g Mehl	Muskat, Salz, Pfeffer	

Vom Kohl Strunk entfernen, dann fein hobeln. Backofen auf 200 Grad (Umluft: 180 Grad/Gasherd: Stufe 3) Die Kohlstreifen mit 250 ml Rotwein, Rotweinessig, Apfelsaft, Johannisbeergelee, Preiselbeerkonfitüre sowie Piment, Koriander und Zimt in einem geschlossenen Topf ca. 50 Minuten durchkochen. Den Kohl abschütten, den entstandenen Fond in eine heiße Pfanne gießen und zu Sirup einkochen. Den gegarten Kohl in den Sirup geben, untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Entenbrust enthäuten. Die Haut in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne rösten bis die Würfelchen kross sind. Warmstellen. Die Brust horizontal, flach fast ganz durchschneiden, aufklappen. In Butterbrotpapier oder Klarsichtfolie dünn plattieren. Pfeffern und salzen, mit dem Rotkohl belegen, die gebratene Entenhaut darüber streuen. Zusammenrollen und evtl. mit Küchenfaden fixieren. Die Entenbrustroulade sanft von beiden Seiten bei geschlossenem Deckel sanft braten (10 Min.). Ca. 150 ml Rotwein angießen, kurz köcheln, die Rouladen herausnehmen, die Soße mit Butter binden und abschmecken. Für die Knödel Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Die gekochten Kartoffeln abschütten und zurück auf die noch warme Herdplatte stellen und gut ausdampfen lassen. Heiße Kartoffeln durch die Presse drücken, schnell Eier, Grieß und Mehl untermengen. Die Masse mit Muskat, Pfeffer und Salz würzen und zu kleinen Knödeln formen. Die Knödel ca. 15 Minuten in siedenden Salzwasser garen.

Vincent Klink Mittwoch, 17. Dezember

Exotisch gewürzter Rotkohl, Enten-Brüste

Für 2 Personen

1 kleiner Rotkohl (ca. 600 g)	1 rote Zwiebel	1/2 TL Korianderkörner
2 Kaffirlimettenblätter	1/2 getrocknete Chili	1/2 TL Anis
2 EL Gänseschmalz	Salz	1 TL brauner Zucker
2 EL Rotweinessig	250 ml Ananassaft	Sojasoße
150 g frische Ananas	400 Entenbrust	250 ml Geflügelbrühe
1-2 EL kalte Butter	ca. 20 Erdnüsse, gehackt	

Den Rotkohl halbieren, Strunk entfernen und den Rest in feine Streifen schneiden oder hobeln. Zwiebel schälen und in feine Scheiben schneiden. Korianderkörner, Limettenblätter, Chili und Anis in einem Mörser zerstoßen. In einen breiten Topf mit 2 EL Gänseschmalz erst die gemörsernten Gewürze geben, dann den Rotkohl und die Zwiebelringe dazu geben und anbraten. Mit wenig Salz und braunem Zucker würzen, mit Essig, Ananassaft und Sojasoße ablöschen. Bei mittlere Hitze zugedeckt ca. 20 Minuten dünsten. Ananas schälen, den Strunk entfernen, das Fruchtfleisch würfeln. Unter das Kraut mischen und noch ca. 10 Minuten weiterdünsten. Nochmals abschmecken. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Entenbrust auf der Hautseite vorsichtig einritzen, dann auf der Hautseite in eine kalte Pfanne (mit hitzestabilem Griff) legen und die Pfanne erhitzen. Wenn die Haut braun ist und das Fett ausgetreten ist, das Fleisch wenden und die Fleischseite braun braten. Dann im vorgeheizten Ofen je nach Größe der Entenbrust noch 5 bis 8 Minuten fertig garen. Fleisch herausnehmen, das Fett abgießen und den Bratensatz in der Pfanne mit einem Spritzer Sojasoße und Brühe ablöschen. Kurz aufkochen, mit kalter Butter binden und abschmecken. Rotkohl auf Teller geben, aufgeschnittene Entenbrust drauflegen, Soße angießen und mit gehackten Erdnüssen bestreuen. Dazu passt Kartoffel-Erdnuss-Püree. Dafür das Kartoffel-Püree mit Erdnussbutter und gehackten Erdnüssen abschmecken.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 4. November

Feld-Salat mit gebratener Ente und Artischocken

Für 4 Personen

200 g Feldsalat	2 Entenbrüste	Salz, Pfeffer
1 EL Pflanzenöl	2 Zweige Thymian	8 Artischocken (klein)
2 EL Olivenöl	1 Zweig Rosmarin	50 ml Sekt
25 ml Champagner-Essig	5 ml Estragonessig	20 ml Weißwein
20 ml Weißer Portwein	50 ml Traubenkernöl	1 TL Dijon-Senf
1 TL Honig	Salz, Zucker	

Den Feldsalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 170, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Entenbrüste von Filet und Sehnen befreien, die Haut mit einem scharfen Messer leicht einschneiden, salzen, pfeffern und kurz in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten anbraten. Ein Zweig Thymian dazugeben und im Ofen bei 180 Grad ca. 8 Minuten mit der Hautseite nach oben garen, anschließend 5 Minuten ruhen lassen. Die Entenbrust sollte innen noch rosa sein. Die Artischocken schälen, den Stiel dran lassen. Mit einem Kugelausstecher vorsichtig das Heu im Innern herausnehmen, die Artischocken dann halbieren. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Artischocken zunächst anbraten, dann bei mäßiger Hitze fertig garen. Ein Zweig Thymian und Rosmarin zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Für das Dressing den Sekt, die Essige und die Weine vermengen, das Traubenkernöl nach und nach reinträufeln und alles mit einem Mixstab oder einem Schneebesen verrühren bis es emulgiert ist. Senf und Honig hinzufügen und mit Salz und Zucker abschmecken. Feldsalat auf dem Teller anrichten, mit dem Dressing marinieren. Entenbrüste in Tranchen schneiden und mit den gebratenen Artischocken auf den Salat legen. Wer mag kann noch geröstete Pinienkerne darüber streuen.

Karlheinz Hauser Montag, 22. Dezember

Garnelen mit gebratener Enten-Brust

Für 2 Personen

2 kleine Entenbrüste	Salz, Pfeffer	1 EL Pflanzenöl
100 g Ingwer	1 Stange Zitronengras	4 Garnelen
1 kleine Chilischote	600 ml Gemüsebrühe	1 Bund frischer Koriander
1 Bund Thai-Basilikum	1 kleine Kartoffel	60 g Karotte
60 g Zucchini	ca. 20 ml Sojasoße	Zucker

Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Entenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Öl von beiden Seiten anbraten. Dann auf der Hautseite in den Ofen geben und ca. 10 Minuten weitergaren. Ingwer schälen und grob schneiden. Vom Zitronengras die äußeren harten Blätter entfernen, Zitronengrasstange grob schneiden. Garnelen schälen und die Därme entfernen. Chili halbieren und die Kerne austreichen. Gemüsebrühe mit Ingwer, Zitronengras, Chili, Garnelenschalen und der Hälfte des Korianders und Thai-Basilikums aufkochen und etwas einkochen lassen. Kartoffel und Karotte schälen und in feine Würfel schneiden. Zucchini ebenfalls fein würfeln. Brühe durch eine Sieb passieren, mit Sojasoße und einer Prise Zucker abschmecken. Die Garnelen, Kartoffeln und Gemüse zugeben und kurz in der Brühe ziehen lassen. Restliche Kräuter fein hacken. Die Ente aus dem Ofen nehmen, wenden und in Tranchen schneiden. Diese in Suppentellern anrichten, Garnelen Pot au feu darauf geben und mit den Kräutern bestreuen.

Frank Heppner Montag, 24. November 2008

Gelbes Hähnchen-Curry mit Spitzkohl

Für 2 Personen

100 g Basmatireis	Salz	1 Stängel Zitronengras
30 g Ingwer	1 EL Pflanzenöl	1 EL gelbe Currypaste
2 Limettenblätter	150 ml Kokosmilch	100 ml Hühnerbrühe
1/2 Karotte	1 rote Zwiebel	3 Thai-Auberginen
je 1/2 rote und gelbe Paprika	1/2 Spitzkohl (ca.400 g)	300 g Hähnchenbrustfilet
3 EL Butterschmalz	50 g Sojasprossen	10 Blätter Basilikum
frischer Koriander		

Den Reis in Salzwasser kochen. Wenn vorhanden, kann der Reis natürlich auch in einem Reiskocher gekocht werden. Für die Soße vom Zitronengras die äußeren harten Blätter entfernen. Ingwer schälen und grob schneiden. 1 EL Öl in einem Topf erhitzen, Currypaste, Limettenblätter, Ingwer und dem Zitronengras zugeben und anschwitzen. Mit Kokosmilch und Hühnerbrühe aufgießen und 20 Minuten leicht köcheln lassen. Anschließend durch ein Sieb passieren und abschmecken. Karotte und Zwiebel schälen und in Streifen schneiden. Thai-Auberginen waschen und vierteln. Paprika in feine Streifen schneiden. Vom Kohl den Strunk entfernen und Kohl in Streifen oder Rauten schneiden. Hähnchenbrust in feine Streifen schneiden und in einem Wok mit 1 EL Schmalz von allen Seiten anbraten. Fleisch aus dem Wok nehmen und beiseite stellen. Das Gemüse und die Sojasprossen im Wok mit 1-2 EL Schmalz anbraten, die Kokos-Soße zugeben und kurz aufkochen. Das Gemüse sollte noch knackig sein. Fleisch wieder zugeben und erwärmen. Basilikum unter das Curry mischen und abschmecken. Den Reis und das Curry auf einen Teller geben und mit Koriander garnieren

Karlheinz Hauser Montag, 3. November

Hähnchen-Geschnetzeltes mit Gemüse

Für 2 Personen

2 Schalotten	100 g junge Karotten	100 g Champignons
300 g Hähnchenbrustfilet	1,5 EL Butterschmalz	100 g TK-Erbsen
50 ml trockener Weißwein	100 ml Sahne	50 ml Kalbsfond
1 TL Mehlbutter	Salz, Pfeffer	3 Stiele glatte Petersilie
2 EL geschlagene Sahne		

Schalotten schälen und fein schneiden, Karotte schälen und in feine Scheiben hobeln oder schneiden. Champignons in feine Scheiben. Hähnchenbrust in feine Streifen schneiden und diese in einer heißen Pfanne mit 1 EL Butterschmalz kurz und kräftig anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen, in ein Sieb geben und den Fleischsaft abtropfen lassen und auffangen. In der Fleischpfanne mit 1 TL Butterschmalz die Schalotten anschwitzen, Pilze zugeben und kurz anbraten. Dann Karotten und Erbsen zugeben, kurz anschwitzen und mit Weißwein ablöschen. Mit Sahne und Kalbsfond auffüllen und die Flüssigkeit ca. um die Hälfte einkochen lassen. Dann den abgetropften Fleischsaft zugeben und die Soße mit Mehlbutter binden. Kurz aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren das Fleisch zum erwärmen in die Soße geben, alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Kurz vor dem Servieren wird das Fleisch in der Soße erwärmt. Zuletzt die geschlagene Sahne unterheben und mit Petersilie bestreuen. Dazu passen Nudeln oder Reis.

Otto Koch Freitag, 24. Oktober

Kartoffel-Kastanien-Püree und Enten-Brüste

Für 2 Personen

200 g Kartoffeln, fest	Salz	200 g Maronen, vorgegart
1/2 l Milch	2 Zwiebeln	2 EL Butter
1 EL Mehl	1 Prise Muskat	1 Zwiebel
2 Entenbrüste a ca. 150 g	Pfeffer, Salz	1/8 l Rotwein
50 ml Sahne	1/2 Bund Petersilie	1/2 Bund Schnittlauch

Für das Püree die Kartoffeln schälen, in große Stücke schneiden und in Salzwasser garen, kurz vor Ende der Garzeit die Maronen dazu geben. Wenn die Kartoffeln weich sind, alles abgießen und den Topf nochmals zurück auf den Herd stellen, damit die überschüssige Flüssigkeit verdunstet. In einem kleinen Topf Milch erhitzen. Die Kartoffeln und Maronen durch die Presse drücken und die Milch mit einem Schneebesen oder Rührgerät unterschlagen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Die Zwiebeln schälen, klein schneiden, in einem Topf mit 1 EL Butter andünsten, mit 1 EL Mehl bestäuben, leicht bräunen und unter das Kartoffel-Kastanienpüree ziehen. Vor dem Servieren mit Salz und Muskat abschmecken und wer mag kann noch etwas Butter unterziehen. Für die Entenbrust die Zwiebel schälen und fein schneiden. Die Entenbrüste von der Haut befreien, in Streifen schneiden, pfeffern, salzen und in einer Pfanne mit 1 TL Butter kurz anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller zur Seite stellen. Die Zwiebeln mit der restlichen Butter in die Pfanne geben, anrösten und mit Rotwein ablöschen. Alles einköcheln lassen, mit der Sahne auffüllen, einmal kurz aufkochen, das Fleisch in die Pfanne geben und darin anschwenken. Petersilie und Schnittlauch waschen, trocknen und fein hacken bzw. fein schneiden. Das Püree mit dem Fleisch und der Soße anrichten und mit Petersilie und Schnittlauch bestreut servieren.

Tipp: Es lassen sich auch Esskastanien für den Auflauf verwenden. Die Kastanien kreuzweise über die Spitze einritzen auf einem Backblech bei 180 Grad (circa eine halbe Stunde rösten, bis die Schale abplatzt. Die Schale entfernen und die gegarten Kastanien zum Schluss mit den Kartoffeln kochen. Das Püree kann man auch in Auflaufförmchen füllen und im Ofen mit geriebenem Bergkäse überbacken.

Vincent Klink Mittwoch, 17.September

Mais-Poularden-Brust mit zweierlei Pfeffer-Soßen

Für 4 Personen

Für die Pfeffersoße:

1 TL grüne Pfefferkörner	2 Schalotten	2 EL Butter
50 ml Cognac	30 ml Portwein	200 ml Kalbsfond
Salz	1 TL weiße Pfefferkörner	50 ml weißer Portwein
200 ml Geflügelfond	150 ml Sahne	

Für die Maispoularde:

3 Tomaten	1 Limette	4 Maispoulardenbrüste a ca. 180 g
Salz, Pfeffer	2 EL Pflanzenöl	1 TL Butter
1 Stiel Basilikum		

Für die Soßen die grünen Pfefferkörner mit kaltem Wasser abwaschen. Schalotten schälen und fein schneiden. In einem Topf eine gewürfelte Schalotte mit 1 EL Butter anschwitzen, grüne Pfefferkörner zugeben mit dem Cognac und dann mit dem Portwein ablöschen und nahezu einkochen lassen. Dann mit Kalbsfond auffüllen und die Soße nochmals zur gewünschten Konsistenz einkochen. Die Soße mit Salz abschmecken. Für die helle Pfeffersoße restliche Schalotte mit den weißen Pfefferkörnern in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Mit dem weißen Portwein und Geflügelfond ablöschen und nahezu einkochen lassen. Dann Sahne hinzufügen, kurz einkochen und mit Salz die Soße abschmecken. Den Ofen auf 170 Grad Ober-Unterhitze (160 Grad Umluft, Gas Stufe 2-3) vorheizen. Tomaten kurz in kochendes Wasser geben und dann sofort in Eiswasser geben, die Haut abziehen und das Kerngehäuse entfernen. Die Tomatenfilets in Streifen schneiden. Limette großzügig schälen und die Fruchtfilets herausschneiden. Die Maispoularde mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit 2 EL Öl anbraten so das sie leicht goldbraun sind, dann für ca. 6-7 Minuten im vorgeheizten Ofen gar ziehen lassen. Tomatenstreifen und Limettenfilets in einer Pfanne mit 1 TL Butter leicht anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Basilikumblättern verfeinern. Maispoulardenbrüste aufschneiden mit den Tomaten-Limettenfilets garnieren und mit den beiden Pfeffersoßen anrichten. Dazu passt sehr gut Kartoffel-Püree.

Karlheinz Hauser Montag, 10. November

Pochierte Gänse-Brust mit lauwarmem Rote-Bete-Salat

Für 2 Personen

1 Gänsebrust	1 l Hühnerbrühe	2 Wacholderbeeren
2 Pimentkörner	600 g kl. Rote-Bete	Meersalz
Honig	2 Zweige Rosmarin	10 Maronen, ungegart, ungeschält
1 Boskoop-Apfel	1 rote Zwiebel	1 TL Senf
2 EL Apfelessig	1 EL Walnussöl	4 EL Rapsöl
Pfeffer		

Die Gänsebrust falls nötig vom Knochen lösen, dann in einer Panne ohne Fett von allen Seiten kurz anbraten (zuerst auf der Hautseite). Mit der Brühe bedecken, Wacholderbeeren und Pimentkörner zerdrücken und zugeben. Alles ca. 1 Stunde köcheln lassen (der Fond sollte nicht stark kochen, sondern nur leicht simmern). Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Rote-Bete waschen, nicht schälen. Einzeln die Rote-Bete Knollen in Alufolie einpacken und zuvor mit Meersalz, je 1/2 TL Honig und etwas Rosmarin bedecken. Im Ofen die eingepackte Rote-Bete ca. 45 Minuten (je nach Größe) garen. In der Zwischenzeit die Maronen an der Schale einritzen, vom Apfel das Kerngehäuse ausstechen. In den letzte 20 Minuten Maronen und Apfel mit in den Ofen geben. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Senf, Essig und Öl zu einer Vinaigrette mischen, mit Salz und Pfeffer würzen und die Zwiebel untermischen. Rote-Bete auspacken, schälen und in Scheiben schneiden. Die Maronen schälen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Rote-Bete mit der Vinaigrette anmachen. Vom Apfel einen Esslöffel gebackenes Fruchtfleisch herausnehmen und auf den Salat geben, die Maronenscheiben darüber streuen. Die Gänsebrust in Tranchen schneiden und mit dem Salat servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 11. November

Poularde im Brot-Mantel, Mandel-Risotto, Apfel-Spalten

Für 2 Personen

Für das Mandelrisotto:

1 Schalotte	1 EL Butter	1 kleiner Thymianzweig
1 kleines Lorbeerblatt	50 g Risottoreis	50 ml trockenen Riesling
125 ml Geflügelfond	10 ml Mandelöl	20 g geschälte Mandeln
10 g Parmesan, frisch gerieben	1 EL geschlagene Sahne	15 ml trockener Sekt

Für den Mandelschaum:

400 ml Milch	1 Blatt Gelatine	25 ml Mandelöl
1/2 Prise Agar-Agar	1 Prise Salz	

Für die Poularde:

2 Maispouardenbrüste	Salz, Pfeffer	60 g getrocknete Aprikosen
4 Scheiben Toastbrot ohne Rinde	60 g zerlassene Butter	2 EL Olivenöl

Für die karamellisierte Apfelspalten:

1 Apfel (z.B. Elstar)	1 EL Butter	1 TL Puderzucker
50 ml Apfelsaft	1 Spritzer Zitronensaft	

Schalotte schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter farblos anschwitzen, Thymian und Lorbeerblatt zugeben. Reis zugeben, mit Weißwein ablöschen und köcheln lassen. Nach und nach mit Fond auffüllen und unter ständigem Rühren, den Reis bissfest kochen (dies dauert ca. 15 Minuten). Dann Mandelöl und Mandeln zugeben, frisch geriebenen Parmesan und geschlagene Sahne unterziehen und mit Sekt abrunden. Für den Mandelschaum die Milch in einen Topf geben und um etwas mehr als die Hälfte einkochen (auf 150 ml) lassen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Dann in der eingekochte Milch die Gelatine auflösen. Mandelöl, Agar Agar und eine Prise Salz zugeben und alles in eine kleine Espumafflasche füllen und kalt stellen. Den Ofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Pouardenbrüste innen längs einschneiden, aufklappen, etwas flach klopfen (am besten zwischen einer Frischhaltefolie) und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Aprikosen auflegen und die Brust stramm einrollen, die Spitze einschlagen. Die Brotscheiben mit der zerlassenen Butter bestreichen, die Roulade darauf geben und einrollen. Pouardenbrüste in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl rund herum goldbraun anbraten. Dann im Ofen ca. 5 Minuten weiterbraten, herausnehmen und 5 Minuten ruhen lassen. Apfel halbieren und jede Hälfte in 3 Spalten schneiden, das Kerngehäuse entfernen. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Apfelstücke anschwitzen, mit Puderzucker bestäuben und karamellisieren. Zuletzt mit Apfelsaft und einem Spritzer Zitronensaft ablöschen. Die Maispouardenbrust in Scheiben schneiden und auf dem Risotto anrichten. Apfelspalten und den Mandel-Espuma-Schaum zugeben. Risotto nach Belieben mit Mandelöl beträufeln und evtl. mit Mandelkernen bestreuen.

Jörg Sackmann Montag, 1. Dezember

Riesling-Hähnchen

Für 4 Personen

1 frisches Hähnchen	1 Bund Suppengemüse	12 kleine frische Silberzwiebeln
1 EL Butterschmalz	300 ml Riesling	2 Zweige Thymian
100 ml Sahne	150 g Champignons	1 TL Mehlbutter
1/2 TL abgeriebene Zitronenschale	Salz, Pfeffer	1/2 Bund glatte Petersilie

Das Hähnchen innen und außen waschen, die Brüste auslösen, die Keulen und Flügel abtrennen. Suppengemüse putzen bzw. schälen und in grobe Würfel schneiden. Die Knochen mit den Flügeln und dem Suppengemüse in einen Topf geben, mit Wasser bedecken und ca. 1 Stunde auskochen. Dann durch ein Sieb passieren. Kleine Zwiebeln schälen und evtl. halbieren. In einem Topf mit 1 EL Butterschmalz die Geflügelteile mit den Zwiebeln rundum anbraten. Mit Wein und 200 ml vom zuvor gekochten Geflügelfond ablöschen. Thymian zufügen und ca. 10 Minuten kochen. Dann die Brüste aus dem Topf nehmen und die Keulen noch weitere 10 Minuten kochen. Dann die Keulen herausnehmen und das Fleisch vom Knochen lösen. Den Kochfond passieren und um die Hälfte einkochen, Sahne zugeben. Die Champignons vierteln, mit dem Fleisch in den Fond geben und nochmals kurz aufkochen. Den Fond mit Mehlbutter binden und mit abgeriebener Zitronenschale, Salz und Pfeffer würzen. Petersilie fein hacken und untermischen. Dazu passen gut dünne Bandnudeln.

