

**Kochrezepte  
aus Fernsehsendungen  
von ARD oder ZDF**

**ARD-Buffet**

**2012 Jan. - Juni**

**123 Rezepte**

<b>Frank Buchholz</b>	<b>Harald Wohlfahrt</b>
<b>Jörg Sackmann</b>	<b>Jacqueline Amirfallah</b>
<b>Karlheinz Hauser</b>	<b>Mario Gamba</b>
<b>Martin Gehrlein</b>	<b>Michael Kempf</b>
<b>Otto Koch</b>	<b>Sören Anders</b>
<b>Vincent Klink</b>	

---

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

# Inhalt

<b>Beilagen</b>	<b>1</b>
Kartoffel-Schalotten-Plätzchen . . . . .	2
<b>Dessert</b>	<b>3</b>
Kaiserschmarrn mit Zwetschgen-Röster . . . . .	4
<b>Fisch</b>	<b>5</b>
Bach-Saibling-Roulade, Blatt-Spinat, Schnittlauch-Soße . . . . .	6
Fisch-Frikadelle mit Blatt-Salat, Curry-Ingwer-Dressing . . . . .	7
Forelle mit Gurken-Salat und Dill-Joghurt . . . . .	7
Gebratener Hering mit sauer mariniertem Gemüse . . . . .	8
Hecht-Klößchen mit Spinat und Salzkartoffeln . . . . .	9
Kürbis-Gemüse mit Tapioka und Saibling . . . . .	9
Kabeljau in Senf-Soße . . . . .	10
Kabeljau mit Linsen und Speck-Schaum . . . . .	11
Kartoffel-Rösti mit Lachs-Tatar und Feld-Salat . . . . .	12
Lachs im Blätterteig mit Brunnenkresse-Soße . . . . .	13
Lachs-Tatar mit Spargel-Mousse und Kartoffel-Chips . . . . .	14
Lachs-Würfel auf Lauch-Raviolis . . . . .	15
Nudeln mit gebratenem Spargel und Lachs . . . . .	16
Saibling im Chorizo-Sud mit Linsen-Püree . . . . .	17
Saibling mit Hibiskus-Emulsion und Schwarzwurzeln . . . . .	18
Saibling mit Schwarzwälder Schinken und Rhabarber-Gemüse . . . . .	19
Sauerkraut-Tarte mit Räucherfisch-Mousse . . . . .	20
Spinat-Flan mit gebratenem Lachs und Estragon-Soße . . . . .	21
Warme Kartoffel-Terrine mit gebratenem Lachs . . . . .	22
Wolfsbarsch aus dem Wok mit Joghurt-Gemüse-Soße . . . . .	23
Zander mit Frühling-Zwiebeln und Pilzen . . . . .	24

<b>Geflügel</b>	<b>25</b>
Balinesisches Gewürz-Hähnchen . . . . .	26
Gefüllte Hähnchen-Keulen mit Joghurt-Pesto . . . . .	26
Geschmorter Chicorée mit Mais-Poularde . . . . .	27
Glasierte Perlhuhn-Brust mit Morchel-Soße . . . . .	28
Hähnchen-Brust in Zitronen-Marinade und Zucchini-Gemüse . . . . .	29
Hühner-Frikassee mit Frühling-Gemüse . . . . .	30
Paprika-Hähnchen mit Ofen-Gemüse . . . . .	31
Pochierte Hähnchen-Brust mit gelben Linsen . . . . .	31
Roulade vom Huhn mit Kräuter-Füllung . . . . .	32
Spargel-Crème-Suppe mit Mais-Poularden-Brust . . . . .	32
Zweierlei vom Hähnchen mit pikantem Erdbeeren-Salat . . . . .	33
<b>Hack</b>	<b>35</b>
Hackfleisch-Pfannkuchen auf Senf-Soße . . . . .	36
Hackfleisch-Strudel mit Kräuter-Joghurt . . . . .	37
Köfte . . . . .	38
Kohlrabi-Variationen mit Rinder-Hack, Röstzwiebel-Tapioka . . . . .	39
Maultaschen mit geschmälzten roten Zwiebeln . . . . .	40
Rosenkohl mit Rinder-Hack und Schwarzkümmel gefüllt . . . . .	41
Weißwein-Sauerkraut, Speck-Frikadellen, Kartoffel-Püree . . . . .	42
Wildschwein-Frikadellen auf Rotkraut-Salat . . . . .	43
<b>Innereien</b>	<b>45</b>
Leber-Knödel mit Zwiebel-Schmelze und Feld-Salat . . . . .	46
Pot au feu von Wirsing und Roter Bete mit Kalb-Zunge . . . . .	47
Semmel-Knödel-Salat mit Kalb-Leber und Apfel-Schalotten . . . . .	48
<b>Kalb</b>	<b>49</b>
Cordon bleu mit Herzogin-Kartoffeln . . . . .	50
Gefüllte Kalb-Schnitzel mit Mozzarella und Blumenkohl . . . . .	51
Kalb-Bäckchen mit Pfeffer-Kruste und Kräuter-Polenta . . . . .	52
Kalb-Filet mit Pilzen und Kohlrabi-Nudeln . . . . .	53
Kalb-Ragout mit Möhren-Crème und Champignons . . . . .	54