Vincent Klink Mittwoch, 12. November

Sandwich vom Sesam-Rösti mit Poularden-Brust

Für 2 Personen

200 g Poulardenbrust	Salz, Pfeffer	ca.100 ml Erdnussöl
300 g Kartoffeln	1 Ei	1 EL Weizengrieß
30 g Sesam	Muskat	1 grüner Apfel
5 g Ingwer	4 EL Crème-fraîche	1 Msp. geriebener Meerrettich
ca. 30 g Butter	1 EL weißer Balsamico	1 Banane
1 TL Curry	1 Prise Zucker	8 Basilikumblätter

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Poulardenbrust mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne mit 1 EL Erdnussöl anbraten, ca. 3 Minuten im heißen Ofen garen und dann bei ca. 70 Grad im Ofen warm halten. Die Kartoffeln schälen, reiben und mit Ei, Grieß und Sesam gut vermengen. Die Röstimasse mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, zu vier Puffern formen und in einer Pfanne mit Erdnussöl sehr knusprig ausbacken. Die fertigen Rösti mit einem Küchentuch warm halten. Den Apfel schälen, den Kern ausstechen und den Apfel in vier ca. 1,5 cm dicke Scheiben schneiden. Den Rest in feine Würfel schneiden. Den Ingwer schälen, reiben und mit Crème-fraîche, Meerrettich und den Apfelwürfeln vermengen. Die Apfelscheiben in einer Pfanne mit 2 EL Butter leicht anbraten, mit Balsamico ablöschen und herausnehmen. Balsamico reduzieren, auskühlen lassen und zur Crème-fraîche geben. Die Banane schälen, schräg in Scheiben schneiden, mit etwas Curry und Zucker bestreuen und die Scheiben in Butter leicht anbraten. Die Poulardenbrust schräg in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Jeweils ein Rösti auf einen Teller geben, darauf eine Apfelscheibe, Basilikumblätter, 1 EL Crème-fraîche, Poulardenscheiben und Bananen geben und mit dem zweiten Rösti bedecken.

Tipp: Wenn es mal schnell gehen soll, kann man anstatt dem Rösti auch einfach ein Sesambrötchen oder Bagel verwenden.

Jörg Sackmann Montag, 18. August

Hack

Bohnen-Salat mit Lamm-Frikadellen

Für 2 Personen

200 g grüne Bohnen	2 Brötchen vom Vortag	2 Tomaten
1 Bund Frühlingszwiebeln	300 g Lammhackfleisch	1-2 Eier
Salz, Pfeffer	Kreuzkümmel	4 EL Olivenöl
1 EL Weißweinessig	3 Thymianzweige	3 Schalotten
200 g Crème-fraîche		

Die Bohnen putzen, circa 7 Minuten in Salzwasser kochen und in Eiswasser abschrecken. Die Brötchen in Stücke schneiden und mit etwas Wasser einweichen. Die Tomaten enthäuten, entkernen und in Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen und fein hacken. Das Lammhack mit dem eingeweichten Brötchen, Ei, der Hälfte der Frühlingszwiebeln und Tomatenwürfel vermischen, mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel abschmecken und kleine Frikadellen daraus formen. Diese in etwas Olivenöl ca. 4 Minuten von beiden Seiten braten. Bohnen, Tomatenwürfel und Frühlingszwiebeln mischen. Mit Essig, 3 EL Öl, Salz und Pfeffer abschmecken. Thymian waschen, gut trocknen und Thymianblätter dazugeben. Die Schalotten schälen, auf einer Reibe fein reiben, mit Crème-fraîche vermischen und mit Salz abschmecken. Den Dipp zu den Lammfrikadellen und dem Salat servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 01. Juli 2008

Geröstete Maultaschen

Für 4 Personen

Für den Maultaschenteig:

200 g Mehl	3 Eier	1 TL Olivenöl
1 Prise Salz	Mehl zum Ausrollen	

Für die Maultaschenfüllung:

2 Brötchen vom Vortag	ca. 100 ml Milch	1 Zwiebel
100 g durchwachsener Speck	1 Bund glatte Petersilie	500 g Spinat
2 EL Butterschmalz	250 g Hackfleisch	2 Eier
Salz und Pfeffer	1 Prise Muskat	

zusätzlich:

4 Eier	50 ml Milch	Pfeffer, Salz
ca. 4 EL Butterschmalz		

Für den Teig das Mehl auf ein Brett häufen oder in eine Schüssel geben, in der Mitte eine Mulde eindrücken. Die Eier, Öl und eine Prise Salz zugeben und zu einem Teig kneten. Den Teig in Frischhaltefolie einpacken und ca. 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Für die Füllung die Brötchen in Scheiben schneiden, mit etwas heißer Milch begießen und einweichen (am besten Schüssel mit einem Deckel abdecken). Zwiebel schälen und fein schneiden, Speck fein würfeln. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Spinat waschen, putzen, blanchieren, abschütten, gut ausdrücken und fein hacken. Zwiebel, Speck und Petersilie in einer Pfanne mit Butterschmalz gut anschwitzen. Dann zu den eingeweichten Brötchen geben. Spinat, Hackfleisch und ein Ei hinzufügen. Mit Pfeffer, Salz und Muskat würzen und alles gut durchmengen, damit die Farce eine gute Bindung bekommt. Mit einer Nudelmaschine oder einem Nudelholz den Teig sehr dünn ausrollen und in zehn Zentimeter lange Rechtecke schneiden. Auf die Hälfte der Rechtecke Fleischfarce geben, die Ränder mit etwas verquirltem Ei bepinseln und mit einem weiteren Teigstück abdecken. Die Ränder gut andrücken und mit der flachen Hand die Maultaschen platt drücken, dass sich die Füllung gut verteilt. In leicht kochendem Salzwasser die Maultaschen ca. 5 Minuten ziehen lassen. Die Eier mit der Milch verquirlen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Maultaschen (können auch schon am Vortag zubereitet sein) in Scheiben schneiden. In einer Pfanne (ca. 20 cm Durchmesser) je 1 EL Butterschmalz, einige Maultaschenscheiben darin kurz schwenken, und etwas verquirltes Ei darüber gießen und wie ein Omelett stocken lassen. Insgesamt 4 Portionen ausbacken. Dazu passt sehr gut Blattsalat

Vincent Klink Mittwoch, 24. September

Kirsch-Reis mit Hack-Bällchen vom Rind

Für 2 Personen

200 g Basmatireis	1 Bund Frühlingszwiebeln	1 TL Butterschmalz
150 g Süßkirschen	Salz, Pfeffer, Zucker	1 Brötchen vom Vortag
1 Zwiebel	300 g Rinderhack	1-2 Eier
Salz, Pfeffer	Olivenöl	1 EL Mandelstifte
1 EL Pistazienkerne		

Den Reis in Salzwasser bissfest garen und mit kaltem Wasser abspülen. Die Frühlingszwiebeln waschen, fein schneiden und mit Butterschmalz anbraten. Die Kirschen waschen, entsteinen, dazu geben und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Den abgetropften Reis zugeben, alles gut durchmischen und bei kleiner Hitze circa 10 Minuten ziehen lassen. Das Brötchen in Stücke schneiden und mit etwas Wasser einweichen. Die Zwiebel schälen, fein schneiden und mit dem Brötchen und Hackfleisch gut vermengen. Das Hackfleisch mit eingeweichten Brötchen, Eiern und gehackter Zwiebel mischen mit Salz und Pfeffer abschmecken, zu kleinen runden Bällchen formen und diese mit Olivenöl in der Pfanne rundum gar braten. Zum Schluss die Mandelstifte und gehackte Pistazien mit in die Pfanne geben und kurz anrösten. Den Kirschreis mit den Hackbällchen anrichten und mit Madelstiften und Pistazien bestreut servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 15. Juli 2008

Lamm im Spitzkohl-Blatt

Für 2 Personen

500 g Spitzkohl	Salz	1 Zwiebel
1 rote Paprika	4 Zweige Thymian	300 g Lammhack
2 EL Olivenöl	1 TL Kreuzkümmel	Pfeffer
3 EL Butterschmalz	60 ml Sahne	150 ml Gemüsebrühe
1 Schalotte		

Vom Spitzkohl 4 schöne Blätter vorsichtig abmachen und diese in Salzwasser blanchieren, herausnehmen, abschrecken und abtropfen lassen. Restlichen Kohlkopf halbieren, den Strunk ausschneiden und den Kohl in feine Streifen schneiden. Zwiebel schälen, Paprika vom Kerngehäuse befreien. Thymian fein schneiden. Zwiebel und Paprika durch die feine Scheibe des Fleischwolfs drehen oder ganz fein hacken. Mit Lammhack, Thymian, Olivenöl und Kreuzkümmel in eine Schüssel geben, gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die blanchierten Spitzkohlblätter auf der Arbeitsfläche ausbreiten, die Hackmasse darauf verteilen und zigarrenähnlich aufwickeln. In einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz die Krautwickel bei mittlerer Hitze anbraten. Dann mit der Sahne und Brühe ablöschen und bei geschlossenem Deckel ca. 15 Minuten fertig garen. In der Zwischenzeit die Schalotte schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz die Schalotte anschwitzen, die Kohlstreifen zugeben und goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. (Kümmel nach Belieben zugeben.) Der Kohl darf noch Biss haben, sollte aber nicht mit Wasser abgelöscht werden. Die Kohlrouladen mit dem gerösteten Kohlstreifen anrichten, die Soße angießen. Dazu passt gut Kartoffel-Püree.

Vincent Klink Mittwoch, 01. Oktober

Peperoni-Schweine-Hack-Steak mit gebackenen Kartoffeln

Für 2 Personen

400 g Kartoffeln, fest	Salz, Pfeffer	4 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen	1 Zweig Rosmarin	4 Zweige Thymian
1/8 l Milch	1 Brötchen	1 Peperoni
1 Zwiebel	1/2 Bund Petersilie	300 g Hackfleisch vom Schweinehals
1 TL scharfer Senf	1 Ei	1/2 TL Paprikapulver, scharf

Für die Kartoffeln den Backofen auf 180 Grad (Umluft: 160 Grad/ Gas: Stufe 3) vorheizen. Kartoffeln gut abwaschen und in Viertel schneiden. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit 2 EL Olivenöl beträufeln. Eine angedrückte Knoblauchzehe, Rosmarin und 2 Thymianzweige dazwischen legen und im vorgeheizten Ofen ca. 30 Minuten garen, bis die Kartoffeln weich sind. Für die Hacksteaks die Milch in einen Topf geben und erhitzen. Das Brötchen in Scheiben schneiden und mit heißer Milch übergießen. Die Peperoni entkernen und ganz fein schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Den Knoblauch schälen, pressen und mit den Zwiebeln in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Petersilie und Thymian waschen, trocknen und fein hacken. Die Zwiebelmasse in eine Schüssel geben und mit Hackfleisch, Senf, Ei, Peperoni, Petersilie, Thymian und eingeweichtem Brötchen gut vermischen und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Aus der Hackfleischmasse Frikadellen formen und diese mit 1 EL Olivenöl bei kleiner Hitze in einer Pfanne langsam braten.

Vincent Klink Donnerstag, 24. Juli

Schafskäse-Köfte vom Rind mit Couscous

Für 2 Personen

150 g fester Fetakäse	1 Scheibe Toastbrot	100 g Rinderhackfleisch
1 Eigelb	Salz, Pfeffer	3 EL Olivenöl
1 Bund Lauchzwiebeln	2 Tomaten	Kreuzkümmel
ca. 300 ml Hühnerbrühe	100 g Instant-Couscous	

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Den Schafskäse in daumendicke ca. 6 cm lange Stifte schneiden. Das Toastbrot in etwas Wasser einweichen und anschließend gut ausdrücken. Hackfleisch mit ausgedrücktem Brot, Eigelb gut vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hackfleischmasse mit angefeuchteten Händen dünn um die Käsestifte geben und in einer Pfanne (mit hitzestabilem Griff) mit 2 EL Olivenöl vorsichtig von allen Seiten anbraten. Dann im Backofen noch ca. 5 Minuten garen. Lauchzwiebeln und Tomaten in Stücke schneiden, in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anbraten. Mit Salz und Kreuzkümmel würzen, Hühnerbrühe angießen und diese aufkochen lassen. Dann Couscous unterrühren, die Hitze reduzieren und alles ca. 5 Minuten ziehen lassen, dabei immer wieder umrühren. Die Köfte mit dem Couscous servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 21. Oktober

Innereien

Geflügel-Leber-Parfait mit Honigkuchen, Physalis-Kompott

Für 2 Personen

Für das Physaliskompott:

150 g Physalis	1 EL Zucker	100 ml Lychéesaft
100 ml Muscatwein	1 g Xanthan	1 Msp. Safran
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	1 Gewürznelke
1/2 Sternanis	1/2 Zimtstange	

Für das Geflügelparfait:

200 g Butter	Prise Muskat, Majoran	Prise Thymian, weißer Pfeffer
200 g Geflügelleber	1 Ei	Salz, Pfeffer
6 dünne Speckscheiben	3 Blatt Gelatine	40 ml Portwein
250 ml Geflügelbrühe	8 Scheiben Honigkuchenbrot	

Für den Salat:

50 g Feldsalat	2 Champignons	1 EL Balsamico
2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer	

Für das Kompott Physalis aus der Hülle und vierteln. Zucker in einem Topf karamellisieren, mit Lychéesaft und Muscat auffüllen und um die Hälfte einkochen. Den Fond mit Xanthan binden, die Gewürze und Kräuter zufügen und mit den Physalis heiß in ein kleines Weckglas von 25 cl füllen. Über Nacht durchziehen lassen. (Das Kompott hält sich gekühlt einige Tage.) Den Ofen auf 95 Grad (Umluft 85 Grad, Gas Stufe 2) vorheizen. In den Ofen eine mit Wasser gefüllte Auflaufform stellen für ein Wasserbad. (In die Auflaufform sollte eine Terrinenform passen.) Die Butter mit den Kräutern und weißem Pfeffer aufkochen und würzen. Die Leber und das Ei in den Mixer geben, gut vermischen und anschließend die Butter langsam untermischen. Dann die Masse durch ein feines Sieb passieren, die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eine Terrinenform (ca. 500 ml Inhalt) mit Speckstreifen auslegen, die Lebermasse einfüllen und im Wasserbad im Ofen ca. 35 Minuten pochieren. Dann herausnehmen, etwas abkühlen lassen und anschließend kalt stellen. Für das Gelee die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Den Portwein in einen Topf geben und um die Hälfte einkochen. Die Brühe zugeben und erwärmen. Die Gelatine ausdrücken und in der warmen Brühe auflösen. Dann am besten auf Eiswasser abkühlen lassen. Kurz vor dem Festwerden das Gelee ca. 1 cm hoch über das Leberparfait füllen und mindestens 6 Stunden gut kühlen. Den Feldsalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Die Champignons putzen und in feine Streifen schneiden. Balsamico mit Olivenöl, einer Prise Salz und Pfeffer mischen und den Feldsalat kurz vor dem Servieren damit anmachen, mit den Champignonstreifen bestreuen. Das Parfait aus der Form nehmen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden, die dünnen Honigkuchenscheiben an die Parfaitscheiben drücken und je 2 „Sandwich“ auf den Teller setzen, Physaliskompott zugeben. Den Salat dazu reichen.

Jörg Sackmann Montag, 29. Dezember

Kartoffel-Mais-Crêpes mit Kalb-Leber und Madeira-Soße

Für 2 Personen

150 g Kartoffeln	100 g Mais	2 EL Mehl
2 Eier	ca. 100 ml Milch	Salz, Pfeffer
1 Eiweiß	ca. 2 EL Butterschmalz	100 ml Kalbsfond
100 ml Madeira	100 ml Rotwein	1 TL kalte Butter
2 Scheiben Kalbsleber a 150 g	3 EL Biskuitbrösel	

Kartoffeln schälen, in Salzwasser weich kochen, abschütten und gut ausdampfen lassen. Dann die Kartoffeln durch die Presse drücken. Kartoffeln mit dem Mais in einen Mixer geben, 1 EL Mehl, 1 Ei und Milch zufügen und kurz aufmixen. (Der Mais sollte dabei nicht gänzlich glatt gemixt sein, sondern noch erkennbar sein.) Die Masse mit Salz und Pfeffer würzen. Das Eiweiß steif schlagen und untermischen. In einer Pfanne mit Butterschmalz aus dem Teig kleine Küchlein ausbacken. In der Zwischenzeit den Kalbsfond mit Madeira und Rotwein in einen Topf geben und um die Hälfte einkochen lassen. Zuletzt die Soße mit kalter Butter montieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Leber mit Mehl bestäuben und auf einer Seite durch das durch das verquirlte Ei ziehen, dann auf dieser Seite mit den Bröseln panieren. In einer Pfanne mit Butterschmalz kurz von beiden Seiten braten und anschließend salzen. Zum Anrichten die gebratene Kalbsleber mit der nicht panierten Seite auf die Soße legen und mit den Maiscrepes servieren. Dazu passen in Butter geschwenkte Karotten.

Otto Koch Freitag, 05. September

Kalb

Kalb-Filet mit gebrannten Mandeln

Für 2 Personen

1 Schalotte	2 TL Butter	300 g Kalbsfilet
50 g gebrannte Mandeln	3 Scheiben Toastbrot	50 g weiche Butter
Salz, Pfeffer	3 EL Butterschmalz	50 ml Kalbsfond
50 ml Sahne	1 Zweig frischer Majoran	400 g Spitzkohl
1 kleine Zwiebel		

Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 TL Butter anschwitzen. Das Fleisch parieren, d.h. alle Sehnen und Fett entfernen, dann in zwei Medaillons schneiden. Die gebrannten Mandeln fein hacken (z.B. mit dem Blitzhacker oder Zauberstab). Toastbrot fein reiben. Die weiche Butter mit den Schalotten, Mandeln und dem Toastbrot gut vermischen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten braten, dann aus der Pfanne nehmen. Die Mandelmasse aufstreichen und ca. 7 Minuten im Ofen bei Oberhitze gratinieren, bis die Kruste schön goldbraun ist. Den Bratensatz in der Pfanne mit Kalbsfond ablöschen, Sahne zugeben und um etwa die Hälfte einkochen lassen. 1 TL kalte Butter untermischen und die Soße damit binden, mit Majoran, Salz und Pfeffer abschmecken. Vom Spitzkohl den Strunk entfernen, Kohl in feine Streifen schneiden. Zwiebel schälen und fein schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz Zwiebel anschwitzen, Spitzkohl zugeben und braun rösten. Spitzkohl mit den Kalbsmedaillons und der Soße anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 16. Dezember

Kalb-Ragout im Yufka-Teig mit Möhren-Gemüse

Für 2 Personen

1 Zwiebel	2 Möhren	100 g Sellerie
500 g Kalbfleisch	2 EL Butterschmalz	Pfeffer, Salz
2 Zweige Thymian	1 Lorbeerblatt	ca. 1 l Hühnerbrühe
2 gr. Blätter Yufkateig	ca. 50 g flüssige Butter	

Zwiebel schälen, halbieren und in feine Ringe schneiden. Möhre und Sellerie schälen und würfeln. Das Fleisch in gulaschgroße Würfel schneiden. Fleisch in einem großen Topf mit 2 EL Butterschmalz scharf anbraten und mit Pfeffer und Salz würzen. (Die Fleischstücke sollten möglichst nicht übereinander liegen, wenn das Fleisch angebraten ist.) Thymian und Lorbeerblatt zugeben. Zwiebel und Gemüse zugeben und mit anbraten. Dann soviel Brühe angießen, dass das Gargut zu 2/3 mit Flüssigkeit bedeckt ist. Zugedeckt ca. 45 Minuten schmoren lassen. Dabei immer wieder umrühren und evtl. noch etwas Brühe angießen. Wenn das Fleisch weich ist, dieses herausnehmen und warm stellen. Die Brühe im Topf zum größten Teil durch ein Sieb passieren und die Soße nochmals etwas einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gemüse mit der restlichen Flüssigkeit mit einem Kartoffelstampfer zu einem Püree zerdrücken, zuvor Lorbeer und Thymian entfernen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 2-3) vorheizen. 2 große Yufkateigblätter mit flüssiger Butter bestreichen, etwas Gemüsepüree und Fleisch darauf geben. Zu einer dekorativen Knolle verschließen, mit flüssiger Butter bepinseln und im vorgeheizten Ofen ca. 7 Minuten goldbraun backen. Die Päckchen auf Tellern anrichten und mit der Soße servieren. Dazu passen gut grüne Bohnen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 30. September

Millefogie vom Kalb-Rücken mit Steinpilzen, Bohnen

Für 2 Personen

300 g Kalbsrücken	Salz, Pfeffer	1 Rosmarinzweig
1 Knoblauchzehe	Olivenöl	1 Liter Kalbsfond
8 breite grüne Bohnen	300 g frische Steinpilze	1EL Knoblauchöl
einige Petersilienstängel		

Den Kalbsrücken salzen und pfeffern. Zusammen mit dem Rosmarin und der Knoblauchzehe in Olivenöl auf allen Seiten circa fünf bis sieben Minuten anbraten. Dann im Ofen bei 80 Grad ungefähr 15-20 Minuten ruhen lassen. Den Kalbsfond auf die Hälfte einreduzieren. Die Bohnen putzen und in Salzwasser weich kochen, anschließend in Olivenöl schwenken. Die Steinpilze in Scheiben schneiden und in Olivenöl ansautieren. Die Petersilie fein hacken und die Steinpilze mit Knoblauchöl, Salz, Pfeffer und der gehackten Petersilie abschmecken. Den Kalbsrücken in dünne Scheiben schneiden. Drei Bohnen auf dem Teller verteilen. Anschließend mit den Kalbfleischscheiben und den Steinpilzen belegen. Diesen Vorgang noch einmal wiederholen, zum Schluss die Millefogie mit dem reduzierten Kalbsfond beträufeln.

Josefa Pircher Mittwoch, 15. Oktober 2008

Nudeln mit Nuss-Soße und Kalb-Piccata

Für 2 Personen

30 g Walnusskerne	60 g Gruyère	5 Stiele glatte Petersilie
150 g breite Bandnudeln	Salz	1 Schalotte feingeschnitten
1 EL Butter	1 TL Mehl	1/4 l Milch
4 Kalbsschnitzel a 70 g	Pfeffer	2 EL Butterschmalz
Salz, Pfeffer		

Walnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Käse fein reiben. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Nudeln in reichlich Salzwasser bissfest kochen, anschließend abschütten. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen. Mit Mehl bestäuben und mit der Milch aufgießen. Mit dem Schneebeesen alles glatt rühren und die Soße ca. 4 Minuten köcheln lassen. Die Schnitzel dünn plattieren und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz von beiden Seiten je ca. 3 Minuten braten. Unter die Soße die Nüsse und den geriebenen Käse mischen, abschmecken und die Nudeln untermischen. Mit Petersilie bestreuen. Kalbspiccata mit den Nudeln anrichten.

Vincent Klink Donnerstag, 4. Dezember

Ossobuco

Für 2 Personen

1 Bund Röstgemüse	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
3 Tomaten	1 Zweig Rosmarin	4 Kalbshaxenscheiben a 200 g
Salz, Pfeffer	2 EL Olivenöl	1 Msp abgeriebene Zitronenschale
250 ml Rotwein	500 g Petersilienwurzeln	2 EL Butter
Zucker		

Röstgemüse putzen bzw. schälen und würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen. Die Zwiebel fein schneiden, den Knoblauch andrücken. Tomaten waschen, vierteln, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch würfeln. Rosmarinnadeln fein hacken. Die Kalbshaxenscheiben mit Salz und Pfeffer würzen und in einem flachen großen Topf mit 2 EL Olivenöl von beiden Seiten anbraten. Dann das gewürfelte Röstgemüse, Tomaten, Zwiebel, Knoblauch und Rosmarin zugeben und mit geschlossenem Deckel bei mittlerer Hitze langsam schmoren. Wenn das Fleisch zu sehr auf dem Topfboden ansetzt, immer wieder mit etwas Wasser ablöschen. Nach ca. 30 Minuten Schmorzeit Zitronenschale untermischen und mit Rotwein ablöschen. Mit geschlossenem Deckel weitere 20 Minuten schmoren. Dann das Fleisch herausnehmen. Die Soße abschmecken und nach Belieben mit einem Pürierstab kurz anmixen. Petersilienwurzeln schälen und in 5 mm dicke und 5 cm lange Stifte schneiden. In Salzwasser 10 Minuten garen, dann kurz in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. In einer Pfanne mit Butter die Gemügestifte anschwitzen, mit etwas Zucker bestreuen und so lange schwenken, bis der Zucker das Gemüse überglänzt. Mit Pfeffer abschmecken. Das Gemüse zum Ossobuco reichen. Dazu passt sehr gut Risotto.

Vincent Klink Donnerstag, 28. August

Piccata milanese mit Spaghettoni

Für 4 Personen

2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	2 Tomaten
100 g Tomaten	4 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
eine Prise Zucker	50 g Champignons	20 g gekochter Schinken
200 g Spaghettoni	4 Kalbsschnitzel a 120 g	Mehl
2 Eier	50 g Parmesan	1 TL Butter
2 Stiele Basilikum	1 Zitrone	

Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden. Tomaten waschen und in Würfel schneiden. Dosen-Tomaten mit dem Pürierstab kurz durchmixen. In einem Topf 2 EL Olivenöl erhitzen, Schalotten und Knoblauch zugeben und anschwitzen. Gemixte Tomaten und Tomatenwürfel zugeben und ca. 10 Minuten bei mittlerer Hitze dünsten. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Champignons putzen und in dünne Streifen schneiden. Schinken ebenfalls in dünne Streifen schneiden. Spaghettoni in Salzwasser bissfest kochen. Fleisch dünn plattieren, mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wenden. Die Eier verquirlen und mit frisch geriebenem Parmesan mischen, darin die Schnitzel wenden. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl und 1 TL Butter die Schnitzel bei mittlerer Hitze braten, bis sie goldbraun sind (auf jeder Seite ca. 2 Minuten). Dann aus der Pfanne nehmen, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und warm stellen. Das Bratfett abgießen und in der Pfanne Champignons- und Schinkenstreifen anschwitzen. Basilikum fein schneiden und unter die Tomatensoße geben. Spaghettoni auf Tellern anrichten, Schnitzel darauf geben. Tomatensoße angießen und darauf Schinken- und Champignonstreifen geben. Mit Basilikumblättern garnieren. Eine Zitrone in Spalten schneiden und dazu reichen.

Karlheinz Hauser Montag, 07. Juli 2008

Pot au feu vom Kalbfleisch mit Gemüse

Für 2 Personen

2 Kartoffeln	1 Karotte	150 g Sellerie
1 l Kalbsbrühe	1 Zucchini	8 kleine Champignons
1 Schalotte	1 Tomate	300 g Kalbfleisch (vom Hals)
Salz, Pfeffer	1 kl Bund Petersilie	Schnittlauch
Basilikum		

Die Kartoffeln und Karotte schälen und in Stücke schneiden, den Sellerie schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Die Brühe mit dem kleingeschnittenen Gemüse in einem Topf aufsetzen und circa 10 Minuten kochen lassen. Zucchini und Champignons waschen bzw. putzen, ebenfalls in Stücke schneiden und zu dem restlichen Gemüse geben. Die Schalotte schälen, in Scheiben schneiden, in den Topf geben und alles noch mal ca. 5 Minuten köcheln lassen. Die Tomate schälen, in Stücke schneiden und zu dem Gemüse geben. Das Kalbfleisch parieren, in gulaschgroße Würfel schneiden, mit in den Topf geben und das Pot au feu ca. 10 Minuten ziehen lassen, bis das Fleisch gar ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie, Schnittlauch und Basilikum waschen, trocknen, fein hacken bzw. schneiden und kurz vor dem Anrichten untermischen.

Otto Koch Freitag, 28. November

Scaloppine al Masala

Für 2 Personen

2 Schalotten	50 g Karotte	50 g Lauch
300 g Kalbsrücken	Salz, Pfeffer	2 EL Butterschmalz
200 ml Fleischbrühe	1/8 l Masala	1 TL kalte Butter

Schalotten schälen und fein schneiden. Karotte und Lauch putzen bzw. schälen und in feine Würfelchen schneiden. Das Fleisch in 4 dünne Schnitzelchen schneiden, leicht plattieren und mit Salz und Pfeffer würzen und Schnitzelchen in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten je ca. 2 Minuten anbraten und anschließend warm stellen. In derselben Pfanne die Schalotten mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Mit Brühe ablöschen und diese um die Hälfte einkochen lassen. Dann Lauch und Karotte zugeben, Masala und den aus den Schnitzeln ausgetretenen Fleischsaft dazugießen. Die Soße ca. 2 Minuten gut durchkochen und mit kalter Butter binden. Die Schnitzel auf Tellern anrichten und mit der Soße übergießen. Dazu passen dünne Bandnudeln.

Vincent Klink Donnerstag, 10. Juli 2008

Zitronen-Nudeln mit feinem Kalb-Ragout

Für 2 Personen

1 Schalotte	1 kleine Möhre	1 Stange Staudensellerie
500 g Kalbsschulter	2 EL Butterschmalz	Salz, Pfeffer
1 TL Mehl	200 ml Weißwein	250 ml Kalbsfond
1 Lorbeerblatt	2 Gewürznelken	3 Stiele Zitronenmelisse
1 Zitrone, unbehandelt	200 g Linguine	1 EL Butter

Schalotte schälen und fein schneiden. Möhre und Sellerie putzen und in feine Würfel schneiden. Das Kalbfleisch in kleine Würfel schneiden und in einem Topf mit Butterschmalz von allen Seiten anbraten. Schalotten zugeben und mit anschwitzen. Alles mit Salz und Pfeffer würzen. Dann mit Mehl bestäuben und mit Wein und Fond aufgießen. Lorbeerblatt, Nelken, Möhre und Staudensellerie zufügen und das Ganze zugedeckt in ca. 1 Stunde bei milder Hitze weich dünsten. Dann im offenen Topf die Soße sirupartig einkochen. Melissenblättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Melisse und etwas frisch geriebene Zitronenschale untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit einem Zestenreiser von der Zitrone einige Zesten abziehen. Die Nudeln in reichlich Salzwasser mit den Zitronenzesten bissfest kochen, dann abschütten, mit Butter verrühren und auf Tellern anrichten. Die Nudeln in der Tellermitte etwas zurückschieben, sodass eine Vertiefung entsteht. Darin das Ragout anrichten.

Vincent Klink Donnerstag, 14. August

Lamm

Lamm-Filets in Senfsaat gebacken mit Salat

Für 2 Personen

100 g Blattsalat	30 g Senfkörner	20 g Semmelbrösel
4 Lammfilets a ca. 80 g	Salz, Pfeffer	1 EL Mehl
1 Ei	2 EL Speiseöl	1 EL Butter
2 Knoblauchzehen	1 Baguette	7 EL Olivenöl
5 Halme Schnittlauch	3 Stiele glatte Petersilie	2 EL Essig

Blattsalate putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Senfkörner grob mahlen oder mit dem Mörser zerstoßen und mit den Semmelbröseln mischen. Lammfilets mit Salz und Pfeffer würzen, mit Mehl bestäuben, durch das verquirlte Ei ziehen und in der vorbereiteten Panade wenden. In einer Pfanne mit Öl die Lammfilets von beiden Seiten knusprig ausbraten, Butter zugeben und nochmals kurz wenden. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Knoblauch schälen und fein hacken. Baguette horizontal halbieren, mit ca. 2 –3 EL Olivenöl beträufeln und mit Knoblauch bestreuen. Knoblauchbaguettes in den Ofen geben und kross braten. Schnittlauch und Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Essig, 4 EL Olivenöl, eine Prise Salz und Pfeffer zu einer Vinaigrette mischen und die Kräuter untermischen. Blattsalate mit der Vinaigrette kurz vor dem Servieren anmachen. Lammfilets mit Salat und dem Baguette anrichten und servieren.

Otto Koch Freitag, 12. September

Lamm-Ragout mit Peperoni und Couscous

Für 2 Personen

100 g Zwiebeln	2 Knoblauchzehen	2 Tomaten
1 Peperoni	300 g Lammfleisch vom Hals	6 EL Olivenöl
250 ml Rotwein	250 ml Lammfond	je 2 Zweige Rosmarin und Thymian
2 Lorbeerblätter	Salz, Pfeffer	100 g rote Paprika
100 g gelbe Paprika	1 Schalotte	100 g Couscous
1 Msp Kreuzkümmel	180 ml Geflügelbrühe	

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden. Tomaten am Strunk einritzen, kurz blanchieren, kalt abschrecken und dann die Haut abziehen. Tomaten vierteln, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch in feine Würfel schneiden. Peperoni halbieren, Kerne entfernen. Lammfleisch in kleine Würfel schneiden und in einem flachen Topf mit 3 EL Olivenöl anbraten. Zwiebel und Knoblauch zugeben und mit anschwitzen. Danach die Tomaten zugeben weiter rösten und mit Rotwein ablöschen. Mit dem Lammfond aufgießen, Peperonihälften und die Kräuter zugeben. 20 Minuten kochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und zwischendurch immer abschmecken. Paprika schälen, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Die Paprikawürfel in 2 EL Olivenöl anschwitzen und dann zum Lammragout geben. Noch einige Minuten kochen lassen. Für den Couscous die Schalotte schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Couscous zugeben und mit Kreuzkümmel und einer Prise Salz würzen. Mit Geflügelbrühe auffüllen und 2 Minuten kochen lassen. Dann den Topf vom Herd ziehen und zugedeckt ca. 5 Minuten ziehen lassen. Lammragout mit Couscous anrichten und servieren.

Otto Koch Freitag, 29. August

Meer

Chinesische Frühlingsrollen mit Gambas und Sesam-Soße

Für 4 Personen

Für die Frühlingsrollen:

200 g Gambas	100 g Karotten	50 g Sellerie
2 Lauchzwiebeln	100 g Zuckerschoten	1 Tomate
2 EL Sesamöl	100 g frische Sojasprossen	Sojasoße
Salz, schwarzer Pfeffer	1 TL Ingwer	1 Chilischote
1 Bund Koriander	1 Bund Schnittlauch	1 kl. Paket Frühlingsrollenteig
Frittierfett		

Für die Sesamsoße:

3 EL gemischter Sesam	je 1/2 rote und gelbe Paprika	1/2 Bund Basilikum
1/2 Bund Koriander	3 EL Reisessig	1 EL Sesamöl
2 EL Sonnenblumenöl	50 ml Hühnerbrühe	Salz, Pfeffer, Zucker
1 Prise Dayong		

Die Gambas schälen, entdarmen und in kleine Würfel schneiden. Karotten, Sellerie, Lauchzwiebeln und Zuckerschoten putzen und in feine Streifen schneiden. Tomate häuten, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch in feine Streifen schneiden. Die Gambas mit etwas Sesamöl in einer Pfanne scharf anbraten und die Gemüsestreifen und Sojasprossen zugeben. Alles vorsichtig anbraten und mit Sojasoße und Salz und Pfeffer abschmecken. Ingwer schälen, Chilischote waschen und entkernen, beides fein hacken und untermischen. Wichtig ist, dass die Flüssigkeit gut einkocht und die Füllung nicht zu feucht ist. Die Kräuter abspülen, trocken schütteln, fein hacken, untermischen und die Masse auf Küchencrepepapier geben und trocknen. Den Frühlingsrollenteig in gleichmäßige Vierecke schneiden, die Masse darauf verteilen und einrollen. Die Frühlingsrollen in der Fritteuse oder in einem Topf mit erhitztem Frittierfett bei ca. 100 Grad gleichmäßig goldgelb ausbacken. Für die Sesamsoße Sesam in einer Pfanne ohne Fett rösten. Paprika putzen und fein würfeln. Basilikum und Koriander abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Reisessig mit Sesamöl, Sonnenblumenöl und Hühnerbrühe verrühren. Gerösteten Sesam und Paprikawürfel untermischen. Mit Salz, Pfeffer, Dayong und einer Prise Zucker abschmecken. Vor dem Servieren die Kräuter untermischen. Die Frühlingsrollen mit der Soße anrichten. Nach Belieben mit Kopfsalat, Tomatenstreifen und Radieschen garnieren.

Tipp: Mit etwas Ketchup Manis, Oystersoße, Dayong und Reisessig lassen sich die Frühlingsrollen noch zusätzlich würzen und verfeinern.

Karlheinz Hauser Montag, 4. August

Gebratener Pulpo

Für 2 Personen

350 g Pulpo (Krake)	4 kleine Artischocken	1 Zitrone, ausgepresst
2 Fleischtomaten	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1/4 Bund Petersilie	50 g schwarze Oliven	5 EL Olivenöl
50 ml Gemüsebrühe	Salz, Pfeffer	1 Bund Basilikum

Pulpo ausnehmen, gut waschen und in einem Topf mit reichlich Salzwasser weich kochen, dies dauert mindestens 1 Stunde. In der Zwischenzeit Artischocken waschen und die Stiele abbrechen. Beim Abbrechen lösen sich die harten Fasern vom Blütenboden. Mit einem Messer die oberen Blattspitzen abschneiden. Die äußeren, harten Blätter um den Blütenboden entfernen, die Blattansätze und harte 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. Die vorbereiteten Böden sofort in Zitronenwasser legen. Tomaten waschen, den Strunk entfernen und die Tomaten in feine Scheiben schneiden. Schalotte und Knoblauch schälen und fein schneiden. Petersilie abspülen, trockenschütteln und fein schneiden. Oliven entkernen und fein würfeln Artischockenböden abtropfen, in feine Streifen schneiden und diese in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anbraten. Gemüsebrühe angießen und kurz weich dünsten. Aus der Pfanne nehmen und mit Schalotten, Knoblauch, Tomaten, Oliven und Petersilie mischen. 1 Spritzer Zitronensaft und 2 EL Olivenöl zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den weich gekochten Pulpo aus dem Topf nehmen, gut abtropfen lassen und dann in Stücke schneiden. Diese mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 2-3 EL Olivenöl kross anbraten. Gebratenen Pulpo auf der Tellermitte anrichten, darum herum den Salat geben. Basilikum grob schneiden und darüber streuen.

Vincent Klink Mittwoch, 27. August 2008

Pasta Fagiolo mit Venusmuscheln

Für 4 Personen

200 g getr. Borlottibohnen	1 Zwiebel	3 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl	3 Tomaten	1 Zweig Rosmarin
6 Blätter Salbei	300 g kurze Makkaroni	500 g Venusmuscheln
1 EL Bio-Gemüsebrühepulver	Salz, Pfeffer	1/2 Bund glatte Petersilie

Die Bohnen über Nacht mit reichlich Wasser einweichen. Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden. In einem Topf mit 1 EL Olivenöl Zwiebel und Knoblauch anschwitzen. Die eingeweichten Bohnen zugeben und mit Wasser bedecken, die Bohnen ca. 1-2 Stunden weich köcheln. In der Zwischenzeit die Tomaten vierteln, Kerne entfernen und Tomaten in Stücke schneiden. Rosmarinnadeln und Salbeiblätter fein hacken, mit den Tomaten vermischen. Die Nudeln in Salzwasser bissfest kochen und abschütten. Pfahlmuscheln waschen und gut bürsten. Geöffnete Muscheln aussortieren und wegwerfen. 2/3 der weich gekochten Bohnen aus dem Topf nehmen, die restlichen mit dem Kochsud fein mixen. Muscheln zugeben und ca. 5 Minuten kochen. (Nicht geöffnete Muscheln aussortieren und wegwerfen.) In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Nudeln goldbraun rösten. Dann mit den zurückbehaltenen Bohnen und den Kräutertomaten in den Bohnen-Muschelsud geben. Den Sud mit Gemüsebrühepulver, Salz und Pfeffer würzen. Petersilie fein schneiden und untermischen. Mit Olivenöl beträufeln und servieren.

Vincent Klink Mittwoch, 26. November

Risotto mit gebratenen Baby-Artischocken, Scampis

Für 2 Personen

50 g Pinienkerne	100 g Parmesan	2 Knoblauchzehen
1 Bund Rucola	ca. 200 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer
2 Schalotten	200 g Risottoreis	100 ml Weißwein
ca. 500 ml Geflügelbrühe	1 Msp Safran	8 Babyartischocken
4 Scampis		

Pinienkerne rösten. Parmesan reiben, Knoblauch schälen und grob würfeln. Rucola grob zupfen, in einen Mixer geben, Knoblauch, Pinienkerne, 50 g Parmesan und ca. 150 ml Olivenöl zugeben und zu einem Pesto pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Schalotten schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 2 EL Olivenöl anschwitzen. Den Reis zugeben und anschwitzen bis der Reis glasig ist. Mit dem Weißwein ablöschen und dann mit etwas Brühe aufgießen. Unter ständigem Rühren etwa 15-18 Minuten köcheln lassen, bis der Reis bissfest ist. Dabei immer wieder Brühe hinzufügen und rühren. Nach einigen Minuten den Safran zugeben. Kurz vor dem Anrichten den restlichen Parmesan untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Artischocken putzen (die Stiele glatt abschneiden, Artischocken um ca. ein Drittel mit einem scharfen Messer stutzen. Die harten Hüllblätter rund um den Stiel nach unten abreißen. Dann noch alle holzigen Teile am Blütenstiel vom Bodenrand zum Stielende hin abschneiden bzw. mit einem Messer abschälen), vierteln und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Scampis schälen, den Darm entfernen, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl kurz braten. Risotto anrichten, Scampis und Artischocken darüber geben und mit Pesto beträufeln.

Otto Koch Freitag, 11. Juli 2008

Teigtaschen mit Garnelen-Füllung

Für 2 Personen

140 g Weizenmehl	1/2 EL Pflanzenöl	1 TL Essig
Salz	6 große Garnelenschwänze	1 EL Austernsoße (Oystersoße)
Pfeffer	125 g Chinakohl	3 EL Erdnussöl
ca. 1/4 l Hühnerbrühe	80 g Weißkohl	1/2 rote Paprika

Für die Chilisoße:

100 ml Sonnenblumenöl	1 EL Paprikapulver	1 TL Chilipulver
1 Prise Salz		

Für die Sesamsoße:

1 gehackte Knoblauchzehe	2 EL Sonnenblumenöl	1 TL geröstetes Sesamöl
1 TL Reissessig		

Mehl mit Öl, Essig, 125 ml Wasser und einer Prise Salz zu einem glatten Teig kneten und diesen in Frischhaltefolie verpackt circa 1 Stunde in den Kühlschrank geben. Garnelen schälen, vom Darm befreien, das Fleisch fein hacken und mit Austernsoße und etwas Pfeffer und Salz würzen. Chinakohl putzen, fein hacken und in einer Pfanne mit 2 EL Erdnussöl scharf anbraten, mit Pfeffer und Salz würzen und abkühlen lassen. Garnelen kurz in einer Pfanne mit 1 EL Erdnussöl anbraten, herausnehmen, mit dem Chinakohl mischen und alles erkalten lassen. Die Hühnerbrühe in einen Topf geben und erhitzen. Den Teig dünn ausrollen und in 15 cm große Quadrate schneiden. Mit einem Teelöffel etwas Masse in die Mitte der Teigstücke geben und ringsum einen Rand von ca. 2 cm lassen. Dann an allen vier Enden die Teigstücke vorsichtig in die Mitte ziehen und oben gut festdrücken, so man eine Tasche (Beutel) erhält. Die Teigtaschen ca. 8 Minuten in der Hühnerbrühe garen oder in eine Dampf-Bastkorb geben und über Dampf garen. Den Weißkohl und Paprika putzen und in feine Streifen schneiden und auf den Tellern verteilen und die Für die beiden Soßen jeweils vermengen. Die Teigtaschen auf dem Weißkohl anrichten und die Soßen dazu servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 07. August

Tintenfisch-Salat

Für 2 Personen

1 Bund Rucola	100 g Blattsalat, gemischt	1 Stange Staudensellerie
1 Bund Kerbel	1 Schalotte	1/2 Bund Blattpetersilie
2 EL Olivenöl, kaltgepresst	1 EL Kräuteressig	1 TL Senf, mittelscharf
Salz, Pfeffer	300 g Sepioline	Mehl
2 EL Olivenöl	2 Knoblauchzehen, gepresst	100 g Austernpilze

Rucola und Blattsalate putzen, waschen und trocken schleudern. Den Staudensellerie waschen und in kleine Stücke schneiden. Den Kerbel waschen, trocknen, grob zupfen und mit den Salaten vermischen. Die Schalotte schälen und fein schneiden. Die Petersilie waschen, trocknen und fein hacken. Olivenöl, Kräuteressig und Senf zu einer Vinaigrette mischen, mit Salz und Pfeffer würzen und Schalottenwürfel und Petersilie untermischen. Die Tintenfische säubern, mit Küchenkrepp trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wenden. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl und gepresstem Knoblauch die Tintenfische goldbraun braten. Die Austernpilze putzen, in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl braten und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Salat mit der Vinaigrette anmachen, anrichten und mit den Pilzen und Sepioline garnieren. Dazu passt gut Baguette.

Tipp: Die so zubereiteten Tintenfische haben einen gewissen „Biss“. Wer das nicht mag, kann sie weich kochen, was bis zu eineinhalb Stunden dauert. Danach werden die Tintenfische (es können auch Pulpo oder Calamaris sein) genauso gebraten und angemacht wie oben beschrieben.

Vincent Klink Mittwoch, 02. Juli 2008

Tintenfisch-Tatar mit weißer Vinaigrette

Für 2 Personen

300 g Tintenfischtuben	Salz	150 g Blumenkohl
1 Zwiebel	1 Tomate	2 Limetten
weißer Pfeffer	150 g Naturjoghurt	ca. 2 EL Olivenöl
3 Stiele Basilikum	3 Stiele Kerbel	

Die Tintenfischtuben sauber putzen und in Salzwasser ca. 40 Minuten weich kochen. Herausnehmen, abtropfen und abkühlen lassen. Blumenkohl putzen, in kleine Röschen teilen und in Salzwasser bissfest kochen. Herausnehmen und in Eiswasser abschrecken. Zwiebel schälen und fein schneiden. Tomate schälen, vierteln, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Von einer Limette den Saft auspressen. Tintenfische sehr fein hacken, mit den Zwiebeln vermischen und mit etwas Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Übrige Limette halbieren und dann in sehr dünne Scheiben schneiden. Je einen Metallring (ca. 6 cm Durchmesser, ca. 4 cm hoch) in die Mitte eines Tellers legen und mit den halben Limettenscheiben auslegen. Die Scheiben sollen etwa 1 cm über den Metallrand regelmäßig bogenförmig herausragen. Das Tintenfischtatar mit einem Löffel in den Metallring eindrücken. Den Blumenkohl mit Joghurt in einem Mixer pürieren, bis der Blumenkohl in etwa grießkörnig ist. Mit Limettensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken. Diese Blumenkohlsoße gleichmäßig um das noch mit dem Ring ummantelte Tatar gießen. Basilikum fein hacken. Die Tomaten mit Salz, Pfeffer und 1 EL Olivenöl marinieren und Basilikum untermischen. Je einen kleinen Löffel auf das Tatar geben und dann den Ring vorsichtig entfernen. Den grob gehackten Kerbel über der Soße verteilen.