Kalb-Schnitzel mit Knusper-Panade und Möhren-Gemüse . . . . .	55
Kalb-Tafelspitz, Sauce Choron, gebratene Kartoffeln . . . . .	55
Piccata milanese mit Steinchampignons . . . . .	56
Saltimbocca alla romana mit Gnocchi . . . . .	57
Spargel in der Folie gegart mit gebratenem Kalb-Rücken . . . . .	58
Tafelspitz mit Bratkartoffel-Salat . . . . .	59
Tafelspitz mit Kräuter-Soße Bouillon-Kartoffeln . . . . .	60
<b>Lamm</b>	<b>61</b>
Lamm-Karree mit Senf-Kruste und Bohnen . . . . .	62
Lamm-Keule mit Salbei-Polenta und Speck-Bohnen . . . . .	63
Lamm-Kotelett mit Lakritz-Soße und Süßkartoffel-Püree . . . . .	64
Lamm-Koteletts mit geschmorten Tomaten und Polenta . . . . .	65
Lamm-Schulter Navarin mit Erdfrüchten und Sellerie-Püree . . . . .	66
Ragout von Lamm-Schulter mit Mai-Rübchen und Meerrettich . . . . .	67
<b>Meer</b>	<b>69</b>
Gebratene Garnelen mit Orangen-Butter . . . . .	70
Kartoffel-Risotto mit gebratenen Calamaretti . . . . .	71
Krebs-Fleisch mit Fenchel-Salat und Yuzu-Vinaigrette . . . . .	72
Leipziger Allerlei mit Garnelen . . . . .	73
Miesmuschel-Linguine . . . . .	74
Spaghetti 'Mario Gamba' (mit Meeresfrüchten) . . . . .	74
Tomaten-Brot-Salat mit Garnelen . . . . .	75
<b>Rind</b>	<b>77</b>
Döner mit Roastbeef à la Michael Kempf . . . . .	78
Entrecôte Strindberg mit Kartoffel-Schalotten-Plätzchen . . . . .	79
Gegrilltes Entrecôte mit Rotwein-Schalotten-Sauce . . . . .	80
Gulasch vom Rinder-Filet mit Rosmarin, Kartoffel-Gratin . . . . .	80
Marinierte Rinder-Steaks mit Gemüse-Salat . . . . .	81

<b>Schwein</b>	<b>83</b>
Hütten-Gröstl mit Rosenkohl, Weißkohl, Schweine-Bauch . . . . .	84
Kraut-Lasagne mit Senf-Butter und Schweine-Hals . . . . .	85
Schweine-Bäckchen mit Kraut und Rüben . . . . .	86
Schweine-Bäckchen mit Parma-Schinken, Blutwurst und Apfel . . . . .	87
Schweine-Braten mit Speck-Knödeln . . . . .	88
Schweine-Geschnetzelttes mit Mango und Curry-Reis . . . . .	89
<b>Soßen</b>	<b>91</b>
Orangen-Butter-Soße . . . . .	92
Spaghetti-Soße . . . . .	92
<b>Suppen</b>	<b>93</b>
Bohnen-Crème-Suppe mit Speck . . . . .	94
Eintopf von Kraut und Rüben mit Rinder-Brust, Sauer-Rahm . . . . .	95
Hähnchen-Gemüse-Eintopf . . . . .	95
Möhren-Joghurt-Suppe mit Estragon-Baiser . . . . .	96
Spinat-Suppe mit Räucher-Schinken-Crème und Spiegelei . . . . .	97
<b>Vegetarisch</b>	<b>99</b>
Bärlauch-Gnocchi . . . . .	100
Börek mit Auberginen-Chutney . . . . .	101
Estragon-Nudeln mit gebratenem jungen Kopfsalat . . . . .	102
Falafel mit scharfer Linsen-Soße und Gewürz-Joghurt . . . . .	103
Frischkäse-Ravioli mit Oliven-Tomaten-Vinaigrette . . . . .	104
Gebackene Pilze auf Gemüse-Salat und Erbsen-Crème . . . . .	105
Gebratener Radicchio mit Püree von weißen Bohnen . . . . .	106
Gefüllte Weinblätter . . . . .	107
Grünkern-Soufflé mit Kürbis-Curry-Ragout . . . . .	108
Gratinierte Grieß-Nocken in Sauerampfer-Soße . . . . .	109
Kartoffel-Plätzchen mit Ziegenkäse, Frühling-Salat . . . . .	110
Kräuter-Feta-Rösti mit Gurken-Rettich-Salat . . . . .	110
Mezze-Platte . . . . .	111