Otto Koch Freitag, 26. September

Zitrusfrüchte-Salat mit Jacobsmuscheln und Garnelen

Für 4 Personen

2 Limonen	2 Pomelos	2 Grapefruits
3 Orangen	5 Zweige Basilikum	50 g Zucker
Salz	2 EL Sonnenblumenöl	100 g Frisée-Salat
2 EL Sherry-Essig	1 TL Senf	Pfeffer
6 EL Olivenöl	8 Garnelen mit Kopf und Schale	8 Jacobsmuscheln in Schale
2 Zweige frischer Koriander		

Die Zitrusfrüchte mit einem Messer schälen (sodass die weiße Haut komplett entfernt wird) und filetieren, dabei den Saft auffangen. Die Früchte und den Saft in eine Schüssel geben. Basilikum in Streifen schneiden. Zucker, eine Prise Salz, Sonnenblumenöl und Basilikum untermischen und etwas ziehen lassen. Salat putzen, waschen und trocken schleudern. Für das Dressing Essig, Senf, eine Prise Salz und Pfeffer, 3 EL Olivenöl gut vermischen. Garnelen schälen, das Schwanzsegment dran lassen. Garnelen und unter kaltem Wasser waschen, mit einem Messer am Rücken entlang schneiden und den Darm entfernen. In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen und die mit Salz und Pfeffer gewürzten Garnelen auf beiden Seiten ca. 2 Minuten gleichmäßig anbraten. Die Jacobsmuscheln öffnen und vorsichtig mit einem kleinen Messer von der Schale lösen und den orange-roten Rogen entfernen (dieser schmeckt sehr intensiv und ist nicht jedermanns Geschmack). Das Jacobsmuschelfleisch unter fließend kaltem Wasser von Sandkörner und Schmutz befreien und auf einem Küchentuch trocken. Jacobsmuscheln in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl von beiden Seiten anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Friséesalat mit dem Dressing anmachen. Die marinierten Zitrusfrüchte und den Salat in der Mitte anrichten und die Jacobsmuscheln und Garnelen darum arrangieren und mit Koriander ausgarnieren.

Karlheinz Hauser Montag, 14. Juli 2008

Rind

Carpaccio mit Champignon-Salat

Für 2 Personen

150 g Champignons	1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund Basilikum
ca. 1/2 l Olivenöl	1 Zitrone	Salz
Pfeffer	150 g Rinderfilet	2 Eigelb
Worcester-Soße		

Für den Champignonsalat die Pilze putzen und grob schneiden. Die Kräuter waschen, abtropfen lassen, klein schneiden und unter die Pilze mischen. Aus ca. 3 EL Olivenöl, 2 EL Zitronensaft und Salz und Pfeffer eine Marinade anrühren, diese über die Champignons geben und kurz ziehen lassen. Das Rinderfilet entgegen der Faser in dünne Scheiben schneiden, große flache Teller damit belegen, diese mit Frischhaltefolie bedecken und das Fleisch mit Hilfe eines kleinen Nudelholzes hauchdünn ausrollen. Die Folie entfernen, das Fleisch mit Olivenöl einpinseln und mit Salz und Pfeffer würzen. Für die Mayonnaise Eigelb mit 2 EL Zitronensaft verrühren und das Olivenöl langsam unter Rühren solange einlaufen lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Die Mayonnaise mit Pfeffer, Salz und Worcester-Soße abschmecken, in eine Spritzflasche füllen und in einem gitterförmigen Muster über das Fleisch spritzen. Dazu passt gut Ciabatta.

Tipp: Wenn das Rinderfilet leicht angefroren ist, lässt es sich besser in dünne Scheiben schneiden.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 08. Juli 2008

Rindfleisch-Salat mit Kräuter-Vinaigrette

Für 4 Personen

1 Zwiebel	600 g Schulterblatt vom Rind	Salz
1 Bund Suppengemüse	8 Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt
50 g Sellerie	2 Möhren	10 Zuckerschoten
3 EL Balsamico-Essig	2 EL Sherry	Pfeffer und Zucker
8 EL Olivenöl	1 Frühlingszwiebel	1 Bund Kräutermischung

Die Zwiebel halbieren und die Schnittflächen in einer Pfanne ohne Fett dunkelbraun rösten. Das Fleisch in einen Topf mit Wasser geben, so dass es gerade mit Wasser bedeckt ist, aufkochen und salzen. Das Suppengemüse putzen bzw. schälen, in grobe Würfel schneiden, mit den Zwiebelhälften, Pfefferkörnern und dem Lorbeerblatt in den Topf geben und alles ca. 2 Stunden köcheln lassen. Das gegarte Fleisch herausnehmen, in Alufolie verpacken und ruhen lassen. Sellerie, Möhre und Zuckerschoten putzen bzw. schälen, in feine Streifen schneiden und in kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Für die Vinaigrette Essig und Sherry gut verrühren. Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker dazugeben und das Olivenöl unterrühren. Die Frühlingszwiebel waschen und in feine Ringe schneiden. Die Kräuter waschen, trocknen, fein hacken bzw. schneiden und mit den Frühlingszwiebeln unter das Dressing geben. Das Fleisch in Streifen schneiden, mit dem blanchierten Gemüse in eine Schüssel geben und das Dressing gut untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und den Salat auf Tellern anrichten. Dazu passt gut Schnittlauchbrot.

Vincent Klink Mittwoch, 20. August

Rostbraten Esterhazy

Für 4 Personen

4 Rostbratenscheiben a 180 g	Salz, Pfeffer	Öl
2 Zwiebeln	ca. 200 ml Rotwein	100 ml Rinderbrühe
20 g Paprikapulver (edelsüß)	70 g Karotten	70 g Sellerie
70 g Lauch	10 g Butter	1 TL Kapern
250 g Sauerrahm	1 Spritzer Zitronensaft	

Die Rostbratenscheiben am Rand einschneiden, plattieren, mit Salz und Pfeffer würzen, in einem Bräter im heißen Fett auf beiden Seiten scharf anbraten und herausnehmen. Die Zwiebeln schälen, in feine Würfel schneiden und im Bräter anschwitzen. Die Fleischscheiben zugeben kurz anbraten, alles mit Rotwein ablöschen, mit Rinderbrühe auffüllen, mit Paprikapulver abschmecken und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Umluft 160/ Gasherd: Stufe 2-3) ca. 20 Minuten weich schmoren. Karotten, Sellerie und Lauch waschen, schälen bzw. putzen und in feine Streifen (Julienne) schneiden. Die Gemüsejulienne in einer Pfanne mit etwas Butter anschwitzen bis sie gar sind. Die Kapern fein hacken. Das Fleisch aus dem Bräter nehmen, warmstellen und den Schmorfond mit Sauerrahm, Kapern, einem Spritzer Zitrone und Salz und Pfeffer abschmecken. Die Rostbratenscheiben auf die Tellermitte legen, Gemüsejulienne darauf anrichten und mit der Soße umgießen. Dazu passen sehr gut Spätzle.

Karlheinz Hauser Montag, 22. September

Tomaten-Pfirsich-Salat mit Tatar

Für 2 Personen

2 Pfirsiche	1 Fleischtomate	1 EL Schnittlauch
1 EL Pimpinelle	1 EL Petersilie	1 EL Estragon
7 EL Olivenöl	1 Zitrone	Salz, Pfeffer
Zucker	150 g Rinderfilet	1 Msp. Cayennepfeffer
Meersalz, schwarzer, grober Pfeffer		

Die Pfirsiche kurz in einen Topf mit kochendem Wasser geben und dann die Haut abziehen. Pfirsiche entkernen und in Stücke schneiden. Die Tomate halbieren, entkernen, in feine Stücke schneiden und mit den Pfirsichen vermengen. Die Kräuter waschen, trocknen, fein hacken und mit 3 EL Olivenöl und Zitronensaft verrühren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken und die Vinaigrette über den Tomaten-Pfirsich-Salat geben. Für das Tatar das Fleisch erst in dünne Scheiben, dann in Streifen und in sehr feine Würfel schneiden. Zum Schluss fein verhacken. Das gehackte Fleisch mit ca. 4 EL Olivenöl und den Gewürzen anmachen.

Vincent Klink Mittwoch, 16. Juli 2008

Westfälischer Pfeffer-Potthast

Für 2 Personen

400 g Rindshüfte	200 g Graubrot	400 g Zwiebeln
1 EL Butterschmalz	400 ml Fleischbrühe	1Msp. abgeriebene Zitronenschale
1 Lorbeerblatt	1 EL grober schwarzer Pfeffer	1 Msp. Piment
1 Msp. Nelke	1 Msp. Ingwerpulver	1 Msp. Macis
300 g Kartoffeln	Salz	

Das Fleisch in dünne Streifen schneiden. Das Graubrot in hauchdünne Scheiben schneiden. Die Zwiebeln halbieren und in dünne Scheiben schneiden, in einem Topf mit Butterschmalz anschwitzen. Anschließend Fleisch und Brot zugeben und mit Fleischbrühe auffüllen. Zitronenabrieb, Lorbeerblatt, Pfeffer, Piment, Nelke, Ingwerpulver und Macis zugeben. Langsam kochen und dabei immer wieder umrühren. In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Nach ca. 15 Minuten Kochzeit die Kartoffeln zugeben und nochmals ca. 15 Minuten kochen. Mit Salz abschmecken und servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 27. November

Schwein

Gratiniertes Schäufele mit Meerrettich-Kruste

Für 4 Personen

Schäufele:

1 Zwiebel	1 Lorbeerblatt	1 Nelke
5 Pfefferkörner	1 Zweig Thymian	1kg Schweinsschulter, geräuchert

Rote-Bete:

200 g Rote-Bete	Salz	1 Lorbeerblatt
1 TL Kümmel	1 EL Butter	Zucker

Sellerie:

200 g Sellerie	1 Spritzer Zitronensaft	Salz, Pfeffer, Zucker
60 g Walnüsse		

Meerrettichkruste:

100 g Butter	20 g Meerrettich	1 EL Meerrettich, aus dem Glas
1 Eigelb	2 EL Semmelbrösel	Salz, Pfeffer

Die Zwiebel schälen und mit Lorbeer und Nelke spicken. Zusammen mit den Pfefferkörnern und dem Thymian in einen Topf mit Wasser geben und zum Kochen bringen. Das Schäufele in den Sud geben – es sollte mit Wasser bedeckt sein – und zirka 1 – 1,5 Stunden leicht sieden lassen. Das Schäufele ist fertig, wenn man mit einer Fleischgabel hineinsticht und diese sich leicht wieder herausziehen lässt. Rote-Bete in einen Topf mit Wasser geben, Salz, Lorbeerblatt und Kümmel dazugeben, die Rote-Bete weich kochen, schälen und in feine gleichmäßige Würfel schneiden. Den Sellerie schälen und raspeln, mit Zitrone, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Walnüsse klein hacken und zu dem Sellerie geben. Für die Kruste die Butter mit einem Handrührgerät schaumig schlagen. Den frischen Meerrettich schälen und reiben. Eigelb, beide Meerrettiche und Semmelbrösel zu der Butter geben und alles vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Schäufele in gleichmäßig große 1 cm dicke Scheiben schneiden und im Ofen mit der Kruste gratinieren. 1 EL Butter und Zucker in einem Topf erwärmen, die Rote-Bete darin schwenken. Auf einem vorgewärmten Teller mittig die Rote-Bete anrichten, das gratinierte Schäufele darauf setzen und mit dem Sellitesalat servieren.

Karlheinz Hauser Montag, 15. Dezember

Kartoffel-Kroketten mit Schweizer-Sahne-Steak

Für 2 Personen

200 g Kartoffeln, mehlig	Salz	4 Eigelb
Pfeffer, Muskat	5 EL Mehl	2 Eier
3 EL Semmelbrösel	ca.1/2 l Olivenöl	

Für die Kartoffelkroketten die Kartoffeln schälen, in gleichgroße Stücke schneiden und in reichlich Salzwasser weich kochen. Das Wasser wird abschütten und die Kartoffeln gut ausdampfen lassen. (Den Topf dabei immer wieder schütteln, damit die Kartoffeln durch das usdampfen möglichst viel Wasser verlieren.) Die Kartoffeln durch die Kartoffelpresse geben, mit Eigelb verrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Kartoffelmasse auf einer gut bemehlten Arbeitsfläche zu gleichmäßigen Rollen von circa 1,5 cm Durchmesser formen und diese in Stücke von circa 4 cm Länge schneiden. Die einzelnen Rollen erst in Mehl wenden, dann durch geschlagenes Ei ziehen und mit Semmelbröseln panieren. Die Kroketten in einem Topf mit erhitztem Olivenöl goldbraun frittieren.

Vincent Klink Donnerstag, 18.September

Schweine-Filet Robert

Für 2 Personen

1 kleines Schweinefilet	Salz, Pfeffer	2 EL Butterschmalz
1 Schalotte	2 EL Butter	1 EL Mehl
250 ml Milch	3 Stiele glatte Petersilie	1 EL Dijon-Senf

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 2-3) vorheizen. Das Schweinefilet rundum pfeffern und salzen, etwas flachdrücken und in einer Pfanne (mit hitzestabilem Griff) mit 2 EL Butterschmalz von allen Seiten kurz anbraten. Dann im Ofen das Schweinefilet noch ca. 15 Minuten garen. Aus dem Ofen nehmen, mit Alufolie abdecken und ca. 10 Minuten ziehen lassen. Für die Soße die Schalotte schälen und fein schneiden. In einem Topf mit Butter die Schalotten anschwitzen, mit Mehl bestäuben und mit der Milch aufgießen. Mit dem Schneebesen glatt rühren und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Den ausgetretenen Bratensaft aus der Fleischpfanne und den Senf mit dem Schneebesen unterrühren. Wesentlich luftiger wird alles, wenn man mit dem Mixstab die Soße zum Schluss noch aufschlägt. Abschmecken und Petersilie untermischen. Dazu passen sehr gut dünne Bandnudeln und Blattspinat.

Vincent Klink Donnerstag, 11. September

Schweine-Filet süß-sauer

Für 2 Personen

400 g Schweinefilet	2 EL Sojasoße	2 TL Speisestärke
1 Msp Safran	1 Gemüsezwiebel	2 Frühlingszwiebeln
1 gelbe Paprika	1/2 Stange Lauch	2 EL Sonnenblumenöl
4 EL Essig	3 EL Zucker	

Das Fleisch in Streifen schneiden. Sojasoße mit Speisestärke und Safran mischen. Die Marinade über die Fleischstreifen geben und zugedeckt im Kühlschrank ca. 30 Minuten ziehen lassen. Die Zwiebel schälen und in grobe Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Paprika halbieren, putzen und würfeln. Lauch putzen und in feine Ringe schneiden. 1 EL Öl in einem Wok erhitzen und das Fleisch darin ca. 3 Minuten braten, herausnehmen und warm stellen. Dann die Zwiebeln und das Gemüse mit 1 EL Öl im Wok braten. Essig, 3 EL Wasser, Zucker und etwas Sojasoße mischen und zu dem Gemüse geben. Alles gut vermengen, das Fleisch zugeben und einmal kräftig aufkochen lassen, bis die Soße dickflüssig wird. Das Schweine-Fleisch mit dem Gemüse anrichten. Dazu passen gut Basmatireis oder chinesische Eiernudeln.

Vincent Klink Mittwoch, 06. August

Semmel-Knödel-Geröstl mit Schweine-Braten

Für 2 Personen

2-3 Semmelknödel vom Vortag	Rapsöl	1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe	2 Scheiben geräucherter Speck	100 g kalter Schweinsbraten
1 kleines Bund Petersilie	ca. 5 Schnittlauchhalme	2 EL Essig
4 EL Pflanzenöl	Pfeffer, Salz	1 Kopfsalat
2 Eier		

Die Semmelknödel in Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit etwas Öl anbraten. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein schneiden. Den Speck in feine Würfel und den Schweinsbraten in ca. 1cm große Stücke schneiden. Den Speck in einer Pfanne anbraten, die Schweinsbratenstücke, Zwiebeln und Knoblauch zugeben und alles weiter rösten. Wenn die Schweinsbratenstücke und Zwiebeln geröstet sind, alles zu den Semmelknödeln geben und noch mal kurz durchbraten. Petersilie und Schnittlauch waschen, trocknen und fein hacken bzw. schneiden. Circa 1 EL gemischte Kräuter mit Essig und Öl zu einer Vinaigrette verrühren und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Den Kopfsalat zerteilen, waschen, trocknen und mit der Vinaigrette anmachen. Die Eier verquirlen und circa eine Minute vor dem Anrichten mit in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, alles auf Tellern anrichten, mit der restlichen gehackten Petersilie bestreuen und den Salat dazu servieren.

Otto Koch Freitag, 21. November

Waldorf-Salat mit gebratenem Kasseler-Rippchen

Für 2 Personen

1 Knollensellerie (ca. 300 g)	Zitronensaft	2 säuerliche Äpfel
1 Stange Staudensellerie	1 Eigelb	1/2 TL Senf
Salz	ca. 100 ml Speiseöl	2 EL Sahne
2 EL Natur-Joghurt	Pfeffer	Zucker
1 EL Walnussöl nach Belieben	2 EL Walnusskerne	4 kleine Kasseler-Rippchen a 80 g
2 EL Butterschmalz		

Die Sellerieknolle schälen und in sehr feine Streifen schneiden oder raspeln. Mit Zitronensaft beträufeln. Die Äpfel ebenfalls schälen und grob raspeln. Mit Zitronensaft beträufeln. Die Staudensellerie in feine Scheibchen schneiden. Eigelb mit Senf und einer Prise Salz vermischen. Langsam das Öl zugeben und gut mit dem Schneebesen unterrühren und zu einer Mayonnaise rühren. Mit Sahne und Joghurt vermengen und mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zucker kräftig abschmecken. Mit Knollensellerie, Apfel und Staudensellerie vermengen. Ca. 15 Minuten durchziehen lassen und dann nochmals abschmecken (evtl. mit etwas Walnussöl). Die Walnusskerne hacken und darüber streuen. Die Kasseler Rippchen von beiden Seiten in einer Pfanne mit Butterschmalz goldbraun braten und mit dem Waldorfsalat anrichten.

Susanne Hornikel Donnerstag, 25. September 2008

Zitronen-Fenchel mit Rosmarin-Schnitzel

Für 4 Personen

2 Kartoffeln (ca. 150 g)	5 getrocknete Tomaten	2 Fenchelknollen
2 Schalotten	5 EL Olivenöl	1/2 Zitrone, unbehandelt
100 ml Gemüsebrühe	Pfeffer, Salz	1/4 Bund Blattpetersilie
4 Schnitzel vom Schweinefilet a 150 g	1/8 l Weißwein	1 Zweig Rosmarin
1 EL Butter		

Die Kartoffeln in Salzwasser kochen und schälen. Die Tomaten in Wasser einweichen. Von den Fenchelknollen die äußeren, verholzten Blätter abschälen. Den Fenchel waschen, halbieren und in kleine Würfel schneiden. Eine Schalotte schälen und mit den Tomaten ebenfalls in feine Würfel schneiden. Fenchel und Schalotten in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anbraten, mit Gemüsebrühe ablöschen, die Tomaten und 1 TL abgeriebene Zitronenschale dazugeben, alles pfeffern und salzen und bei geringer Hitze mit geschlossenem Deckel ca. 10 Minuten dünsten. Dann die Hitze erhöhen und das Gemüse solange schwenken bis der Gemüsesaft eingekocht ist. Die Kartoffeln fein zerdrücken und unter das Gemüse geben. Die Petersilie waschen, abtropfen lassen, fein hacken und mit 1 TL Zitronensaft und 2 EL Olivenöl unter das Gemüse geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für die Schnitzel das Fleisch pfeffern, salzen und von beiden Seiten jeweils 2 Minuten in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl bei kleiner Hitze braten. Die Schnitzel warm stellen. Schalotte schälen, fein würfeln, in der „Schnitzelpfanne“ anrösten und mit Weißwein ablöschen. Rosmarin fein hacken, dazugeben und den Fond etwas einkochen lassen. Das Fleisch mit dem Saft in die Pfanne geben, alles kurz aufkochen lassen und mit etwas Butter abbinden.

Vincent Klink Mittwoch, 30. Juli

Soßen

Pfeffer-Soße

Für 4 Personen

1 TL grüne Pfefferkörner 2 Schalotten 2 EL Butter
50 ml Cognac 30 ml Portwein 200 ml Kalbsfond
Salz

Die grünen Pfefferkörner mit kaltem Wasser abwaschen. Schalotten schälen und fein schneiden. In einem Topf eine gewürfelte Schalotte mit 1 EL Butter anschwitzen, grüne Pfefferkörner zugeben mit dem Cognac und dann mit dem Portwein ablöschen und nahezu einkochen lassen. Dann mit Kalbsfond auffüllen und die Soße nochmals zur gewünschten Konsistenz einkochen. Die Soße mit Salz abschmecken.

Karlheinz Hauser Montag, 10. November

Pilz-Soße

Für 2 Personen

1 Schalotte 200 g gemischte Speisepilze 1 EL Butter
200 ml Sahne 1/2 TL Mehlbutter Salz, Pfeffer

Für die Soße die Schalotte schälen und fein schneiden. Pilze putzen und in Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Schalotte anschwitzen, die Pilze zugeben und kurz braten. Dann Sahne untermischen und aufkochen. Die Soße mit Mehlbutter binden, gut durchkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Vincent Klink Mittwoch, 19. November 2008

Rahm-Rosenkohl

Für 4 Personen

500 g Rosenkohl Wasser und Milch 1 EL Butter
2 EL Crème-fraîche Salz, Pfeffer, Muskat

Den Rosenkohl putzen, waschen und vierteln. In einen Topf geben und mit Milch und Wasser knapp bedecken. Rosenkohl ca. 10 Minuten ganz weich kochen und anschließend mit dem Mixstab grob pürieren. Butter und Crème-fraîche untermischen und das Püree mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Vincent Klink Donnerstag, 20. November 2008

Schnittlauch-Butter-Soße

Für 2 Personen

1 Schalotte 50 g Butter 20 ml trockener Wermut
40 ml trockener Weißwein 1/4 l Fischfond 1 Bund Schnittlauch
1 Spritzer Zitronensaft 1 Prise Cayennepfeffer

Die Schalotte schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Mit Wermut und Weißwein ablöschen und um etwa die Hälfte einkochen. Den Fischfond angießen und nochmals etwas einkochen lassen. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Die Soße mit restlicher kalter Butter binden, mit Zitronensaft und Cayennepfeffer abschmecken und den Schnittlauch untermischen.

Jörg Sackmann am 29. September 2008

Sesam-Soße

Für 4 Personen

3 EL gemischter Sesam	je 1/2 rote und gelbe Paprika	1/2 Bund Basilikum
1/2 Bund Koriander	3 EL Reisessig	1 EL Sesamöl
2 EL Sonnenblumenöl	50 ml Hühnerbrühe	Salz, Pfeffer, Zucker
1 Prise Dayong		

Sesam in einer Pfanne ohne Fett rösten. Paprika putzen und fein würfeln. Basilikum und Koriander abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Reisessig mit Sesamöl, Sonnenblumenöl und Hühnerbrühe verrühren. Gerösteten Sesam und Paprikawürfel untermischen. Mit Salz, Pfeffer, Dayong und einer Prise Zucker abschmecken. Vor dem Servieren die Kräuter untermischen.

Karlheinz Hauser Montag, 4. August 2008

Suppen

Borschtsch

Für 2 Personen

1 Entenbrust	Salz, Pfeffer	1 Schalotte
1/4 Weißkohl	500 ml Fleischbrühe	1 TL geschroteten Koriander
1 Msp Piment	1 Rote-Bete (ca. 150 g)	Salz, Pfeffer
2 EL Zitronensaft	2-3 TL Stärkemehl	frischer Meerrettich
2 EL Crème-fraîche	1 Bund Dill	1 Meerrettichstange, gehobelt

Die Entenbrust pfeffern, salzen und in einer Pfanne bei geringer Hitze auf der Hautseite sanft braten. Wenn die Haut leicht gebräunt ist, wenden und ca. 5 Minuten auf der Fleischseite braten. Die Entenbrust sollte rosa sein. Schalotte schälen und fein würfeln. Vom Weißkohl den Strunk entfernen, den Kohl in 1 cm große Stücke schneiden. In dem ausgetretenen Fett die Schalotte anschwitzen. Mit der Brühe auffüllen. Koriander, Piment und Weißkohl dazugeben. Die Rote-Bete schälen, auf einer Reibe fein reiben und in die Brühe geben. Zehn Minuten kochen lassen, mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken. Speisestärke mit 2 Esslöffel Wasser anrühren und die Suppe damit binden. Meerrettich schälen und reiben (ca. 1 TL geriebener Meerrettich). Die Suppe in Tassen anrichten, einen Klacks Crème-fraîche darauf geben, mit Dill und etwas geriebenem Meerrettich verzieren. Die Entenbrust in Tranchen schneiden und als Einlage zur Suppe reichen.

Vincent Klink Mittwoch, 10. Dezember

Buttermilch-Bohnen-Suppe mit Hefe-Küchlein

Für 4 Personen

1 kg Kartoffeln	125 g Butter	1 Topf saure Sahne
1 l Milch	1 kg grüne Bohnen	Salz und Pfeffer
ein wenig frische Hefe	250 g Mehl	ca. 100 ml Milch
1 Ei	2 EL Zucker	1 Handvoll Rosinen
Öl		

Die Kartoffeln schälen, in Salzwasser kochen, abgießen, Butter und saure Sahne hinzufügen, alles zu einem Brei zerstampfen und mit Milch aufrühren. Die Bohnen kurz in Salzwasser garen, abgießen und in den aufgerührten Kartoffelbrei geben, so dass eine breiige Suppe entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Hefe ins Mehl bröseln und mit lauwarmer Milch flüssig schlagen. Eigelb, Salz und Zucker hinzufügen, das geschlagene Eiweiß unterziehen und Rosinen unterheben. Das Ganze ein paar Minuten gehen lassen, zu Küchlein formen und in heißem Öl ausbacken.

Cilly Krämer Freitag, 17. Oktober

Gazpacho

Für 2 Personen

1 rote Paprika	1 Salatgurke	2 Fleischtomaten
1 Stange Staudensellerie	1 TL Tomatenmark	1/4 l Gemüsebrühe
1/2 Bund Basilikum	1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund Petersilie
1 Knoblauchzehe	schwarzer Pfeffer, Salz, Zucker	

Die Paprika waschen, entkernen und klein würfeln. Die Salatgurke schälen, die Tomaten häuten, den Staudensellerie waschen und alles in Stücke schneiden. Von jedem Gemüse jeweils einen Esslöffel klein gewürfelt als Einlage zurückhalten. Das restliche Gemüse in einen Mixer geben und gut durchmischen. Tomatenmark mit der Brühe vermischen und das kleingemixte Gemüse dazugeben. Die Kräuter waschen, trocknen, klein hacken und ebenfalls untermischen. Mit gepresstem Knoblauch, schwarzem Pfeffer, Salz und einer Prise Zucker abschmecken.

Tipp: Gazpacho gibt es in den unterschiedlichsten Rezepten in Spanien. Häufig wird noch Weißbrot untermixt, damit die Suppe eine gewisse Sämigkeit bekommt.

Vincent Klink Donnerstag, 03. Juli 2008

Hühner-Suppe mit Nudeln

Für 2 Personen

2 Hähnchenkeulen	1 Zwiebel	Salz
1 Lorbeerblatt	1/2 Stange Lauch	1 Möhre
1 kleine Steckrübe	150 g Mehl	2 Eier
1/2 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Schnittlauch	Pfeffer

Die Hähnchenkeulen abspülen, in einen Topf geben und mit kaltem Wasser bedecken. Zwiebel, Salz und Lorbeerblatt zugeben und alles ca. 1,5 Stunden kochen. Lauch, Möhre und Steckrübe putzen bzw. schälen und in feine Stifte schneiden, die letzten 10 Minuten mit in den Topf geben. Dann die Brühe durch ein feines Sieb passieren und den Fond abschmecken. Das Hühnerfleisch vom Knochen lösen, in Würfel schneiden, das Gemüse zur Seite legen. Das Mehl mit einem Ei und einer Prise Salz zu einem geschmeidigen Teig kneten. Petersilie und Schnittlauch fein schneiden und etwas davon unter den Teig kneten. Den Teig mit einem Nudelholz oder der Nudelmaschine dünn ausrollen und in 1 cm große Quadrate ausschneiden. Die Nudelquadrate in der Brühe weich kochen. Hühnerbrühe und zurückbehaltenes Gemüse zugeben, die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das übrige Ei aufschlagen, in die kochende Suppe geben und mit einer Gabel durchrühren. Die restlichen Kräuter untermischen und die Suppe servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 25. November

Kartoffel-Lauch-Suppe, Bachsaibling, Kartoffel-Mantel

Für 4 Personen

100 g Lauch	300 g Kartoffeln	50 g Schalotten
1 EL Butter	50 ml Weißwein	500 ml Gemüsebrühe
120 ml Sahne	Salz, Pfeffer	1 Prise Muskat
1 Bachsaibling ca. 600 g	1 große Kartoffel	Öl
4 Kerbelzweige		

Den Lauch halbieren, putzen, waschen und in etwa 1 cm breite Streifen schneiden. Kartoffeln und Schalotten schälen, in Würfel schneiden, mit dem Lauch in einen Topf geben und mit etwas Butter anschwitzen. (Einige Lauch- und Kartoffelwürfel als Garnitur zurück halten.) Den Wein zugeben, einreduzieren lassen, dann die Brühe zugießen und alles weich kochen. Nach ca. 5 Minuten 100 ml Sahne zugeben und die Suppe im Mixer oder mit dem Pürierstab pürieren. Mit Salz und Pfeffer und etwas Muskat abschmecken. Den Bachsaibling waschen und filetieren. Mit einer Pinzette sorgfältig die Gräten ziehen und das Filet von der Haut lösen. Den Fisch in gleichmäßige Stücke schneiden (ca.30 g). Die große Kartoffel schälen, mit einem Spiralschneider lange Kartoffelstreifen herstellen und mit Salz und Pfeffer würzen. 1 Stück Saibling (ca. 20 g) mit restlicher Sahne zu einer Farce pürieren. Die Fischfilets mit Fischfarce einstreichen, mit den Kartoffelstreifen einwickeln und in einer Pfanne mit etwas Öl gleichmäßig gar braten. Die Kartoffel-Lauch-Suppe in Suppentellern anrichten. Als Garnitur Kartoffel- und Lauchwürfel hineingeben und zwei Stücke Saibling und einen Kerbelzweig dazugeben.

Karlheinz Hauser Montag, 15.September

Rumfort-Suppe mit Schweine-Bauch

Für 4 Personen

100 g Speck	300 g Schweinebauch	1 Zwiebel
1 EL Butterschmalz	ca. 1 l Hühnerbrühe	100 g Perlgraupen
1 große Karotte	2 große Kartoffeln	200 g Sauerkraut
1 TL Senf	Salz	

Speck und Schweinebauch in Würfel schneiden. Zwiebel schälen und fein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Butterschmalz Fleisch- und Speckwürfel anbraten, Zwiebel zugeben und mit anschwitzen. Mit Hühnerbrühe aufgießen und aufkochen lassen. Die Perlgraupen zugeben und solange kochen, bis alles fast weich ist. In der Zwischenzeit Karotte und Kartoffel schälen und in feine Würfel schneiden. Das frische Sauerkraut kalt abspülen und klein schneiden. Gemüsewürfel und Sauerkraut mit in die Suppe geben und nochmals ca. 10 Minuten kochen, bis Kartoffeln und Karotte weich sind. (Evtl. noch etwas Brühe zugeben.) Die Suppe mit Senf und evtl. Salz abschmecken.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 23. September

Wan-Tan-Suppe

Für 2 Personen

1 kleines Hähnchen	1/2 Stange Lauch	1 Möhre
Salz, Pfeffer	120 g Mehl	1 Msp Backpulver
1 Ei	2 EL getrocknete Mu-Err-Pilze	1 Bund Koriander
1 EL Sojasoße	1 Eigelb	1 Bund Frühlingszwiebeln

Von dem Hähnchen eine Brust auslösen und diese bei Seite stellen. Lauch und Möhre putzen bzw. schälen, in grobe Stücke schneiden, mit dem restlichen Hähnchen in einen Topf geben und soviel Wasser zugeben, dass alles gut bedeckt ist. Mit Pfeffer und Salz würzen, alles aufkochen und ca. 30 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit Mehl mit Backpulver vermischen, das Ei zugeben und alles zu einem Teig verkneten. Diesen in Frischhaltefolie verpackt eine halbe Stunde ruhen lassen. Die Pilze ca. 1 Stunde in kaltem Wasser einweichen. Den Koriander waschen, trocknen und fein hacken. Die ausgelöste Hähnchenbrust in Würfel schneiden, diese mit Sojasoße, Salz und der Hälfte des Korianders abschmecken und kalt stellen. Die Fleischbrühe durch ein Sieb passieren, abschmecken und köcheln lassen. Das gegarte Hähnchenfleisch vom Knochen lösen, fein würfeln und beiseite stellen. Den Teig mit einer Nudelmaschine oder einem Nudelholz sehr dünn ausrollen, in Rechtecke schneiden und die Ränder mit Eigelb bestreichen. Die marinierten Hähnchenwürfel darauf geben und die Teigtaschen gut verschließen. Diese in die leicht köchelnde Hähnchenbrühe geben, ca. 8 Minuten gar ziehen lassen und kurz vor dem Servieren die eingeweichten Pilze zugeben. Die Frühlingszwiebeln putzen und fein schneiden. Frühlingszwiebeln, restlichen Koriander und nach Wunsch etwas von dem gekochten Hähnchenfleisch in Suppenschalen verteilen und alles mit der Suppe aufgießen.

Tipp: Wan Tan Teig ist auch bereits fertig im Asialaden erhältlich.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 5. August

Vegetarisch

Bratkartoffel-Salat mit pochiertem Eigelb und Croutons

Für 4 Personen

500 g La Rate Kartoffeln	4 EL Olivenöl	2 Schalotten
300 ml Geflügelbrühe	3 EL süßer Senf	1 EL Estragonessig
Salz, Pfeffer	1 Bund Radieschen	1/2 Bund Schnittlauch
2 Brezeln	2 EL Butter	4 Eier

Kartoffeln waschen und gut bürsten. Dann in gleichmäßige Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl langsam goldgelb braten. Schalotten schälen, fein würfeln und kurz vor Ende der Garzeit mit zu den Kartoffeln geben und anbraten. Alles aus der Pfanne nehmen und in eine Schüssel geben. Für die Vinaigrette die Geflügelbrühe erwärmen. Den süßen Senf und das restliche Olivenöl einrühren und mit Estragonessig, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Dressing warm über die Kartoffelscheiben geben und eine halbe Stunde ziehen lassen. Dann nochmals abschmecken. Radieschen waschen und in Stifte schneiden. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und zusammen mit den Radieschen unter den Salat heben. Brezeln in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit Butter knusprig braten. Eier trennen, das Eigelb in eine Schöpfkelle geben und in siedendem (nicht kochendem) Wasser ca. eine Minute pochieren. Den Bratkartoffelsalat auf Tellern anrichten, das pochierte Eigelb vorsichtig darauf setzen, leicht salzen, Brezelcroutons darüber streuen.

Michael Kempf Freitag, 19. September

Curry-Früchte mit Fladenbrot

Für 2 Personen

150 g Mehl	40 ml Olivenöl	5 g Hefe
Pfeffer, Meersalz	2 EL Schwarzkümmel	2 weißfleischige Pflirsiche
1 Apfel	2 Aprikosen	2 Pflaumen
1 Schalotte	1 EL Olivenöl	1 Lauchzwiebel
1 EL Mehl	10 ml trockener Wermut	1/8 l Gemüsebrühe
1 EL Currypulver	evtl. 1 EL Mehlbutter	

Für das Fladenbrot Mehl, Olivenöl, Hefe und 50 ml Wasser vermengen und gut verkneten. Den Teig eine Stunde ruhen lassen, dann auf einer bemehlten Fläche hauchdünn ausrollen, mit einer Kaffeetasse Kreise ausstechen und diese mit etwas Wasser bepinseln. Die Teigkreise pfeffern, salzen, mit etwas Schwarzkümmel bestreuen und im vorgeheizten Ofen bei ca. 220 Grad (Umluft: 200 Grad / Gasherd: Stufe 3) ca. 5 Minuten ausbacken. Für die Curryfrüchte die Früchte waschen, entkernen und je nach Größe vierteln oder achteln, so dass sie alle ungefähr gleiche Größe haben. Die Schalotte schälen, fein hacken und mit etwas Öl anschwitzen. Die Lauchzwiebel, waschen, fein hacken und das Weiße der Zwiebel mit in die Pfanne geben. Mit Mehl bestäuben und mit Wermut und Brühe ablöschen. Curry zugeben und alles einköcheln lassen. Das Grün der Lauchzwiebel ebenfalls dazugeben und alles kurz aufkochen. Die festeren Früchte in die Soße geben und etwas später die weicheren. Alles erneut kurz aufkochen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Evtl. noch mit Mehlbutter andicken und die Curryfrüchte mit dem Fladenbrot anrichten.

Vincent Klink Donnerstag, 17. Juli 2008

Gebratene Kräuter-Grieß-Schnitte mit Pilz-Soße

Für 2 Personen

Für die Grießschnitten:

2 Eier	1/2 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Schnittlauch
2 Zweige Thymian	500 ml Milch	50 g Butter
Salz	130 g Grieß	2 EL Butterschmalz

Für die Pilzsoße:

1 Schalotte	200 g gemischte Speisepilze	1 EL Butter
200 ml Sahne	1/2 TL Mehlbuter	Salz, Pfeffer

Die Eier trennen. Kräuter abspülen und fein schneiden. Milch in einem Topf mit Butter und einer Prise Salz zum Kochen bringen. Grieß in die kochende Milch einlaufen lassen und unter ständigem Rühren zu einem dicken Brei kochen. Topf vom Herd ziehen, Eigelb und die Kräuter unterrühren. Den Brei auf ein befeuchtetes Backbrett geben und mit einem breiten in kaltes Wasser getauchtes Messer zu einer ca. 1 cm dicken Platte streichen und erkalten lassen. Dann die Grießmasse in rechteckige oder rautenförmige Stücke schneiden. Das Eiweiß verquirlen und die Grießschnitten darin wenden, dann in einer Pfanne mit Butterschmalz diese bei mittlere Hitze von beiden Seiten goldgelb braten. Mit grobem Pfeffer bestreuen. Für die Soße die Schalotte schälen und fein schneiden. Pilze putzen und in Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Schalotte anschwitzen, die Pilze zugeben und kurz braten. Dann Sahne untermischen und aufkochen. Die Soße mit Mehlbuter binden, gut durchkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Grießschnitten mit der Pilzsoße servieren.

Vincent Klink Mittwoch, 19. November

Gefüllte Spitzpaprika

Für 2 Personen

2 Auberginen	2 Rosmarinzweige	Pflanzenöl
2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	6 EL Olivenöl
1 Bund Basilikum	1 TL Rosmarin, gehackt	4 Spitzpaprika
Salz, Pfeffer	40 g Parmesan, gerieben	

Mit einer Stricknadel o.ä. einige Löcher in die Haut der Auberginen pieksen. Dann die Auberginen der Länge nach mit der Nadel durchbohren und je einen Rosmarinweig durch die Öffnung ziehen. Den Ofen auf 180 Grad (Umluft: 160 Grad / Gasherd: Stufe 2-3) vorheizen, die Auberginen auf ein gefettetes Backblech geben und ca. 45 Minuten garen. Die gegarten Auberginen etwas abkühlen lassen, halbieren und das weiche Innere herauskratzen. Die Schalotten und den Knoblauch schälen, fein hacken und in einer Pfanne mit 1 TL Olivenöl anschwitzen. Basilikum waschen, abtropfen lassen und fein hacken. Schalotten, Basilikum mit Rosmarin, 2 EL Olivenöl und der Auberginenmasse gut vermengen und zerdrücken. Die Paprika waschen, der Länge nach auf einer Seite einschlitzen und die Kerne so gut wie möglich entfernen. Den Backofen auf ca. 200 Grad (Umluft: 180 Grad/ Gasherd: Stufe 2-3) vorheizen, die Paprika mit Olivenöl einstreichen und für 15 Minuten im Ofen garen. Die gegarten Spitzpaprika mit dem Auberginenmus füllen, pfeffern, salzen, mit etwas Olivenöl beträufeln und kurz im Backofen bei Oberhitze grillen. Mit Parmesan bestreut servieren.

Tipp: Die Auberginen lassen sich auch in Salzwasser gar kochen. Garzeit ca. 20 Minuten. Da sie gerne oben schwimmen, müssen sie mit einem Gitter o.ä. nach unten gedrückt werden.

Vincent Klink Donnerstag, 31. Juli

Gefüllte Zucchini-Blüten

Für 2 Personen

100 g Spaghetti	2 EL Thymian	2 EL Schnittlauch
2 EL Basilikum	2 Tomaten	2 Zwiebeln
1 EL Butterschmalz	1 Toastbrotsscheibe	1 Eigelb
Salz, Pfeffer	4 EL Olivenöl	2 Zucchini
4 Zucchini Blüten		

Die Spaghetti in reichlich Salzwasser bissfest kochen und abgießen. Die Kräuter waschen, gut trocknen und fein hacken bzw. schneiden. Die Tomaten enthäuten und in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen, fein hacken und mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Das Brot reiben, zu den Zwiebeln geben und kurz mit braten. Die Masse mit Tomatenwürfeln und Eigelb gut vermengen, mit Salz, Pfeffer und Thymian abschmecken, vorsichtig in die Zucchini Blüten füllen und mit 1 EL Olivenöl kurz von allen Seiten in der Pfanne anbraten. Die Zucchini waschen, in lange dünne Stifte schneiden, mit 1 EL Öl andünsten, die gekochten Spaghetti und Schnittlauch und Basilikum zugeben, alles mit 2 EL Olivenöl mischen und mit den gefüllten Zucchini Blüten servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 29. Juli

Gratinierte Birnen mit Kakao-Nudeln und Gorgonzola-Soße

Für 2 Personen

200 g Mehl	2,5 EL Kakaopulver	1 Ei
1 TL Speiseöl	Salz	50 ml Wasser
50 g Gorgonzola	150 ml Gemüsebrühe	60 ml Sahne
schwarzer Pfeffer	2 Birnen mit Stiel	Zucker
2 EL flüssige Butter	Puderzucker	1 EL Butter

Mehl, 2 EL Kakao, Ei, Öl, eine Prise Salz und ca. 50 ml Wasser zu einem glatten Teig verkneten. Diesen ca. 30 Minuten mit Frischhaltefolie abgedeckt ruhen lassen. Anschließend mit einer Nudelmaschine den Teig dünn ausrollen und in 1 cm breite Nudeln schneiden. Diese in kochendem Salzwasser bissfest kochen, abschütten und abschrecken. Gorgonzola würfeln. Brühe und Sahne in einen Topf geben und aufkochen. Käsewürfel zugeben, schmelzen lassen und die Soße glatt rühren. Mit schwarzem Pfeffer abschmecken. Die Birnen schälen, halbieren (dabei darauf achten, dass der Stiel noch dranbleibt) und entkernen. In einem Topf mit Zuckerwasser die Birnen pochieren. Herausnehmen und gut abtropfen lassen. Birnenhälften fächerförmig einschneiden, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Die Birnenhälften mit flüssiger Butter bepinseln und mit Puderzucker bestreuen. Im Backofen unter der Grillschlange oder bei starker Oberhitze den Zucker auf den Birnen goldbraun schmelzen lassen. In einer Pfanne mit Butter die Nudeln warm anschwemmen, auf Tellern anrichten, mit Kakao leicht bestäuben, die Soße halb über die Nudeln gießen und die Birnen dazu geben.

Otto Koch Freitag, 10. Oktober

Honigkuchen

Für 4 Personen

3 Eier	225 g Zucker	110 g Butter
190 ml Milch	2 EL Honig	260 g Mehl
75 g Haselnüsse, gemahlen	75 g Mandeln, gemahlen	2 TL Lebkuchengewürz
3/4 TL Gewürznelken, gemahlen	2 TL Vanillezucker	2 TL Backpulver
1 TL Kakaopulver	Butter zum Ausfetten der Form	

Eier und Zucker schaumig schlagen. Butter erhitzen, Milch und Honig zugeben. Restliche Zutaten zugeben und vermischen. Kastenform fetten, mit Mehl bestäuben und die Masse einfüllen, bei 180 Grad ca. 40 Minuten backen. Den gebackenen Kuchen stürzen und auskühlen lassen. Auf der Aufschnittmaschine 16 gleichmäßige 6x4 cm große Rechtecke 8 mm dünn aufschneiden und im Ofen bei 65°C ca. 5 Stunden trocknen lassen.

Jörg Sackmann Montag, 29. Dezember 2008

Joghurt-Quark-Mousse mit Zwetschgen-Ragout

Für 4 Personen

Für das Quarkmousse:

5 Blatt Gelatine	1 Zitrone, unbehandelt	200 g Quark
50 g Vollmilch-Joghurt	75 g Eiweiß (ca. 2 Eiweiß)	65 g Zucker
250 g Sahne	10 ml Orangenlikör	

Für das Zwetschgenragout:

300 g Zwetschgen	40 ml süßer Weißwein	20 ml Zwetschgenwasser
20 ml Holunderblütensirup	1/4 Vanilleschote	100 g Zwetschgenkonfitüre

Für die Garnitur:

4 Hippen	frische Minze
----------	---------------

Ringe mit einem Durchmesser von ca. 6 cm und einer Höhe von 3 cm mit Frischhaltefolie auslegen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und Schale abreiben. Quark und Joghurt glatt rühren. Eiweiß steif schlagen, dabei nach und nach Zucker unterrühren. Sahne steif schlagen. Orangenlikör erwärmen und die ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Dies dann zum Quark geben sowie Zitronenschale und gut unterrühren. Darunter die Sahne und danach vorsichtig den Eischnee unterheben. Die Masse in vorbereitete Ringe füllen und im Kühlschrank fest werden lassen. Die Zwetschgen waschen, halbieren, entkernen und in gleichmäßige Würfel schneiden. Wein, Schnaps, Holunderblütensirup und Vanilleschote in einen Topf geben und einmal aufkochen. Die Zwetschgen zugeben, und bei schwacher Hitze ziehen lassen, bis die Würfel „glasig“ werden. Die Zwetschgen sollten eine weiche Konsistenz haben, aber nicht verkocht sein. Zum Schluss die Zwetschgenkonfitüre unterheben. Das Quarkmousse aus den Ringen stürzen und auf dem Teller in der Mitte anrichten, das Zwetschgenragout um das Mousse geben und mit einer Hippe und der Minze garnieren. Wenn zur Hand ein Schokoblättchen als Garnitur!