Milch-Reis-Kroketten mit Ananas und Chili-Vanille-Soße . . . . .	112
Morchel-Risotto mit Frühling-Zwiebeln . . . . .	113
Ofen-SchlupferSoufflé mit Schoko-Soße . . . . .	114
Pochierte Eier auf Erbsen-Püree mit Frühling-Gemüse . . . . .	115
Quark-Nockerln mit Rhabarber-Kompott . . . . .	116
Ragout von Schwarzwurzeln und Walnüssen . . . . .	117
Ricotta-Ravioli in Tomaten-Sud mit Artischocken . . . . .	118
Rohr-Nudeln mit Apfelmus und Vanille-Soße . . . . .	119
Schwarzwurzel-Rösti mit Endivien-Salat . . . . .	120
Spargel-Törtchen . . . . .	121
Spitzkohl-Roulade auf Bergmann-Spargel in Rahm . . . . .	122
Variationen vom Spargel . . . . .	123
Variationen von der Möhre mit Sauerampfer-Soße . . . . .	124
Wirsing-Roulade . . . . .	125
<b>Verschiedenes</b>	<b>127</b>
Nudelteig . . . . .	128
Omelette-Soufflée mit Erdbeeren-Kompott, Joghurt-Soße . . . . .	128
<b>Wild</b>	<b>129</b>
Geschnetzeltes vom Reh-Maibock, Spätzle, Kohlrabi-Gemüse . . . . .	130
Hirsch-Haxe mit Quitten-Essig, Petersilienwurzel-Gemüse . . . . .	131
Pfeffer-Steak vom Kürbis mit gebratener Wachtel-Brust . . . . .	132
Reh-Ragout mit Schupf-Nudeln . . . . .	133
<b>Wurst-Schinken</b>	<b>135</b>
Gruyere Käse-Krapfen mit Frühling-Salat . . . . .	136
Herzhaft gefüllte Buchteln mit Kräuter-Soße . . . . .	137
<b>Index</b>	<b>138</b>





# Beilagen

# Kartoffel-Schalotten-Plätzchen

## Für 2 Personen

100 ml Sahne	2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin
1 Knoblauchzehe	Salz, Pfeffer, Muskat	2 große Kartoffeln
2 Schalotten	1 EL Zucker	150 ml Rotwein
1 TL Speisestärke	2 Austernpilze	2 EL Butter
2 TL Parmesan	100 ml Kalbsbratensauce	

Sahne mit je einem Zweig Thymian und Rosmarin, einer geschälten Knoblauchzehe, etwas Salz, Pfeffer und einer Prise Muskat aufkochen. Kartoffeln schälen, in 1-2 mm dünne Scheiben schneiden und die Scheiben im Sahnefond blanchieren. Anschließend auf ein Sieb zum Abtropfen geben. Schalotten schälen und in feine Scheiben schneiden. Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen, mit Rotwein ablöschen, Thymian und Rosmarin zugeben und abschmecken. Fünf Minuten leicht köcheln lassen. Stärke mit 1 EL Wasser anrühren und den Rotweinfond damit binden. Schalotten in diesem Fond blanchieren, dann absieben. Pilze putzen, in feine Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anbraten, würzen und abkühlen lassen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 170 Grad) vorheizen. Zwei Ringe mit einem Durchmesser von 8 cm auf ein gebuttertes Blech geben. Kartoffelscheiben in den Ring geben, dann Rotweinschalotten, wieder Kartoffeln und Pilze dazugeben. Zum Schluss mit Parmesan bestreuen und im vorgeheizten Ofen ca. 12 Minuten goldbraun überbacken.

Jörg Sackmann 05. Juni 2012

# Dessert

# Kaiserschmarrn mit Zwetschgen-Röster

## Für 5 Personen

50 ml Rum	60 g Rosinen	50 g Mandelblättchen
5 Eier	220 g Zucker	330 ml Milch
180 g Mehl	2 g Backpulver	1 Prise Salz
500 g Zwetschgen, halbiert	10 g Zimt	80 g Butter

Den Rum in einem Topf erwärmen, dann über die Rosinen gießen und ca. 4 Stunden ziehen lassen. Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett oder im Backofen bei 180 Grad goldbraun rösten. Den Backofen auf 180 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Die Eier trennen und die Eigelbe mit 45 g Zucker schaumig aufschlagen. Dann die Milch unterrühren. Mehl und Backpulver vermischen, durch ein Sieb in die Ei-Milch-Masse sieben und unterheben. Eiweiß mit 1 Prise Salz zu Eischnee aufschlagen und nach und nach 25 g Zucker unterrühren. Das geschlagene Eiweiß unter die aufgeschlagene Masse heben und in eine Auflaufform geben. Im vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten goldgelb backen. In der Zwischenzeit für den Zwetschgenröster die Zwetschgen auf ein tiefes Backblech geben. 100 g Zucker mit Zimt vermischen und über die Zwetschgen streuen. Alles in den auf 180 Grad erwärmten Backofen geben und ca. 20 Minuten backen. Den gebackenen Teig (Kaiserschmarrn) auskühlen lassen und anschließend in kleine Stücke zupfen. In einer großen Pfanne Butter schmelzen, 50 g Zucker zugeben und auflösen, dann den gezupften Kaiserschmarrn zugeben und karamellisieren. Zuletzt die eingeweichten Rosinen und die gerösteten Mandeln untermischen und auf Tellern anrichten. Kaiserschmarrn mit den warmen Zwetschgen servieren.