Karlheinz Hauser Montag, 20. Oktober 2008

Käse-Soufflé mit Pellkartoffeln

Für 2 Personen

400 g Kartoffeln	2 Schalotten	100 g Bergkäse
1 Ei	125 ml Milch	50 g Ziegen-Frischkäse
1 Prise Muskat	1/2 TL Kümmel	Pfeffer

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 2-3) vorheizen. Kartoffeln kochen und anschließend pellen. Die Schalotten schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 1 TL Butter goldbraun anschwitzen. Den Käse reiben oder fein würfeln, das Ei mit der Milch verquirlen. Schalotten, Käsewürfel und Ziegen-Frischkäse, Muskat, Kümmel und Pfeffer untermischen. Die Masse in kleine Souffleförmchen oder eine Auflaufform (ca. 300 ml Inhalt) geben und ca. 20 Minuten bei 180 Grad goldbraun backen. Die Pellkartoffeln mit dem Käsesoufflé anrichten. Dazu passt sehr gut grüner Salat

Vincent Klink Donnerstag, 23. Oktober

Käse-Spätzle

Für 4 Personen

400 g Mehl	Milch	3 Eier
4 Eigelb	Salz	Muskat
2 große Zwiebeln	ca. 30 g Butter	100 g Emmentaler
50 g Gouda	200 ml Rinderbrühe	Pfeffer
1 kl. Bund gemischte Kräuter		

Für den Teig Mehl, Wasser (oder Milch), Eier, Eigelb, Salz und Muskat zu einem zähflüssigen Teig vermengen. Den Spätzleteig mit einem Holzkochlöffel oder mit der Hand so lange schlagen bis er Blasen zieht. Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Die Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden, 1 EL Butter in einer Pfanne schmelzen und die Zwiebelringe darin unter Rühren bräunen. Den Spätzleteig durch ein Knöpflesieb oder Abtropfsieb in das leicht kochende Wasser geben und sobald die Spätzle oben schwimmen, mit einem Schaumlöffel herausnehmen, mit kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen. In einer Pfanne die restliche Butter zerlassen und die Spätzle dazugeben. Den Käse reiben, mit etwas Spätzlewasser und der Rinderbrühe unter die Spätzle mengen, gut durchmischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kräuter waschen, trocknen, fein schneiden und unter die Spätzle geben. Die Käsespätzle auf vorgewärmten Teller mittig anrichten, die Röstzwiebeln darüber geben. Hierzu passt gut ein Kopfsalat mit klassischem Essig-Öl Dressing

Tipp: Man kann die Zwiebelringe auch mit Paprikapulver und etwas Mehl bestäuben und in einer Friteuse frittieren.

Karlheinz Hauser Montag, 17. November

Nuss-Apfel-Taschen in Nougat-Soße

Für 4 Personen

140 g Weizenmehl	1 TL Pflanzenöl	1 TL Essig
Salz	2 Äpfel (z.B. Boskoop)	3 EL Butter
Zucker	1 EL Preiselbeeren	1 Spritzer Zitronensaft
30 g gehackte Nüsse	1 EL Biskuitbrösel	2 EL Haselnüsse
250 ml Milch	1 TL Speisestärke	15 g Nougat

Mehl mit Öl, Essig, 70 ml Wasser und einer Prise Salz zu einem glatten Teig kneten und diesen in Frischhaltefolie verpackt ca. 1 Stunde in den Kühlschrank geben. Die Äpfel nicht schälen, das Kerngehäuse entfernen und den Apfel in dünne Spalten schneiden. Die Apfelspalten in einer Pfanne mit 1 EL Butter rundum anbraten. Mit 1 EL Zucker bestreuen und karamellisieren. Preiselbeeren und Zitronensaft zugeben und kurz köcheln. Gehackte Nüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten und unter die Apfelmasse mischen. Den Teig dünn ausrollen und mit einer Kaffeetasche oder einem runden Ausstecher Kreise ausstechen. Auf die Hälfte der Kreise etwas Apfelmasse geben, darauf jeweils einen Teigkreis geben und die Ränder gut zusammendrücken. In mit etwas Zucker gesüßtem Wasser die Täschle ca. 3 Minuten köcheln lassen, herausnehmen und abtropfen lassen. In einer Pfanne 2 EL Butter schmelzen, die Brösel untermischen und darin die Teigtaschen kurz schwenken. Haselnüsse fein hacken. In einem Topf 1 EL Zucker karamellisieren, gehackte Haselnüsse zugeben und kurz rösten. Mit Milch ablöschen und diese um die Hälfte einkochen lassen. Stärke mit wenig Wasser anrühren und die Milch damit binden. Dann den Topf vom Herd ziehen und Nougat darin schmelzen. Die Nuss-Apfeltaschen mit der Nougatsoße anrichten.

Vincent Klink Mittwoch, 3. Dezember

Persischer Safran-Reis

Für 4 Personen

350 g Basmatireis	Salz	3 rote Zwiebeln
2 Möhren	1 Stange Lauch	2 EL Butterschmalz
ca. 1 EL Zucker	1 Prise Safran-Fäden	ca. 100 ml Gemüsebrühe
3 EL Butter	1 Orange, unbehandelt	20 g Pistazien, gehackt

Den Reis in reichlich Salzwasser kochen, biss er bissfest ist. Dann auf ein Sieb geben und abspülen, dabei darauf achten, dass die Stärke abgespült wird. Zwiebeln schälen, halbieren und in sehr dünne Scheiben schneiden. Möhren schälen und in feine Stifte schneiden. Lauch waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz Zwiebel anschwitzen, Möhren und Lauch zugeben und kurz anbraten. Mit ca. 1 TL Zucker bestreuen und diesen karamellisieren lassen, mit Salz würzen, Safran untermischen und mit Gemüsebrühe ablöschen. Kurz dünsten. Dann aus der Pfanne nehmen und mit dem Reis vermischen. In einem großen breiten Topf Butter schmelzen. Gemüsereis kegelförmig darin einschichten. In den Kegel mit einem Löffelstiel kleine Löcher einbohren, Deckel drauf geben und bei geringer Hitze gar ziehen lassen. In der Zwischenzeit die Orangenschale dünn abschälen und die Schale zweimal nacheinander in gezuckertem Wasser blanchieren. Dann in feine Streifen schneiden. Die Orange vollständig schälen, also die weiße Haut komplett entfernen und die Fruchtfilets herauslösen. Wenn der Reis gar ist, die blanchierte Orangenschale und die Filets zugeben, anrichten und mit Pistazien garnieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 18. November

Pilz-Cannelloni mit Tomaten-Ragout

Für 2 Personen

2 Schalotten	300 g gemischte Speisepilze	2 EL Olivenöl
135 g Mehl	125 ml Gemüsebrühe	80 ml Sahne
1/2 Bund glatte Petersilie	Salz, Pfeffer	250 g Tomatenwürfel
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	200 ml Milch
2 Eier	1 TL zerlassene Butter	ca. 3 EL Butterschmalz
Butter	50 g Parmesan	1/2 Bund Basilikum

Schalotten schälen und fein schneiden. Pilze putzen, halbieren oder vierteln. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl eine gewürfelte Schalotte anschwitzen, die Pilze zugeben und mit anbraten. Mit 1 EL Mehl bestäuben und Gemüsebrühe hinzufügen. Gut verrühren und die Sahne angießen. Kurz köcheln lassen, bis die Soße eine sämige Konsistenz hat. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Petersilie untermischen. Übrige Schalotte in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Tomatenwürfel, Thymian und Rosmarinzweig zugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für die Crepes 125 g Mehl, Milch und Eier zu einem glatten Teig rühren, eine Prise Salz und zerlassene Butter untermischen. In einer Pfanne mit Butterschmalz aus dem Teig dünne Crepes ausbacken. Die Crepes mit dem Pilzragout bestreichen, zusammenrollen und in eine gebutterte Auflaufform geben. Tomatenragout am Rand angießen. Parmesan reiben, über die Cannelloni streuen und kurz unter der Grillschlange gratinieren. Die Cannelloni anrichten und mit frischem grob geschnittenen Basilikum bestreuen.

Vincent Klink Donnerstag, 02. Oktober

Pochierte Senf-Eier

Für 2 Personen

150 g Senfmehl	Salz	1/2 EL brauner Zucker
ca. 400 ml Gemüsebrühe	100 ml Weinessig	300 g Sellerie
1 Schalotte	2 EL Butterschmalz	40 ml Sahne
Salz, Pfeffer	1 Prise Muskat	1 kleine Zwiebel
2 EL Butter	1 EL Mehl	150 ml Gemüsebrühe
150 g saure Sahne	Zucker	5 Halme Schnittlauch
2 sehr frische Eier		

Das Senfmehl mit 1 EL Salz und 1/2 EL braunen Zucker mischen, mit ca. 125 ml Gemüsebrühe und 80 ml Essig verrühren und sehr gut und lange rühren, bis eine dicke Senfpaste entsteht, die Konsistenz hängt von der Flüssigkeitsmenge ab die zugegeben wird. Sellerie schälen und in feine Würfel schneiden. Schalotten schälen und fein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Butterschmalz Schalotten anschwitzen. Sellerie zugeben und mit 80 ml Brühe und Sahne auffüllen. Sellerie weich kochen und mit anschließend mit dem Mixstab fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskat abschmecken. Die Zwiebel schälen und fein schneiden. In einem Topf mit Butter anschwitzen, das Mehl zugeben gut unterrühren und 200 ml Gemüsebrühe ablöschen. Mit einem Schneebesen alles gut verrühren. Die Soße aufkochen, saure Sahne und soviel selbst gemachten Senf zugeben, bis die Soße einen angenehmes Aroma hat. Mit Salz und Zucker abschmecken. Nach Wunsch durch eine Sieb passieren. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Kurz vor dem Servieren unter die Soße mischen. 1 l Wasser mit ca. 20 ml Essig zum Kochen bringen. Die Eier aufgeschlagen, mit Hilfe einer kleinen Suppenkelle in die kochende Flüssigkeit gleiten lassen und 5 Minuten pochieren (Wasser sollte nur simmern). 2 EL Salz in heißem Wasser auflösen, pochierte Eier darin kurz abspülen (neutralisiert den Essiggeschmack).

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 09. September

Provenzalische Gemüse-Tarte

Für 4 Personen

1 gelbe Zucchini	2 grüne Zucchini	1 Aubergine (mittelgroß)
ca. 50 g Mehl	ca. 60 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer
2 Zweige Thymian	5 Tomaten	250 g Blätterteig
ca. 300 g Linsen	100 ml Tomatensoße	10 Kirschtomaten am Zweig
ca. 100 ml Olivenöl		

Zucchini und Auberginen waschen, abtrocknen und in gleichmäßig dicke Scheiben schneiden. Gemüsescheiben in Mehl wenden und in einer beschichteten Pfanne mit Olivenöl nacheinander die Gemüsescheiben goldgelb braten. Dabei jeweils mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Hälfte der abgezupften und fein gehackten Thymianblätter bestreuen. Die Gemüsescheiben auf ein Gitter legen und abtropfen lassen. Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3-4) vorheizen. Zwei Tomaten kurz in heißes Wasser tauchen, die Haut abziehen, vierteln, dann die Kerne austreichen und Tomaten würfeln. Die restlichen Tomaten in Scheiben schneiden, nebeneinander auf ein Backblech legen, mit wenig Olivenöl beträufeln und im heißen Backofen wenige Minuten erhitzen. Die Backofentemperatur anschließend auf 210 Grad erhöhen. Tarteform (25 cm Durchmesser) mit Öl ausfetten. Den Blätterteig ausrollen und einen Kreis im Durchmesser von 32 cm ausschneiden. Die Teigplatte in die gefetteten Form legen, Backpapier darauf geben und die Hülsenfrüchte darauf verteilen. Den Teig etwa 20 Minuten im vorgeheizten Ofen „blind“ backen. Dann herausnehmen, die Hülsenfrüchte mit Hilfe des Backpapiers wieder entfernen. Den Boden dünn mit Tomatensoße bestreichen, dann von außen angefangen mit den Zucchini- und Auberginen-Scheiben abwechselnd belegen. Als nächstes folgt ein Ring mit Tomatenscheiben, dann wieder Zucchini und Aubergine. Zum Schluss die Tomatenwürfel darüber verteilen und mit dem restlichen Thymian bestreuen. Die Tarte im heißen Backofen in 4 bis 5 Minuten fertig backen. Die Kirschtomaten mit den Zweigen für einige Sekunden im heißen Öl frittieren. Die Tarte aufschneiden und anrichten, mit frittierten Kirschtomaten garnieren.

Karlheinz Hauser Montag, 28. Juli

Ragout von Winterrettich mit Reis-Plätzchen

Für 2 Personen

Für das Ragout:

500 g weißer Rettich	1 Schalotte	1 EL Butter
50 ml Gemüsebrühe	1 TL Mehl	1/8 l Sahne
1 Msp abgeriebene Zitronenschale	1 Prise Muskat	Salz, Pfeffer

Für die Reisplätzchen:

50 g Reis	Salz	1 Ei
100 g Mehl	50 ml Milch	1/2 Bund Petersilie
Pfeffer	1 EL Butterschmalz	

Rettich schälen, in Scheiben, dann in Streifen und dann in Würfel schneiden. Schalotte schälen und fein schneiden, in Butter hell dünsten und die Rettichwürfel dazugeben. Mit etwas Gemüsebrühe ablöschen und bei geschlossenem Deckel 5 Minuten dünsten. Deckel ab und den Fond gänzlich einkochen lassen. Mit Mehl bestäuben und mit der Sahne unter ständigem Rühren auffüllen. Abschmecken mit Zitronenschale, Muskat, Salz und Pfeffer. Für die Reisplätzchen den Reis in viel Salzwasser gar kochen, abspülen und auf ein Sieb geben. Ei, Mehl und Milch zu einem Teig verrühren. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Den gekochten, gut abgetropften Reis mit dem Teig und der Petersilie mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen, mit einem Esslöffel Reisteigmasse zu kleinen Plätzchen in die Pfanne geben und diese von beiden Seiten ausbacken.

Vincent Klink Donnerstag, 11. Dezember

Ricotta-Soufflé mit Birnen-Soße

Für 4 Personen

500 g Birnen	1 Vanillestange	200 ml Weißwein
ca. 160 g Zucker	1 Zitrone, unbehandelt	160 g Ricotta
3 Eigelb	4 Eiweiß	1 Prise Salz
Butter	50 ml Sahne	frische Minze
Puderrucker		

Birnen schälen, entkernen, und in Scheiben schneiden. Vanillestange längs halbieren und das Mark herausstreichen. Vanillemark mit Weißwein und 100 g Zucker in einen Topf geben, die Birnen hinzufügen und darin weich kochen. In der Zwischenzeit die Zitrone heiß abwaschen, trocknen und etwas Schale abreiben. Diese für das Soufflé zur Seite stellen. Etwas Saft auspressen. Anschließend die Birnen pürieren, passieren und die Soße mit Zitronensaft abschmecken. Kalt stellen. Den Backofen auf 200 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Ricotta mit Eigelb verrühren. Zitronenschale zur Ricottamasse geben. Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen, nach und nach insgesamt 50 g Zucker hinzufügen. Eiweiß unter die Ricottamasse heben. In gebutterte und ausgezuckerte Souffleformen abfüllen. In einem flachen Topf Wasser zum kochen bringen, Souffleformen in das Wasserbad stellen und in den Backofen schieben, ca. 20- 25 Minuten backen, bis die Soufflés schön aufgegangen sind. Die Sahne halbsteif schlagen. Zum Anrichten mit der Birnensoße einen Spiegel auf den Teller gießen, mit der halbgeschlagenen Sahne einrahmen. Mit Hilfe eines Zahnstochers ein Muster hinein ziehen. Mit Minzespitzen ausgarnieren. Teller abpudern und das Souffle vorsichtig in die Mitte stürzen, sofort servieren.

Mario Gamba Mittwoch, 09. Juli 2008

Sauerkraut-Apfel-Auflauf mit Kartoffel-Püree

Für 2 Personen

2 Schalotten	5 EL Butter	1/4 l trockener Weißwein
200 g Sauerkraut	1/2 TL Kümmel	2 Pimentkörner
1 Lorbeerblatt	1 Gewürznelke	1 TL zerd. Wacholderbeeren
Pfeffer	Zucker	2 mürbe Äpfel, Boskoop
400 g Kartoffeln mehlig	ca. 80 ml Milch	1 Prise Muskat
Salz	3 EL Pinienkerne	

Schalotten schälen, fein schneiden und mit 1 EL Butter in einer Pfanne bei mäßiger Hitze glasig dünsten. Dann mit Wein ablöschen und das Sauerkraut zugeben. Kümmel fein hacken, Pimentkörner zerdrücken und mit Lorbeerblatt und Nelke zugeben. Mit etwas Pfeffer würzen. Bei geschlossenem Deckel ca. 15 Minuten kochen, bis die Flüssigkeit restlos verdampft ist. Evtl. nach 15 Minuten den Deckel abnehmen und bei großer Hitze die restliche Flüssigkeit reduzieren lassen. Abschmecken (evtl. mit einer Prise Zucker) und das Lorbeerblatt herausnehmen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 2-3 vorheizen) vorheizen. Die Äpfel schälen, mit einem Kernausstecher das Kerngehäuse ausstechen und den Apfel in feine Ringe schneiden. Eine Auflaufform ausbuttern. Sauerkraut einschichten, Apfelscheiben darauf legen und mit ca. 1 TL Zucker bestäuben, mit Pfeffer würzen und mit Butterflocken bestreuen. Im Ofen ca. 15 Minuten den Auflauf garen, bis die Äpfel goldbraun sind. Kartoffeln schälen, der Länge nach halbieren und in Salzwasser weich kochen. Gründlich abschütten, wieder auf den Herd (bei kleiner Flamme) stellen und ausdampfen lassen. Die Kartoffeln immer wieder schütteln, evtl. vom Boden loskratzen. Wenn sie dabei verfallen so macht das nichts. Milch aufkochen. Die Kartoffeln durch die Kartoffelpresse in einen heißen Topf drücken. Die heiße Milch darüber gießen und mit einem Schneebesen zu einem lockeren, nicht zu feuchten Brei rühren. 1 EL Butter in einem Topf braun schmelzen und unter den Kartoffelbrei rühren. Mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann fein hacken und unter das Püree mischen. Den Sauerkraut-Apfelaufbau mit dem Kartoffel-Püree servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 09. Oktober

Senf-Gemüse mit Rösti

Für 2 Personen

2 Möhren	1 Zucchini	1 Kohlrabi
4 kleine Petersilienwurzeln	Salz	1 Zwiebel
1 EL Olivenöl	250 ml Gemüsebrühe	1 EL Madrascurry
150 g Zuckerschoten	8 Kirschtomaten	3 Stiele glatte Petersilie
1 Zweig frischer Estragon	1/2 TL Speisestärke	1 EL Dijon-Senf
Pfeffer	500 g Kartoffeln	2-3 EL Butterschmalz

Möhren, Zucchini, Kohlrabi und Petersilienwurzeln schälen und in ca. 5 mm starke und ca. 6 cm lange Stifte schneiden. Diese in Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Die Zwiebel schälen und fein schneiden. In einem Topf die 1 EL Olivenöl die Zwiebel anschwitzen. Gemüsebrühe, Curry und Zuckerschoten zugeben. Kurz kochen lassen, dann die blanchierten Gemüsestifte zugeben und die Brühe etwas einkochen lassen. In der Zwischenzeit die Tomaten halbieren. Petersilie und Estragon abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Stärke mit 1 EL Wasser anrühren. Stärke und Senf unter das Gemüse geben und gut unterrühren. Tomaten und Kräuter zugeben und das Senfgemüse abschmecken. Für die Röstitaler die Kartoffeln roh schälen und grob raspeln. Die Kartoffelspäne in ein Küchentuch geben und fest ausdrücken. In eine beschichtete Pfanne etwas Butterschmalz geben und die Kartoffelspäne mit einem Esslöffel darin gleichmäßig darin verteilen. Bei geringer Hitze die Röstitaler langsam von beiden Seiten goldbraun braten. Zum Schluss mit Pfeffer und Salz würzen. Gemüse mit den Rösti anrichten und servieren.

Vincent Klink Mittwoch, 10. September

Stapelei von Linsen-Mousse mit Apfel-Soße

Für 2 Personen

2 Zwiebeln	1 EL Öl	Curry
Salz	300 g rote Linsen	800 ml Gemüsebrühe
2 Äpfel	1 EL Butter	Zucker
2 EL Sahne	ca. 500 ml Öl zum Frittieren	6-8 Wan-Tan-Blätter
10-12 Romanasalatblätter		

Die Zwiebeln schälen, eine fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Öl anschwitzen. Mit Curry und Salz würzen, die Linsen zugeben mit ca. 500 ml Gemüsebrühe auffüllen und die Linsen circa 15 Minuten kochen, bis sie sehr weich sind. Die Linsen abgießen, gut abtropfen lassen und in einem hohen Gefäß mit einem Pürierstab pürieren. Die Äpfel schälen, entkernen und in grobe Stücke schneiden, die restliche Zwiebel ebenfalls. Apfel- und Zwiebelstücke in einem Topf mit Butter anschwitzen, Salz und Zucker dazugeben, mit ca. 300 ml Gemüsebrühe auffüllen, köcheln lassen bis alles weich ist, pürieren und mit Sahne abschmecken. Öl in einen Topf geben, erhitzen und die Wan-Tan-Blätter einzeln kurz in dem Topf frittieren, auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen. Die Linsenmousse abschmecken, die Salatblätter waschen und trocknen. Wan-Tan-Blatt, Salatblatt und Linsemousse abwechselnd stapeln.