Karlheinz Hauser 30. Januar 2012

**Fisch**

## Bach-Saibling-Roulade, Blatt-Spinat, Schnittlauch-Soße

### Für 2 Personen

1 Bachsaibling ca. 1,2 kg	30 ml Sahne	Salz, Pfeffer
2 Stängel Basilikum	500 g Blattspinat	1 kleine Knoblauchzehe
1 Schalotte	2 EL Butter	1 Prise Muskat
<b>Für die Sauce:</b> 100 g Champignons, weiß	3 Schalotten	
3 EL Butter	5 Pfefferkörner	1 Zweig Thymian
250 ml Riesling	250 ml Fischfond	50 g Crème-double
50 ml Sahne	Salz, weißer Pfeffer	1 Prise Cayennepfeffer
1 Spritzer Zitronensaft	1 Bund Schnittlauch	

Den Bachsaibling waschen und filetieren. Mit einer Pinzette sorgfältig die Gräten ziehen und anschließend von der Haut lösen. Vom Filet ca. 30 g abschneiden, würfeln und mit der Sahne und etwas Salz im Cutter zu einer Farce zerkleinern. Die Filets nun in vier Teile schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen, je 2 mit der Fischfarce bestreichen und mit Basilikumblätter belegen und darauf die übrigen Filets legen. Die zusammengelegten Bachsaiblingfilets in hitzebeständige Folie einrollen und diese im Ofen bei 120 Grad unter Zugabe von Wasserdampf (dazu ein feuerfestes Gefäß mit etwas Wasser füllen und mit in den Ofen geben) ca. 7 - 9 Minuten garen. Den Spinat putzen, von den Stielen befreien, in kaltem Wasser waschen und abtropfen lassen. Knoblauchzehe schälen. Die Schalotte schälen und in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne die Butter erhitzen und die Schalotte mit der angedrückten Knoblauchzehe glasig anschwitzen. Den Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen. Den Knoblauch entfernen. Vor dem Servieren den Spinat auf ein Küchentuch geben, damit das überschüssige Wasser entfernt wird.

Für die Sauce:

Champignons putzen und fein würfeln. Schalotten schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Pfefferkörner und Thymian zugeben. Mit dem Riesling ablöschen und diesen fast völlig einkochen lassen. Dann mit Fischfond aufgießen und wiederum um die Hälfte einkochen lassen. Dann durch ein Sieb passieren. Crème double und die Sahne zur passierten Sauce gießen und kurz kochen. Mit einem Stabmixer restliche Butter in kleinen Stücken dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen. Je nach Säuregehalt des Weines eventuell noch mit Zitronensaft abrunden. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Fischrouladen auspacken und schräg anschneiden. Spinat auf den Tellern anrichten, darauf je zwei Stücke Roulade geben. Sauce nochmal aufmixen, Schnittlauch einstreuen und um den Spinat gießen.

Karlheinz Hauser 09. Januar 2012

## Fisch-Frikadelle mit Blatt-Salat, Curry-Ingwer-Dressing

### Für 2 Personen

1/2 Kopfsalat	4 Stängel frischer Koriander	1/2 Bund glatte Petersilie
80 g Toastbrot	300 g gem. Fischfilet	1 Ei
Salz, Pfeffer	ca. 100 ml Milch	2-3 EL Butterschmalz
1/2 rote Chilischote	5 g Ingwer	1 Knoblauchzehe
1/2 Limette	2 EL Olivenöl	1 TL Currypulver, mild

Kopfsalat putzen, waschen und trocken schleudern. Koriander abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Vom Toastbrot die Rinde entfernen und das Brot in einem Cutter zu feinen Bröseln mahlen. Die Fischfilets durch die feine Scheibe des Fleischwolfs drehen. In eine Schüssel geben und mit Ei, Semmelbröseln und Petersilie vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen und langsam die Milch unterrühren. Aus der Masse kleine Frikadellen formen und diese in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten braten. Für das Dressing Chili halbieren, die Kerne austreichen und fein hacken. Ingwer und Knoblauch schälen und fein hacken. Von der Limette den Saft auspressen. Olivenöl, Chili, Ingwer, Knoblauch, Limettensaft, Currypulver und 1 Prise Salz, Pfeffer in einen Mixbecher geben und mit dem Pürierstab fein pürieren, abschmecken. Salatblätter mit dem Dressing anmachen, auf Tellern anrichten, die Fischfrikadellen dazugeben. Mit Korianderblättchen bestreuen und servieren.

Otto Koch 25. Mai 2012

## Forelle mit Gurken-Salat und Dill-Joghurt

### Für 2 Personen

2 frische Forellen	1 Zitrone, unbehandelt	Salz
5 EL Olivenöl	1 Salatgurke	200 g griech. Joghurt
1 Bund Dill	1 EL getr. Rosenblätter	1 Knoblauchzehe

Die Forellen filetieren, entgräten und von der Haut nehmen. Die Haut nicht wegwerfen. Die Zitrone heiß abspülen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. Jedes Filet schön zurechtschneiden. Die Abschnitte der Forellenfilets fein würfeln und mit Salz, 1-2 EL Olivenöl, etwas Zitronenabrieb und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Die Gurke waschen und schälen. Dann mit dem Sparschäler längs ca. 12 lange Streifen schneiden bzw. schälen. Den Rest der Gurke grob raspeln und unter den Joghurt mischen. Dill abspülen, trocken schütteln, fein hacken und unter den Gurkenjoghurt mischen. Mit Salz und Rosenblättern abschmecken. Die Forellenhaut in Vierecke o.ä. schneiden und in einer beschichteten Pfanne mit 1 EL Olivenöl knusprig braten, dabei mit einem geraden, schweren Gegenstand (z.B. Plattiereisen) beschweren damit sie glatt bleibt. Anschließend die Haut auf Küchenkrepp legen. Die Forellenfilets salzen und in der Pfanne mit 1 EL Olivenöl von beiden Seiten braten. Dabei eine angedrückte Knoblauchzehe zum Aromatisieren mit in die Pfanne geben. Je einen Löffel Forellentatar auf den Anfang der Hälfte der Gurkenstreifen legen und diese dann drum herum rollen. Die restlichen Gurkenstreifen mit etwas Zitronensaft, Salz und 1 EL Olivenöl abschmecken. Den Hautchip in das Forellenfilet stecken und anrichten. Tatarrolle, Gurkenstreifensalat und Joghurt mit auf den Teller geben und servieren. Dazu passt Baguette.

Jacqueline Amirfallah 13. Juni 2012

# Gebratener Hering mit sauer mariniertem Gemüse

## Für 4 Personen

2 junge Möhren	200 g Blumenkohl	250 g grüne Bohnen
Meersalz	200 g frische Minimaiskolben	3 EL Sonnenblumenöl
4 EL Gemüsebrühe	2 EL Rapsöl	1 TL grobkörniger Senf
2 EL Estragonessig	1 Prise Piment-d'Espelette	3 Zweige Bohnenkraut
3 Zweige glatte Petersilie	4 Stiele Vogelmiere (Wildkraut)	4 frische (grüne) Heringe
Mehl		

Die Heringe gut abwaschen und trocknen. Die Möhren schälen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Den Blumenkohl putzen und in kleine Röschen teilen. Die Bohnen putzen, waschen und halbieren. Möhren, Blumenkohl und Bohnen separat in einem Topf mit kochendem Salzwasser bissfest blanchieren, herausnehmen, in Eiswasser kurz abschrecken, abtropfen lassen und auf Küchenpapier trocknen. Die Minimaiskolben der Länge nach halbieren und in einer Pfanne mit 1 TL Sonnenblumenöl goldbraun anbraten. Anschließend Mais und die anderen vorbereiteten Gemüse in eine Schüssel geben. Die Gemüsebrühe mit dem Rapsöl, dem Senf und dem Essig verrühren. Das Gemüse damit marinieren und mit Salz und Piment D'Espelette würzen. Mindestens 20 Minuten ziehen lassen. Bohnenkraut und Petersilie waschen, trocken schütteln und sehr fein hacken. Zum Gemüse geben und gut untermengen. Vogelmiere abspülen und trocken schütteln. Die Heringe schuppen, filetieren, die Gräten ziehen, waschen und auf Küchenpapier trocknen. Die Hautseite mit Mehl bestäuben und gut abklopfen. Dann in einer Pfanne mit 2,5 EL Sonnenblumenöl auf der Hautseite knusprig anbraten. Die Fischfilets wenden, kurz auf der anderen Seite braten und sofort aus der Pfanne nehmen. Mit Meersalz würzen. Das Gemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten, die gebratenen Heringfilets daraufsetzen und mit Vogelmiere garnieren.

Michael Kempf 13. April 2012



## Hecht-Klößchen mit Spinat und Salzkartoffeln

### Für 2 Personen

500 g Kartoffeln, fest	Salz	400 g Hechtfilet ohne Haut
1/2 TL gemahlener Koriander	weißer Pfeffer	400 ml Sahne
500 g Blattspinat	1 Schalotte	1 Sardelle
3 EL Butter	1 Msp. Muskat	2 Stängel Salbei
2 EL geriebenes Weißbrot		

Kartoffeln schälen, vierteln und in einem Topf mit Salzwasser gar kochen. In einen flachen Topf leicht gesalzenes Wasser geben und zum Kochen bringen. Das Hechtfilet in Streifen schneiden und mit Koriander, Pfeffer und etwas Salz in einen Cutter (Mixer) geben und zerkleinern. Die Sahne zugeben und alles zu einer homogenen Masse verarbeiten. Für die Klößchen einen Suppenlöffel in das Wasser tauchen, aus der Masse eiförmige Klöße ausstechen und diese im kochenden Wasser ca. 15 Minuten ziehen lassen. Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen. Die Schalotte schälen und fein schneiden. Sardelle fein hacken. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Schalotte anschwitzen, die gehackte Sardelle und den Spinat zugeben. Den Spinat zusammenfallen lassen. Mit wenig Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Salbei abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Hechtklößchen in eine Auflaufform legen, mit den Salbeiblättern belegen und mit Bröseln und etwas Butter bestreuen. Unter der Grillschlange oder bei Oberhitze kurz gratinieren. Denn Spinat auf Tellern anrichten, die gratinierten Klößchen obenauf legen und mit den Salzkartoffeln servieren.