Tipp: Einige der gekochten Linsen und ein paar Apfelwürfel zurückhalten. Sie lassen sich gut als Garnitur für den Teller verwenden.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 07. Oktober

Suppe von geröstetem Spitzkraut

Für 4 Personen

800 g Spitzkraut	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
3 EL Butterschmalz	1 Brötchen vom Vortag	50 g Butter
2 Eier	Salz	Pfeffer
Muskat	1 l Gemüsebrühe	5 Zweige Thymian
1/4 l Sahne		

Das Kraut sehr fein hobeln. Die Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz das Kraut braun rösten. Auf keinen Fall ablöschen, sonst wird alles braun-suppig. Für die Klößchen das Brötchen auf einer groben Reibe oder einem Cutter zu Bröseln reiben. Die Butter schmelzen. In einem Mixbecher die heiße Butter mit einem Ei verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Brötchenbrösel untermischen, bis eine dünne Paste entsteht. Diese Paste ca. 10 Minuten stehen lassen, dann aus der Masse kleine Klößchen formen und diese ca. 10 Minuten in siedendem Salzwasser gar ziehen lassen. In einem Topf mit 1 EL Butterschmalz Schalotten und Knoblauch anschwitzen, mit Brühe ablöschen, Thymian zugeben und ca. 5 Minuten köcheln. Ei und Sahne verquirlen, die Suppe vom Herd ziehen und die Ei-Sahne-Mischung unterrühren. Dann das geröstete Spitzkraut untermischen und mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Suppe mit den Klößchen servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 6. November

Waffeln mit Ziegenkäse und Feigen

Für 2 Personen

4 Feigen	1 TL Speisestärke	200 ml Rotwein
Zucker	3 Eier	1 Knoblauchzehe
3 Zweige Thymian	ca. 200 ml Milch	300 g Mehl
Salz	250 g Ziegen-Frischkäse	

Die Feigen schälen und halbieren. Stärke mit 1 EL Rotwein auflösen. Restlichen Rotwein in einen Topf geben, mit etwas Zucker süß abschmecken und aufkochen, dann mit der aufgelösten Stärke leicht abbinden. Die vorbereiteten Feigen in den Rotweinsud geben, 2-3 Minuten mitkochen lassen, dann den Topf vom Herd ziehen und die Feigen darin auskühlen lassen. Für die Waffeln die Eier trennen. Knoblauch schälen und fein hacken, Thymianblätter fein schneiden. Eigelb mit Milch und Mehl verrühren, mit Knoblauch, Thymianblätter und Salz abschmecken. Eiweiße steif schlagen und unter den Waffelteig ziehen. Im heißen Waffeleisen aus dem Teig nach und Waffeln ausbacken. Diese noch warm mit dem Ziegenkäse bestreichen und mit den Feigen servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 02. September

Waffeln mit Zwetschgen-Kompott

Für 4 Personen

400 g Zwetschgen	2 Msp Orangenschale	1 EL Butter
1 EL Zucker	1/8 l Portwein	1/8 l Rotwein
1 Msp. Zimt	1 Msp. Piment	2 EL Balsamico-Essig
2 cl Zwetschgenwasser	1/2 TL grünen Pfeffer, fein	2 Eiweiß
250 g Mehl	3/8 l Milch	2 Eigelb
1 EL Zucker	1/2 TL Salz	100 g zerlassene Butter
1/2 Päckchen Backpulver	Fett	

Für das Zwetschgenkompott die Zwetschgen waschen, halbieren, entkernen, mit geriebener Orangenschale vermengen und einem Topf mit Butter und Zucker karamellisieren. Mit Portwein und Rotwein ablöschen, Zimt, Piment und Balsamico zugeben und alles so lange einköcheln lassen, bis die entstandene Flüssigkeit eine sirupartige Konsistenz hat. Zum Schluss das Kompott mit Zwetschgenwasser und grünem Pfeffer abschmecken. Für die Waffeln das Eiweiß steif aufschlagen und die Butter zerlassen. Bis auf das Eiweiß alle Zutaten gut verrühren (am besten mit dem Handrührgerät), das Eiweiß vorsichtig drunter heben und den Teig im leicht gefetteten Waffeleisen zu Waffeln ausbacken. Die Waffeln mit dem Zwetschgenkompott servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 04. September 2008

Wurzel-Gemüse-Nudeln mit Gorgonzola-Soße

Für 2 Personen

1 großer Kohlrabi	2 große Karotten	1 große Pastinake
3 Schalotten	1 EL Olivenöl	150 ml Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
2 Zweige Thymian	1 TL Mehl	100 ml Sahne
80 g Gorgonzola		

Kohlrabi, Karotten und Pastinake schälen und mit einem Spiralschneider zu langen Nudeln schneiden (alternativ kann man auch mit dem Sparschäler das Gemüse in dünne Streifen hobeln). Schalotten schälen, halbieren und zwei davon in dünne Scheiben schneiden. Die übrige Schalotte fein würfeln. Die Schalottenscheiben in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen, die Gemüwestreifen zugeben, mit Brühe ablöschen und weich dünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Knoblauch schälen und fein hacken. In einer Pfanne mit Butter Schalottenwürfel und Knoblauch anschwitzen. Thymian zugeben und mit Mehl bestäuben. Sahne angießen und aufkochen. Käse grob würfeln, zur Sahne geben und in der Pfanne schmelzen. Mit Pfeffer würzen und abschmecken. Die Gemüsenudeln anrichten und mit der Käsesoße übergießen.

Vincent Klink Mittwoch, 22. Oktober

Zweierlei von Artischocke auf Frisée und Oliven

Für 4 Personen

1 Fleischtomate	8 Kirschtomaten	2 Schalotten
1 Zitrone	1 Kopf Friséesalat	9 EL Olivenöl
2 EL Champagner-Essig	Salz, Pfeffer	1 Prise Zucker
2 große Artischocken	8 kleine junge Artischocken	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian	3 EL Tomatensoße	250 ml Weißwein
1 EL Butter	12 marinierte Oliven	1/2 Bund Basilikum
ca. 50 g Parmesan		

Die Tomaten (groß und mini) kurz in heißem Wasser blanchieren, herausnehmen, kalt abschrecken und schälen. Die große Tomate vierteln, die Kerne entfernen und fein würfeln. Schalotten schälen und fein schneiden. Die Hälfte der Zitrone schälen, dabei auch das Weiße entfernen und die Filets ausschneiden. Von der anderen Hälfte den Saft auspressen. Salat putzen, waschen und trocken schleudern. 4 EL Olivenöl, Champagner-Essig und Zitronensaft zu einem Dressing mischen, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Artischocken vorbereiten. Von den großen Artischocken zunächst den Stiel abrechen und die äußeren Blätter komplett entfernen und mit einem kleinen Tourniermesser in Form bringen. Mit einem Parisienne Löffel das „Heu“ (die Härchen) entfernen und den Artischockenboden in sechs gleichgroße Stücke schneiden. Die vorbereiteten Böden sofort in Zitronenwasser legen. Die kleinen Artischocken ebenfalls schälen und jedoch den Stil dranlassen. Mit einem Parisienne Löffel vorsichtig das innere rausnehmen und die Artischocken nun halbieren. 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die halbierten Artischocken darin zunächst anbraten und bei mäßiger Hitze fertig garen. Zuletzt je einen Zweig Rosmarin und Thymian zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Für die Artischocken a la Barigoule die vorbereiteten Artischockenböden gut abtropfen, in einem Topf 3 EL Olivenöl erhitzen, zunächst die Artischockenböden gleichmäßig goldgelb anbraten, die Schalotten je einen Zweig Thymian und Rosmarin, die Tomatensoße, sowie Tomatenwürfel zugeben. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Dann mit dem Weißwein ablöschen und mit geschlossenem Deckel die Artischocken in dem Fond noch etwas bissfest garen. Dann denn Fond des Barigoule mit Butter binden und mit Zitronenfilets verfeinern. Den Frisée Salat in der Mitte des Tellers anrichten, mit dem Dressing marinieren. Die kleinen Tomaten marinieren und auf den Salat geben. Das Barigoule sowie die gebratenen Artischocken darum anrichten und mit dem Basilikum und den marinierten Oliven vollenden. Gegebenenfalls etwas frischen Parmesan fein über den Salat hobeln.

Karlheinz Hauser Montag, 06. Oktober

Wild

Hirsch-Rücken unter Steinpilz-Kruste auf Wirsing

Für 4 Personen

3 Champignons	50 g Staudensellerie	4 Schalotten
2 EL Butter	100 ml Riesling	20 ml Gin
200 ml Wildfond	10 g Wacholderbeeren	2 Lorbeerblätter
50 g Crème-fraîche	280 ml Sahne	2 EL kalte Butter
Salz, Pfeffer	1 Prise Piment de espelette	8 Hirschrückenmedaillons a 80 g
2 EL Pflanzenöl	1 Bund glatte Petersilie	300 g Steinpilze
2 EL Weißbrotkrume	500 g Wirsing	Muskat

Für die Wacholdersoße Champignons, Sellerie putzen, Schalotten schälen und alles in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Butter Gemüse und Schalotten (2 EL Schalotten beiseite stellen) anbraten. Mit dem Riesling und Gin ablöschen und völlig einkochen lassen. Dann mit Wildfond aufgießen und um die Hälfte einkochen lassen. Nun Wacholderbeeren, Lorbeer, Crème-fraîche und 200 ml Sahne dazugeben und kurz durchkochen lassen. Durch ein Sieb passieren und die Soße mit kalter Butter montieren. Mit Salz, Pfeffer und Piment de espelette würzen. Den Backofen auf 160 Grad (Umluft 150 Grad, Gas Stufe 2-3) vorheizen. Die Medaillons mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Öl rundum anbraten. Herausnehmen und im vorgeheizten Ofen gar ziehen lassen (ca. 10 Minuten). Petersilie in feinen Streifen schneiden. Steinpilze putzen und in gleichmäßige Würfel schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Öl Steinpilze und zurück behaltene Schalotten anschwitzen. 1 EL Butter hinzugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Petersilie und dem Mie de pain vollenden. Das Steinpilzragout dann auf die Medaillons geben und noch mal kurz gratinieren. Von dem Wirsing die einzelnen Blätter lösen, Strunk raus schneiden und die Blätter in Salzwasser weich kochen, herausnehmen. 80 ml Sahne in einem Topf geben abschmecken und zusammen mit dem fertig blanchierten Wirsing kochen lassen bis es eine cremige Konsistenz hat. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Wirsing anrichten, darauf die Hirschmedaillons setzen und die Soße angießen. Zu diesem Gericht passen sehr gut Schupfnudeln.

Karlheinz Hauser Montag, 27. Oktober

Kaninchen mit Erdnüssen

Für 2 Personen

2 Scheiben Toastbrot	60 g Erdnüsse	2 Kaninchenkeulen (250 g)
3 EL Erdnussbutter	2 Zwiebeln	Salz
3 EL Butterschmalz	1 EL Honig	1 Lorbeerblatt
1 Zweig Thymian	20 ml Sherry	350 ml Hühnerbrühe
600 g Schwarzwurzeln	Pfeffer	

Toastbrot im Cutter fein zerbröseln, die Erdnüsse aus der Schale pellen und hacken. Den unteren Knochen aus den beiden Kaninchenkeulen auslösen. Brotbrösel mit 1 EL Erdnussbutter und der Hälfte der gehackten Erdnüsse mischen und diese Masse in die ausgelösten Keulen füllen. Mit einem Zahnstocher verschließen. Zwiebeln schälen, davon eine in feine Ringe, die andere in feine Würfel schneiden. Die Keulen mit Salz würzen und in einem Schmortopf mit 2 EL Butterschmalz goldbraun von allen Seiten anbraten, die Zwiebelringe zugeben und mit anbraten. 1 EL Honig, Lorbeerblatt und Thymian zufügen und mit Sherry ablöschen. Ca. 200 ml Brühe angießen und zugedeckt ca. 20 Minuten die Keulen schmoren. Die Schwarzwurzeln schälen und in 5 cm lange Stücke schneiden und diese längs halbieren. Die Schwarzwurzeln mit den Zwiebelwürfeln in einem breiten Topf mit 1 EL Butter anbraten, soviel Gemüsebrühe zugeben, dass die Schwarzwurzeln zur Hälfte mit Flüssigkeit bedeckt sind und ca. 10 Minuten zugedeckt dünsten. Die Kaninchenkeulen aus dem Schmorfond nehmen. Lorbeerblatt und Thymian herausnehmen. 2 EL Erdnussbutter in die Soße geben und alles fein pürieren. Nach Belieben passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kaninchenkeulen mit den Schwarzwurzeln anrichten, die Soße angießen und mit restlichen gehackten Erdnüssen bestreuen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 2. Dezember

Reh-Medaillons mit Ingwer-Schokoladen-Soße

Für 2 Personen

1/4 l Wildfond	1/4 l trockener Rotwein	5 Pfefferkörner
2 Wacholderbeeren	1 Lorbeerblatt	3 Zweige Thymian
50 g Zartbitterschokolade	10 g frischer Ingwer	25 g Butter
2 Rehmedaillons	Salz und Pfeffer	1 EL Butterschmalz
300 ml Gemüsebrühe	80 g Polentagrieß	50 g Parmesan

Für die Soße den Wildfond und Rotwein mit Pfefferkörnern, Wacholder, Lorbeerblatt und 1 Zweig Thymian in einen Topf geben und etwa um die Hälfte einkochen lassen. Dann durch ein Sieb passieren und erneut auf den Herd stellen und aufkochen. In der Zwischenzeit die Schokolade grob reiben. Ingwer schälen und in die Soße reiben. Dann die Schokolade und die Butter in kleinen Stücken einrühren. Dabei immer wieder abschmecken, denn es soll nur so viel Schokolade in die Soße, dass man sie gerade schmeckt. Die Rehmedaillons parieren, d.h. Fett und Sehnen wegschneiden. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heißen Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten je ca. 2 Minuten braten. Dann aus der Pfanne nehmen und etwas ziehen lassen. Das Fleisch sollte noch etwas rosa bleiben. Für die Polenta die Brühe mit dem Thymian aufkochen und den Polentagrieß einrühren. Unter ständigem Rühren den Polentagrieß quellen lassen. Den Parmesan reiben, zum Schluss unter die Polenta rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Rehmedaillons anrichten, mit der Soße übergießen und mit Polenta servieren. Dazu passen gut in Butter geschwenkte Karotten.

Otto Koch Freitag, 31. Oktober

Reh-Medaillons mit Walnuss-Soße und Rosenkohl

Für 2 Personen

200 g Rosenkohl	Salz	100 g Maronen, gekocht, geschält
3 EL Butter	1 TL Zucker	80 ml Gemüsebrühe
100 ml Rotwein	250 ml Wildfond	15 Walnusskernhälften
1 Spritzer Nusslikör	1 Schalotte	30 g feine Speckwürfel
100 ml Sahne	Pfeffer	4 Rehmedaillons a 60 g
1 EL Butterschmalz	2 EL Preiselbeeren	

Den Rosenkohl putzen und die Röschen in Salzwasser blanchieren, herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. 1 EL Butter in einem Topf schmelzen, Zucker und Maronen untermischen und Brühe angießen. Einkochen lassen, bis die Maronen glasiert sind. Rotwein und Wildfond mit den Walnusskernen in einen Topf geben und einige Minuten kochen lassen, dann mit einem Pürierstab fein mixen. Anschließend durch ein feines Sieb passieren. Auf die gewünschte Konsistenz einkochen und abschmecken. Die Soße mit 1 EL Butter montieren. Nach Geschmack noch etwas Nusslikör zugeben. Rosenkohl vierteln. Schalotte schälen und fein schneiden. Speck in einer Pfanne knusprig braten. Schalotte in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, Rosenkohl zugeben und kurz schwenken. Dann die Speckwürfel untermischen und Sahne hinzufügen. Kurz köcheln und abschmecken. Die Rehmedaillons mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten kurz braten. Die Pfanne vom Herd ziehen und das Fleisch darin noch ca. 5 Minuten ziehen lassen. Die Medaillons sollen noch schön rosa sein, dann sind sie am Zartesten. Die Medaillons mit den Maronen und dem Rosenkohl anrichten. Fleisch mit der Soße überziehen und die Preiselbeeren dazu reichen.

Otto Koch Freitag, 5. Dezember

Reh-Rücken im Crêpes-Mantel mit Pilzen und Wirsing

Für 4 Personen

1 Rehrücken a ca. 1,4 kg	Salz	frisch gemahlener Pfeffer
6 Wachholderbeeren	Öl	100 g Karotten
100 g Sellerie	100 g Lauch	100 g Zwiebeln
100 ml roter Portwein	100 ml Rotwein	1,2 l Rehfond
100 g Mehl	120 g Butter	4 Eier
250 ml Milch	150 g Geflügelfleisch	130 g Sahne
20 g Petersilie	2 Schalotten	400 g kleine Pfifferlinge
500 g Wirsing	50 ml Sahne	Muskat

Den Rehrücken mit der Fleischseite nach unten auf die Arbeitsplatte legen und zuerst die beiden kleinen Filets links und rechts vom Rückgrat auslösen. Danach den Rücken wenden. Die Sehnen und Häute mit einem scharfen Messer abziehen und die beiden langen Rückenstränge vorsichtig von den Knochen lösen. Die Filets und Rückenstränge mit Salz, Pfeffer und zerdrücktem Wachholder würzen und kurz in einer Pfanne in heißem Öl rundum anbräunen. Herausnehmen und abkühlen lassen. Für die Soße die Rückenknochen in walnussgroße Stücke hacken und zusammen mit dem restlichen Fleischabschnitt in einem Topf mit heißem Öl scharf anbraten. Karotten, Sellerie, Lauch und Zwiebel waschen bzw. schälen, in Würfel schneiden, dazu geben und Farbe nehmen lassen. Mit Portwein und Rotwein ablöschen und mit dem Rehfond aufgießen. Bei schwacher Hitze ca. 45 Minuten köcheln lassen und mehrmals mit der Schaumkelle abschäumen. 50 g Butter im Topf zerlassen und aus Mehl, Butter, Eiern, Milch und 1/8 l Wasser einen Crepeteig anrühren und diesen in einer Pfanne mit etwas Öl zu Crepes ausbacken. Das gut gekühlte Geflügelfleisch würfeln, mit Salz und Pfeffer würzen und im Mixer pürieren. Dabei die eiskalte Sahne vorsichtig einlaufen lassen, so dass eine cremige Farce entsteht. Die Farce dünn auf die Crepes streichen. Jeweils ein Rehstück darauf legen und mit dem Crepes einrollen. Aluminiumfolie auf einer Seite einbuttern und diese fest um die Crepesrollen wickeln. Die Rollen bei 180 Grad (Umluft: 160 Grad / Gasherd: Stufe 3) circa 13 Minuten garen, herausnehmen und einige Minuten ruhen lassen. Die Soße durch ein Sieb passieren, auf ca. 200 ml einkochen lassen und 2 EL Butter unterrühren. Die Petersilie waschen, trocknen und in feine Streifen schneiden. Die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Die Pfifferlinge putzen und in einer Pfanne mit Öl heiß anbraten. Schalotten und ca. 30 g Butter hinzugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Petersilie zugeben. Von dem Wirsing die einzelnen Blätter lösen, den Strunk heraus schneiden und die Blätter im kochenden Wasser mit Salz gar kochen und herausnehmen. 50 ml Sahne in einen Topf geben, mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen, die Wirsingblätter zugeben alles circa 5 Minuten kochen lassen, bis es eine cremige Konsistenz hat. Den Wirsing in der Mitte der Teller anrichten, die Crepesrollen auswickeln, halbieren und je zwei Stücke auf dem Wirsing anrichten. Die Pfifferlinge darum legen und alles mit der Soße vollenden. Tipps: Für die Soße kann man auch einen Reh – oder Kalbsfond einkochen, mit Rot- und Portwein abschmecken und mit Butter aufmontieren. Übrige Crepes aufrollen, in feine Streifen schneiden und mit einer klaren Brühe als Flädlesuppe servieren oder einfach so naschen.

Karlheinz Hauser Montag, 01. September

Reh-Rücken mit Zimt und Pastinaken-Gemüse

Für 2 Personen

3 Schalotten	3 Scheiben Toastbrot	2 Zweige Thymian
3 EL Butterschmalz	Zimt	Salz
100 g weiche Butter	400 g Pastinaken	300 g ausgelöster Rehrücken
ca. 100 ml Gemüsebrühe	3 Stängel glatte Petersilie	

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Schalotten schälen und fein schneidend. Toastbrot in einem Cutter zu Bröseln zermahlen. Thymianblätter vom Zeig abstreifen. 2/3 der Schalotten in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Mit Zimt, Salz und Thymian würzen. Aus der Pfanne nehmen, mit den Brotbröseln und der weichen Butter zu einer Gratiniermasse vermischen. Pastinaken schälen und in 5 cm lange und ca. 5 mm starke Stifte schneiden. Den Rehrücken mit Salz und Zimt würzen. In einer Pfanne (mit hitzestabilem Griff) mit 1 EL Butterschmalz von allen Seiten anbraten. Mit der Gratiniermasse bestreichen und dann im Ofen ca. 7-8 Minuten rosa braten. In einem Topf mit 1 EL Butterschmalz restliche Schalotte anschwitzen, Pastinake zugeben, Gemüsebrühe angießen und weich dämpfen. Petersilie fein hacken. Unter das weiche Gemüse mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Herausnehmen, kurz ruhen lassen und aufschneiden. Mit dem Pastinakengemüse servieren. Dazu passt auch gut Kartoffel-Püree.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 28. Oktober

Sauerbraten von der Reh-Schulter mit Hefe-Knödel

Für 4 Personen

2 EL Balsamico	250 ml Rotwein	1 TL Wacholderbeeren
800 g Rehschulter	Salz, Pfeffer	2 EL Butterschmalz
2 Schalotten	1 Karotte	1/2 Sellerieknolle
1 Msp Piment	1 Lorbeerblatt	ca. 500 ml Fleischbrühe
2 EL Crème-fraîche		

Für die Hefeknödel:

10 g Hefe	125 ml Milch	250 g Mehl
1 Prise Zucker	1 Ei	20 g weiche Butter
1 Prise Salz		

Essig, Rotwein und Wacholderbeeren in eine flache Schüssel geben. Das Fleisch in die Schüssel geben, mit einer Frischhaltefolie abdecken und im Kühlschrank eine Nacht durchziehen lassen. Den Backofen auf 190 Grad (Umluft 170 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Das Fleisch aus der Marinade nehmen und gut abtrocknen. Die Marinade durch ein Sieb passieren. Das Fleisch rundum pfeffern und salzen und in einem Bräter mit 2 EL Butterschmalz sanft anbraten. Schalotten schälen und grob schneiden. Das Röstgemüse in 2 cm große Würfel schneiden und mit den Schalotten zum Fleisch geben. Piment und Lorbeerblatt dazugeben und die Marinade ca. einen Zentimeter hoch auffüllen. Alles in den vorgeheizten Ofen geben und ca. 40 Minuten schmoren. Dabei immer wieder mit etwas Brühe ablöschen. Mit einer Stricknadel, oder einer schmalen Spießgabel sticht man nach ca. 40 Minuten ins Fleisch. Lässt sie sich leicht herausziehen, ist die Schulter gar. Das Fleisch aus dem Bräter nehmen, den entstanden Fond durch ein Sieb passieren und etwas einkochen lassen. Crème-fraîche untermischen und die Soße abschmecken. Für die Knödel die Hefe in der lauwarmen Milch auflösen. Mehl in eine Schüssel geben, eine Mulde eindrücken und Zucker, Hefemilch, Ei, weiche Butter und Salz zugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig abgedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen. Mit bemehlten Händen Knödel von 3 cm Durchmesser formen. 30 Minuten gehen lassen. Damit sich keine trockene Haut oder Risse bilden, mit einem feuchten Tuch abdecken. Einen Topf mit etwas Wasser füllen und aufkochen, ein Siebeinsatz darauf geben. Die Hefeknödel einlegen und zugedeckt ca. 25 Minuten dämpfen. Den Braten aufschneiden und mit der Soße und den Hefeknödeln anrichten.