Vincent Klink 19. Januar 2012

## Kürbis-Gemüse mit Tapioka und Saibling

### Für 4 Personen

1 kg Muskatkürbis	4 Schalotten	6 EL Butter
300 ml Gemüsebrühe	100 g Tapioka (Stärkeperlen)	1 Saibling ca. 1,2 kg
Salz, Zitronenpfeffer	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
100 g Sahne	100 g Parmesan	Pfeffer

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen. Den Kürbis halbieren, entkernen und schälen. Kürbisfruchtfleisch in 1 cm große Würfel schneiden. Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. In einem Topf mit 3 EL Butter die Schalotten anschwitzen, Kürbis zugeben. Gemüsebrühe angießen und die Tapiokaperlen dazugeben, alles ca. 15 Minuten köcheln lassen, bis der Kürbis weich ist. Saibling filetieren und die Gräten ziehen. Die Filets in 4 Portionen teilen. In einer backofengeeigneten Pfanne mit 3 EL Butter die Filets zuerst auf der Hautseite anbraten. Mit Salz und Zitronenpfeffer würzen, einen Zweig Rosmarin und Thymian zugeben. Dann in den Ofen geben und ca. 5 Minuten fertig garen. Sahne schlagen und Parmesan fein reiben. Das Gemüse mit Salz und Pfeffer abschmecken, Sahne und Parmesan unterheben. Fisch aus dem Ofen nehmen und die flüssige Butter aus der Pfanne mit einem Löffel über die Filets träufeln. Das Kürbisgemüse auf Tellern anrichten, darauf die Saiblingsfilets geben und servieren.

Karlheinz Hauser 27. Februar 2012

## Kabeljau in Senf-Soße

### Für 2 Personen

500 g Kartoffeln, fest	Salz	250 ml Fischfond
100 ml Weißwein	150 ml Sahne	2 Kabeljaufilets à 180 g
1/2 Bund glatte Petersilie	3 EL Butter	3 TL scharfer Senf
Pfeffer		

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in einem Topf mit Salzwasser weich kochen. Fischfond und den Weißwein in einen Topf geben und um die Hälfte einkochen. Dann die Sahne zugeben und nochmals etwas einkochen. Die Fischfilets entgräten, salzen und in einem Topf mit Siebeinsatz dämpfen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Salzkartoffeln abschütten, abtropfen und in einer Pfanne mit 2 EL Butter anschwanken, mit Petersilie bestreuen. Die Sauce mit Senf abschmecken, 1 EL kalte Butter unterarbeiten, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Servieren kurz aufmixen. Kabeljau anrichten, mit der Senfsauce übergießen und die Kartoffeln dazu servieren

Vincent Klink 05. April 2012

## Kabeljau mit Linsen und Speck-Schaum

### Für 4 Personen

#### Für die Linsen:

2 Schalotten	60 g Karotte	100 g Kartoffel
30 g Lauch	50 g geräucherter Speck	1 EL Butter
200 g schwarze Linsen	400 ml Geflügelbrühe	1 TL Balsamico
Salz, Pfeffer		

#### Für den Kabeljau:

300 ml Speiseöl	10 Lorbeerblätter	3 Wacholderbeeren
6 schwarze Pfefferkörner	4 Kabeljaufilets á 120 g	Salz und Pfeffer

#### Für die Sauce:

50 g Schwarzwälder Schinken	2 Schalotten	1 EL Butter
1 EL Mehl	100 ml Weißwein	300 ml Fischfond
100 ml Sahne	50 g Crème-fraîche	Salz, Pfeffer, Muskat

Für die Linsen Schalotten, Karotte und Kartoffel schälen und fein würfeln. Lauch putzen, waschen und ebenfalls fein Würfeln. Speck in feine Würfel schneiden. In einem Topf mit Butter die Schalotten anschwitzen. Kartoffel, Karotte, Lauch und Speck zugeben und mitanschwitzen. Ebenfalls die Linsen zugeben und mit der Brühe ablöschen. Ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis die Linsen gar sind. Dann mit Balsamico, Salz und Pfeffer abschmecken. Für den Fisch den Backofen auf 70 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Das Öl mit den Lorbeerblättern, Wacholderbeeren und Pfefferkörnern in eine flache Auflaufform geben und auf 70 Grad erhitzen. Die Fischfilets mit der Salz und Pfeffer würzen, mit der Haut nach oben in das vorbereitete Öl legen (der Fisch sollte ganz mit dem Öl bedeckt sein) und im Ofen ca. 15 Minuten garen. Für die Sauce Schwarzwälder Schinken fein würfeln. Schalotten schälen, fein schneiden und in einem Topf mit Butter anschwitzen. Speck zugeben und mit anschwitzen. Dann mit Mehl bestäuben und mit Weißwein ablöschen. Den Weißwein um etwa die Hälfte einkochen lassen, dann den Fond zugeben und diesen wieder um etwa die Hälfte einkochen. Zuletzt Sahne und Crème-fraîche zufügen und aufkochen. Die Sauce mit einem Pürierstab mixen und durch ein Sieb passieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Linsen mittig in tiefen Tellern anrichten. Fischfilets drauf geben. Die Sauce nochmals mit dem Pürierstab aufschäumen und darum herum verteilen.

Sören Anders 03. Januar 2012

# Kartoffel-Rösti mit Lachs-Tatar und Feld-Salat

## Für 2 Personen

300 g Lachsfilet	110 ml Olivenöl	2 Zitronen
2 Limetten	Salz	1/2 Bund Dill
1 TL Senf	1 Eigelb	Pfeffer
300 g Kartoffeln, mehlig	2 EL Butterschmalz	80 g Feldsalat
1/2 Bund Schnittlauch	1 Schalotte	100 g Crème-fraîche

Vom Lachsfilet alle Gräten entfernen und graue Fettränder abschneiden. Dann das Lachsfilet mit einem Messer sehr fein schneiden bzw. fein hacken. Zum gehackten Lachsfilet zuerst 2 EL Olivenöl geben und gut untermischen. Von den Zitronen und Limetten den Saft auspressen. Lachs mit Salz würzen und den Saft einer halben Zitrone und Limettensaft untermischen und abschmecken. Dill abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Senf mit Eigelb gut verrühren ca. 60 ml Olivenöl mit dem Schneebesen nach und nach unterschlagen, bis eine cremige Mayonnaise entsteht, Dill untermischen und mit 1 Spritzer Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kartoffeln schälen und auf der groben Reibe reiben. In ein Küchentuch geben und gut ausdrücken. In eine beschichtete Pfanne 2 EL Butterschmalz geben und die Kartoffeln gleichmäßig darin verteilen. Bei geringer Hitze das Rösti langsam von beiden Seiten goldbraun braten. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen. Feldsalat putzen, waschen und trocken schleudern. 2 EL Zitronensaft mit 3 EL Olivenöl vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz vor dem Servieren den Feldsalat damit marinieren. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Das Tatar nochmals abschmecken und Schnittlauch untermischen. Schalotte schälen und sehr fein hacken oder reiben. Crème-fraîche mit der Schalotte vermischen und mit Salz abschmecken. Das Rösti halbieren und auf Tellern anrichten. Etwas Schalotten-Crème obenauf geben. Das Lachstatar daneben anrichten, Mayonnaise um das Lachstatar geben. Marinierten Feldsalat dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah 01. Februar 2012

## Lachs im Blätterteig mit Brunnenkresse-Soße

### Für 2 Personen

50 g Karotte	50 g Lauch	50 g Zucchini
50 g Champignons	4 EL Butter	Salz, Pfeffer
500 g frisches Lachsfilet	160 ml Sahne	1 Eiweiß
10 ml Sherry, trocken	Cayennepfeffer	ca. 250 g Blätterteig
1 Eigelb	2 EL Milch	2 Spritzer Zitronensaft
100 g Brunnenkresse	1 Schlotte	100 ml Weißwein
50 ml trockener Wermut	250 ml Fischfond	30 g Crème-fraîche
1 Prise Zucker		

Karotte schälen, Lauch und Zucchini putzen bzw. waschen und alle Gemüse in feine Würfel schneiden. Die Champignons putzen und sehr klein würfeln. In einer Pfanne mit 2 EL Butter die feinen Gemüswürfel und Pilze anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen und auskühlen lassen. Den Backofen auf 220 Grad Ober-Unterhitze (200 Grad Umluft) vorheizen. Aus dem Lachsfilet ein 350 g schweres schönes Stück zuschneiden. Die Lachs-Abschnitte mit 80 ml Sahne und Eiweiß in einen Cutter geben und zu einer feinen Farce verarbeiten. Dabei nach und nach Sherry zugeben. (Die Zutaten für die Farce sollten gut gekühlt sein.) Die Farce mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken und kalt stellen. Das vorbereitete Gemüse unter die Farce mischen. Den Blätterteig 2-3 mm dick zu einem Rechteck ausrollen, so dass das Stück Lachs später gut darin eingepackt werden kann. Eigelb mit Milch verquirlen und die Ränder des Teigrechtecks damit einstreichen. Dazwischen die Gemüsefarce aufstreichen. Das vorbereitete Lachsfilet mit Salz und 1 Spritzer Zitronensaft würzen und auf die Farce setzen, dann den Teig einschlagen, so dass das Lachsstück vollständig eingepackt ist. Mit der Verschlussseite nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten goldbraun garen. (Das Lachsfilet sollte dann eine Kerntemperatur von mindestens 35 Grad haben.) Dann aus dem Ofen nehmen und noch ca. 10 Minuten mit Alufolie abgedeckt ruhen lassen. Brunnenkresse gut waschen, abtropfen lassen und die Blätter abzupfen. Schalotte schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Mit Weißwein und Wermut ablöschen und die Flüssigkeit nahezu vollständig einkochen lassen. Dann den Fischfond zugeben und diesen wieder um die Hälfte einkochen. Dann 80 ml Sahne und Crème-fraîche zugeben und einkochen, bis die Sauce die gewünschte Konsistenz hat. Mit Salz, Piment d'Espelette und Zitronensaft abschmecken. Brunnenkresse in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, mit Salz und einer Prise Zucker würzen. Dann unter die Sauce geben und mit einem Pürierstab fein mixen. Den Lachs im Blätterteig aufschneiden, Sauce auf die Teller geben, Lachs darauf setzen und servieren.