Vincent Klink Donnerstag, 18. Dezember

Wachteln mit Granatapfel-Soße

Für 2 Personen

1 Granatapfel	1 EL Grenadinesirup	1 Schalotte
1/2 Zitrone	4 küchenfertige Wachteln	Salz, Pfeffer
2 EL Butterschmalz	125 ml Weißwein	125 ml Fleischbrühe
1 EL kalte Butter		

Den Granatapfel rundum mit einem spitzen Messer einritzen und in der Mitte auseinanderbrechen (nicht schneiden). Die Kerne herauslösen und mit Grenadinesirup benetzen. Schalotte schälen und fein hacken. Zitronenhälfte waschen und abtrocknen. 1 Msp. Schale abreiben, den Saft auspressen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Wachteln waschen und trocken tupfen. am Brustbein auseinanderschneiden und flacher drücken. Die Wachteln salzen, pfeffern und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz rundum anbraten, dann aus der Pfanne nehmen und im heißen Ofen ca. 10 Minuten weitergaren lassen. Anschließend im ausgeschalteten Backofen warm stellen. Die Schalotten in der Pfanne im restlichen Butterschmalz andünsten, Wein und Brühe angießen. Die Zitronenschale und 1 Tl Saft untermischen. Die Flüssigkeit um die Hälfte einkochen lassen. Die Granatapfelkerne einstreuen. Die Butter einrühren und die Soße damit binden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Von den Wachteln Brust und Keulen abtrennen. Die Wachteln mit der Soße anrichten. Dazu passt Mandelreis.

Vincent Klink Donnerstag, 13. November

Wildhasen-Geschnetzeltes mit Schupf-Nudeln

Für 2 Personen

Für das Geschnetzelte:

2 Schalotten	100 g Champignons	3 Stängel glatte Petersilie
300 g Wildhasenfilet	2 EL Butterschmalz	Salz, Pfeffer
200 ml Fleischbrühe	100 ml Rotwein	20 ml Cognac
1 TL Essig	1 Wacholderbeere	1 Msp Gewürznelke, gemahlen
1 Msp Piment	3 EL Preiselbeeren aus dem Glas	

Für die Schupfnudeln:

400 g Kartoffeln, mehlig	Salz	3 Eigelb
2 EL Mehl	Pfeffer, Muskat	2 EL Butter

Für die Schupfnudeln die Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Die gekochten Kartoffeln abschütten, dann mit dem Topf auf die noch warme Herdplatte stellen und gut ausdampfen lassen. Heiße Kartoffeln durch die Presse drücken, schnell Eigelb untermischen. Wenn der Teig zu flüssig ist, 1-2 EL Mehl untermischen. Die Kartoffelmasse mit Pfeffer, Salz und einer Messerspitze Muskat würzen. Daraus Schupfnudeln, ähnlich wie kleine Zigarren, formen. Die Schupfnudeln im siedenden Salzwasser ein paar Minuten ziehen lassen, herausnehmen und abtropfen. Schalotten schälen und fein schneiden. Champignons in feine Blättchen schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Das Fleisch in feine Scheibchen schneiden. In einer heißen Pfanne mit 1 EL Butterschmalz kurz und kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen (es macht nichts, wenn das Fleisch noch nicht ganz durchgebraten ist). In der gleichen Pfanne die Schalotte mit 1 EL Butterschmalz goldbraun anschwitzen, Champignons zugeben und mit Brühe, Rotwein und Cognac ablöschen. Die Flüssigkeit um die Hälfte einkochen. Dann den Fleischsaft, der aus dem geschnetzelten Fleisch ausgetreten ist sowie den Essig hinzufügen. Wacholderbeere im Mörser zerreiben und mit Nelken und Piment zugeben. Kurz aufkochen, dann Preiselbeeren und das Fleisch wieder zugeben und kurz aufkochen. Abschmecken mit Pfeffer und Salz. Die Schupfnudeln in einer Pfanne mit Butter anschwanken und zum Geschnetzelten servieren.

Vincent Klink Mittwoch, 29. Oktober

Wildschwein-Roulade mit Speck-Knödeln

Für 2 Personen

1 kleine Zwiebel	50 g Lauch	2 EL Butterschmalz
250 ml Rotwein	1 EL Ahornsirup	1 Spritzer Balsamico
Pfeffer	60 g Speckwürfel	2 Brötchen vom Vortag
ca. 80 ml Milch	2 Schalotten	3 Stängel glatte Petersilie
1 kleines Ei	Salz	4 Wildschweinschnitzel a 100 g
8 Scheiben luftgetrockneter Speck	1 TL Butter	

Zwiebel schälen und fein schneiden. Lauch putzen, waschen und in feine Würfel schneiden. In einer Pfanne mit 1 TL Butterschmalz Zwiebel anschwitzen. Mit 80 ml Rotwein ablöschen, Ahornsirup und Balsamico zugeben, mit etwas Pfeffer würzen. Alles sirupartig einkochen lassen. Lauch und 1 EL Speckwürfel dazugeben. Brötchen in dünne Scheiben schneiden. Heiße Milch darüber gießen und zugedeckt ziehen lassen. Schalotten schälen und fein schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. In einer Pfanne restliche Speckwürfel auslassen, Schalotten zugeben und anschwitzen. Zusammen mit Petersilie zu den Brötchen geben. Ei verquirlen, ebenfalls zu den Brötchen geben und alles gut miteinander vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Masse mit leicht angefeuchteten Händen kleine Knödel formen. Diese in einem Topf mit siedendem Salzwasser ca. 15 Minuten ziehen lassen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 2-3) vorheizen. Die Wildschweinschnitzel dünn plattieren (am besten dafür das Fleisch zwischen einem Gefrierbeutel legen), mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Zwiebel-Paste bestreichen. Die Schnitzel aufrollen und mit den Speckscheiben unwickeln. In einer Pfanne (mit hitzebeständigem Griff) mit restlichem Butterschmalz die Rouladen sanft von allen Seiten anbraten, dann ca. 5 Minuten im vorgeheizten Ofen garen. Aus der Pfanne nehmen, mit Alufolie abdecken und am Backofenrand warm stellen. Den Bratensaft in der Pfanne mit restlichem Rotwein ablöschen, kurz einkochen und mit 1 TL Butter binden.

Vincent Klink Donnerstag, 30. Oktober

Wurst-Schinken

Frühlingsrollen, Leberwurst, Sauerkraut, Kartoffel-Püree

Für 2 Personen

Für das Sauerkraut:

300 g Sauerkraut	150 ml Gemüsebrühe	50 ml Weißwein
1 Lorbeerblatt	1/2 TL Pfeffer	1 geräucherter Bauchspeck
1 kleine Zwiebel	1 kleine Kartoffel	Salz

Für das Kartoffel-Püree:

400 g Kartoffeln, mehlig	150 ml Milch	1 EL Butter
Salz	Muskat	

Für die Frühlingsrollen:

10 Schalotten	1/2 Bund glatte Petersilie	2 EL Butterschmalz
200 g frische Leberwurst	Koriander	Salz, Pfeffer
einige Blätter Frühlingsrollenteig	1 Eiweiß	Frittierfett

Das Sauerkraut aufsetzen, mit der Brühe und Weißwein zum Kochen bringen. Lorbeerblatt, Pfeffer und Speck zugeben. Zwiebel und Kartoffel schälen, grob reiben, zum Sauerkraut geben und ca. 25 Minuten kochen lassen. Dann das Sauerkraut abschmecken. Die Kartoffeln schälen, weich kochen, durch die Presse drücken und mit heißer Milch und 1 EL Butter zu einem Brei mischen. Mit Salz und Muskat abschmecken. Den Strudel in Stücke schneiden und anrichten. Kartoffel-Püree und heiße Bratensoße dazu reichen. Schalotten schälen und fein schneiden. Petersilie abspülen, trocken schüteln und fein schneiden. Schalotten in einer Panne mit Butterschmalz anschwitzen. Leberwurst hinzugeben und in der Pfanne zerkleinern. Mit Koriander, Salz und Pfeffer abschmecken und Petersilie untermischen. Den Teig in ca. 10 x15 cm große Rechtecke schneiden. Die Ränder mit Eiweiß bestreichen. Etwas Leberwurstmasse darauf streichen, die Seitenränder einklappen und zusammenrollen. In einem Topf mit heißem Frittierfett die Rollen goldgelb ausbacken. Herausnehmen, auf Küchenkrepp abtropfen und anrichten.

Otto Koch Freitag, 7. November

Gratinierte Schwarzwurzeln mit Steinchampignons

Für 2 Personen

Für die Schwarzwurzeln:

50 g weiße Zwiebeln	1 EL Olivenöl	25 g Schwarzwälder Schinken
4 Thymianzweige	130 g Butter	10 ml Kalbsjus
20 g geriebenes Weißbrot	20 g Parmesan	Salz, Pfeffer
4 Schwarzwurzeln	250 ml Milch	1 Spritzer Zitronensaft
1 Lorbeerblatt		

Für den Schinkensud:

1 Schalotte	25 g Schwarzwälder Schinken	25 g Schweinespeck
1 EL Olivenöl	150 ml Kalbsfond	1 Zweig Thymian
5 g Steinpilzpulver	Salz, Pfeffer	1 Prise Piment
1 Spritzer Zitronensaft	1/2 TL Speisestärke	

Für den Kartoffelstampf:

250 g Kartoffeln	30 ml Olivenöl	Meersalz
1 Prise Muskat		

Für die Pilze:

4 Steinchampignons	2 Lauchzwiebeln	1 EL Olivenöl
Salz, weißer Pfeffer		

Für die Gratiniermasse die Zwiebeln schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Schinken ebenfalls fein würfeln und zugeben, dann alles in eine Schüssel umfüllen. Blättchen von 3 Thymianzweigen abzupfen und zugeben. Ebenfalls 80 g weiche Butter und Kalbsjus, alles gut vermengen. Zum Schluss Weißbrotbrösel und frisch geriebenen Parmesan untermischen und abschmecken. Die Masse zwischen zwei Blatt Backpapier 3 mm dünn ausrollen und einfrieren. Die Schwarzwurzeln abwaschen und evtl. abbürsten. 50 g Butter in einem Topf braun schmelzen, Milch, Zitronensaft, Lorbeerblatt und einen Thymianzweig zugeben und aufkochen. Die Schwarzwurzeln schälen und im Sud langsam gar ziehen lassen. Dann mit Salz und Pfeffer würzen und kalt stellen. Für den Schinkensud Schalotte schälen und fein schneiden. Schwarzwälder Schinken und Schweinespeck würfeln und mit den Schalotten in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Mit Kalbsfond auffüllen, einen Thymianzweig und das Steinpilzpulver hinzugeben, ca. 20 Minuten sachte köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Piment würzen. Die Soße mixen und durch ein Sieb passieren. Mit Zitronensaft abschmecken. Speisestärke mit 1 EL Wasser anrühren und die Soße damit binden. Die Kartoffeln schälen, in Salzwasser weich kochen, abschütten, kurz ausdampfen lassen, das Olivenöl darauf geben und mit einer Gabel zerdrücken. Mit Salz und Muskat würzen.

Tipp: Nach Belieben kann man Tomatenwürfel, gehackte schwarze Oliven und Thymian untermischen. heißen Kartoffeln heben. Von den Champignons die Stiele entfernen. Die Lauchzwiebeln fein schneiden. Champignonköpfe in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen. Den fein geschnittenen Zwiebellauch zugeben und mit anschwitzen. Die Gratiniermasse in Streifen schneiden, die so lang und so breit sind, wie die Schwarzwurzeln. Die Streifen auf die Schwarzwurzeln legen und unter der Grillschlange goldbraun gratinieren. Je eine Schwarzwurzel oben und unten auf dem Teller platzieren. Dazwischen zwei Tupfer vom Kartoffelstampf geben und die Steinchampignonköpfe darauf setzen. Zum Schluss den Schinkensud aufgießen.

Jörg Sackmann Montag, 8. Dezember

Herzhafter Speck-Schmarrn mit Karotten-Salat

Für 2 Personen

300 g Karotten	1/2 Peperoni	1 Bund Schnittlauch
1/2 Bund Blatt Petersilie	1/2 Bund Koriander	1/2 Zitrone
2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer	1 Zwiebel
50 g Speck	2 EL Butter	2 Eiweiß
150 g Mehl	200 ml Milch	50 ml Sahne
2 Eigelb		

Für den Karottensalat die Karotten schälen und in dünne Streifen schneiden. Die Peperoni entkernen und fein hacken, den Schnittlauch waschen, trocknen und in feine Röllchen schneiden. Blatt Petersilie und Koriander waschen, trocknen und fein hacken. Peperoni, Schnittlauch, Petersilie, Koriander und Karotten gut vermischen, mit Zitronensaft und Olivenöl anmachen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für den Speckschmarrn die Zwiebel schälen, würfeln und den Speck ebenfalls würfeln. Beides in einer Pfanne anschwitzen. 1 EL Butter erhitzen und das Eiweiß aufschlagen. Mehl, Milch, Sahne, Eigelb und eine Prise Salz mit dem Handrührgerät vermischen, die heiße Butter langsam reinträufeln lassen und den Eischnee unterheben. 1 EL Butter in die Speck-Zwiebelpfanne geben, den Teig mit der Höhe von ca. einem Zentimeter in die Pfanne geben, wie einen Pfannkuchen ausbacken und in Stücke schneiden bzw. reißen. Den Speckschmarrn mit dem Karottensalat anrichten.

Vincent Klink Mittwoch, 03. September

Kartoffel-Roulade mit Rahm-Rosenkohl

Für 4 Personen

Für die Kartoffelroulade:

600 g Kartoffeln, mehlig	Salz	1 Zwiebel
100 g geräucherter Bauchspeck	1/2 Bund glatte Petersilie	2,5 EL Butterschmalz
4 Eigelb	60 g weiche Butter	50 g Mehl
100 g Semmelbrösel	Muskat	Pfeffer

Für den Rahmrosenkohl:

500 g Rosenkohl	Wasser und Milch	1 EL Butter
2 EL Crème-fraîche	Salz, Pfeffer, Muskat	

Für die Kartoffelroulade:

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen.

In der Zwischenzeit Zwiebel schälen und fein schneiden. Speck fein würfeln. Petersilie fein hacken. Speck und Zwiebeln in einer Pfanne mit 1 TL Butterschmalz anschwitzen. Pfanne vom Herd ziehen und Petersilie untermischen.

Die gekochten Kartoffeln abschütten, dann mit dem Topf auf die noch warme Herdplatte stellen und gut ausdampfen lassen. Heiße Kartoffeln durch die Presse drücken, schnell Eigelb untermischen. 50 g weiche Butter, Mehl und Brösel untermischen, mit einer Prise Muskat, Salz und Pfeffer würzen und alles gut verkneten.

Auf ein sauberes Küchentuch ein Pergamentpapier legen und dieses mit weicher Butter einfetten. Die Kartoffelmasse darauf verstreichen und mit der Speck-Zwiebel-Masse bestreuen. Mit Hilfe des Pergamentpapiers vorsichtig aufrollen. Dann das Papier entfernen und die Roulade in daumendicke Scheiben schneiden. Diese in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz von beiden Seiten bei mittlere Hitze jeweils ca. 3 Minuten braten.

Für den Rahmrosenkohl:

Den Rosenkohl putzen, waschen und vierteln. In einen Topf geben und mit Milch und Wasser knapp bedecken. Rosenkohl ca. 10 Minuten ganz weich kochen und anschließend mit dem Mixstab grob pürieren. Butter und Crème-fraîche untermischen und das Püree mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Kartoffelroulade mit Rahmrosenkohl servieren.

Vincent Klink am 20. November 2008

Kartoffel-Sandwich

Für 2 Personen

650 g Kartoffeln	4 Eier	50 g Butter
100g Crème-fraîche	Salz	1 Prise Muskat
50 g Speck	1 Zwiebel	1/2 Bund frischer Majoran
50 ml Sahne	1 TL Butterschmalz	Pfeffer

Kartoffeln schälen, in Salzwasser weich kochen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 2-3) vorheizen. Eier trennen. Kartoffeln abschütten, wieder in den Topf geben und auf der heißen Herdplatte kurz ausdampfen lassen. 3/4 der Kartoffeln noch warm durch die Presse drücken, Butter, Crème-fraîche und Eigelb zugeben mit Salz und Muskat abschmecken. Eiweiße steif schlagen und unter den Kartoffelteig ziehen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech die Kartoffelmasse ca. 1,5 cm hoch aufstreichen und im Ofen ca. 12-15 Minuten backen. Speck in feine Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und fein schneiden. Majoran fein hacken, die Sahne erwärmen. In einer Pfanne mit 1 TL Butterschmalz Zwiebeln und Speck anschwitzen. Restliche Kartoffeln ebenfalls durch die Presse drücken und mit der Zwiebel-Speckmischung, gehacktem Majoran und der erwärmten Sahne mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kartoffelkuchen aus dem Ofen nehmen in zwei gleichgroße Teile schneiden, einen mit der Kartoffelmasse bestreichen und den Anderen darauf klappen, festdrücken und in Vierecke schneiden. Dazu passt sehr gut frischer Blattsalat.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 16. September

Salat von frischem, gebratenem Endivie und Kochschinken

Für 2 Personen

1 Endivien-Salat	Salzwasser	50 g gekochter Schinken
2 hart gekochte Eier	1/2 Bund Schnittlauch	1 Eigelb
1 TL Senf	ca. 180 ml Olivenöl	1 Spritzer Zitronensaft
Pfeffer	2 EL gehackte Mandeln	1 EL Weißweinessig

Den Salat in einzelne Blätter trennen, waschen und gut trocken schütteln. 2 große Blätter zur Seite legen in einem Topf mit Salzwasser blanchieren, herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die übrigen äußeren grünen Blätter in feine Streifen schneiden. Die hellen inneren Blätter in Stücke zupfen. Den Schinken in feine Streifen schneiden. Die gekochten Eier schälen, eines davon fein hacken, das andere in Scheiben schneiden. Schnittlauch fein schneiden. Eigelb mit Senf vermischen, mit dem Schneebesen nach und nach ca. 150 ml Olivenöl unterrühren und zu einer Mayonnaise aufschlagen, mit Zitronensaft, Pfeffer und Salz würzen. Die grünen Salatstreifen in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anbraten. Salatstreifen mit Schinken, gehacktem Ei, Schnittlauch und der Mayonnaise mischen. Die Masse auf die beiden blanchierten Salatblätter geben und aufrollen. Mandeln in einer Pfanne ohne Fett anrösten. 2 EL Olivenöl mit Essig vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die gezupften Salatblätter damit marinieren und anrichten. Die Röllchen darauf geben, mit Mandeln bestreuen und die Eierscheiben dazu geben.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 23. Dezember

Index

- Artischocke, 20, 49, 50, 90
Aubergine, 6, 21, 77, 84
Auflauf, 86
- Bällchen, 32
Barsch, 8
Birne, 78, 85
Blumenkohl, 7, 52
Bohnen, 30, 41, 49, 70
Borschtsch, 70
Braten, 62
Bratkartoffeln, 2
Bratklops, 30, 33
Brokkoli, 16
Brot, 2
Butter, 66
- Cannelloni, 82
Carpaccio, 56
Chinakohl, 51
Curry, 76
- Dorade, 6, 7
- Eier, 83
Ente, 18, 20
Enten-Brust, 16, 17, 19, 20, 22
Erbsen, 21
- Fenchel, 63
Filet, 40, 46
Fisch, 72
Fleisch, 43, 56, 72
Forelle, 7
- Gans, 24
Garnelen, 48, 51, 53
Gazpacho, 71
Geflügel, 36, 71
Geschnetzeltes, 21
Gorgonzola, 78, 89
Gurke, 6, 8, 71
- Hähnchen, 26
- Hähnchen-Curry, 21
Hase, 99
Haxe, 42
Hirsch-Rücken, 92
Hummer, 50
- Iberico, 62
- Jacobsmuscheln, 53
- Käse, 80
Kabeljau, 9
Kalb, 37
Kaninchen, 93
Kartoffel, 76, 80, 86
Kartoffeln, 4, 72
Kohlrabi, 87, 89
Kraut, 88
Kroketten, 3
Kuchen, 79
- Lachs-Tatar, 10
Lamm, 32
Lauch, 7, 33, 44, 57, 61, 72, 73, 76, 81, 95, 100, 103
Leberwurst, 102
Linsen, 10, 84, 87
- Möhren, 7, 13, 16, 20, 21, 40, 43, 44, 48, 56, 57, 71–73, 81, 87, 89, 95, 97, 104
Maronen, 22, 24, 94
Matjes, 11
Maultaschen, 31
- Nudeln, 78, 89
- Paprika, 6–8, 13, 21, 32, 33, 46, 48, 51, 57, 61, 67, 71, 77
Pastinaken, 89, 96
Pfeffer, 66
Piccata, 41, 43
Pilze, 9, 21, 26, 36, 41, 43, 52, 56, 66, 73, 77, 82, 92, 95, 99, 103
Potthast, 58

Poularde, 23, 25, 27
 Quark, 79
 Räucherfisch, 10
 Rösti, 87
 Rücken, 41
 Radieschen, 2, 76
 Ragout, 40, 44, 46, 79, 82, 85
 Rahm, 66
 Reh, 97
 Reh-Medaillons, 93, 94
 Reh-Rücken, 95, 96
 Reis, 4, 81, 85
 Rettich, 6, 27, 60, 70, 85
 Rind, 32, 33
 Rippchen, 62
 Rosenkohl, 66, 94, 105
 Rostbraten, 57
 Rotbarbe, 8
 Rote-Bete, 11, 24, 60, 70
 Rotkraut, 18, 19

 Saibling, 6
 Salat, 104, 106
 Sauerkraut, 72, 86, 102
 Schinken, 106
 Schnitzel, 44, 63
 Schoten, 6, 7, 9, 17, 48, 56, 87
 Schwarzwurzeln, 2, 93, 103
 Schwein, 33
 Schweine-Filet, 61
 Sellerie, 9, 13, 40, 43, 44, 48, 52, 56, 57, 60,
 62, 71, 83, 92, 95, 97
 Sesam, 67
 sonstige, 81, 106
 Spätzle, 3, 80
 Speck, 104
 Spinat, 9, 12, 31
 Spitzkohl, 21, 32, 40
 Steak, 60
 Steckrübe, 71

 Tatar, 57
 Tintenfische, 49, 52
 Tomaten, 8, 12, 23, 30, 33, 42, 43, 46, 48, 49,
 52, 57, 63, 71, 78, 82, 84, 87, 90

 Venusmuscheln, 49

 Wachteln, 98
 Waffel, 88, 89

 Wan-Tan, 73
 Weißkohl, 51, 70
 Wildschwein, 100
 Wirsing, 92, 95

 Zander, 9, 12, 13
 Ziegenkäse, 88
 Zucchini, 8, 20, 43, 78, 84, 87