Jörg Sackmann 29. Mai 2012

# Lachs-Tatar mit Spargel-Mousse und Kartoffel-Chips

## Für 2 Personen

1 Limette, unbehandelt	150 g grüner Spargel	300 ml Sahne
3 Blatt Gelatine	Salz, Cayennepfeffer, Zucker	2 EL Sahne, geschlagen
150 g weißer Spargel	2 Schalotten	1/2 Bund Schnittlauch
100 g Lachsfilet, Sushi-Qualität	150 g geräucherter Lachs	Pfeffer
2 EL Olivenöl	2 Kartoffeln, fest kochend	100 ml Pflanzenöl zum Frittieren

Limette heiß abwaschen, gut abtrocknen und etwas Schale abreiben. Dann den Saft der Limette auspressen. Grünen Spargel am unteren Drittel schälen und die harten unteren Enden abschneiden und entfernen. Dann Spargel in kleine Stücke schneiden und in einem Topf mit 150 ml Sahne weich kochen. 2 Blatt Gelatine in einer Schüssel mit kaltem Wasser einweichen. Weich gekochten grünen Spargel pürieren, durch ein Sieb streichen. 2 Blatt eingeweichte Gelatine ausdrücken und in dem heißen Spargelpüree auflösen. Mit Salz, Cayennepfeffer, Zucker und etwas Limettensaft würzen. Darunter 1 EL geschlagene Sahne heben und Cocktailgläser zu 1/3 mit der Masse füllen, kalt stellen und die Masse anziehen lassen. Weißen Spargel schälen, die harten unteren Enden abschneiden und entfernen. Dann Spargel in kleine Stücke schneiden und in einem Topf mit 150 ml Sahne weich kochen. 2 Blatt Gelatine in einer Schüssel mit kaltem Wasser einweichen. Weich gekochten weißen Spargel pürieren, durch ein Sieb streichen. 2 Blatt eingeweichte Gelatine ausdrücken und in dem heißen Spargelpüree auflösen. Mit Salz, Cayennepfeffer, Zucker und etwas Limettensaft würzen. Darunter 1 EL geschlagene Sahne heben und die weiße Spargelmoussemasse auf die fest gewordene grüne Spargelmoussemasse füllen, wieder im Kühlschrank fest werden lassen. Für das Lachstatar Schalotten schälen und sehr fein schneiden. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Frischen Lachs und geräucherten Lachs sehr fein würfeln. Lachs, Schalotten und Schnittlauch in eine Schüssel geben, mit Limettenabrieb, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Olivenöl zugeben und alles gut vermischen. Für die Kartoffelchips die Kartoffeln schälen und in hauchdünne Scheiben hobeln. In einer Pfanne mit heißem Pflanzenöl die Kartoffelscheiben goldbraun ausbacken. Dann mit einer Siebkelle herausnehmen und auf Küchentuch kurz abtropfen lassen. Kartoffelchips mit Salz und Pfeffer würzen. Lachstatar auf den Gläsern mit dem Spargelmousse anrichten und mit Kartoffelchips garnieren.

Jörg Sackmann 15. Mai 2012

# Lachs-Würfel auf Lauch-Raviolis

## Für 2 Personen

### Für die Ravioli:

125 g doppelgriffiges Mehl	1 Ei	2 Eigelb
2 EL Olivenöl	Salz	1 EL Wasser
100 g Kartoffel	50 g Lauch	4 Halme Schnittlauch
1 TL Butter	1 EL Crème-fraîche	1 Spritzer weißer Balsamico

### Für die Sauce:

2 Schalotten	3 EL Olivenöl	50 ml Weißwein
30 ml trockener Wermut	300 ml Fischfond	100 ml Sahne
100 ml Crème-fraîche	1 Spritzer Zitronensaft	Salz, Cayennepfeffer

### Für die Einlage:

4 EL Olivenöl	Salz, Piment-d'Espelette	1 Msp. Limettenschale
4 Lachsfiletstücke à 50 g	150 g Lauch	Cayennepfeffer

Für den Nudelteig:

Mehl, Ei, 1 Eigelb, 1 EL Öl, eine Prise Salz und Wasser in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig kneten. Ist der Teig zu hart, noch etwas Wasser oder Öl zugeben. Den Teig in Frischhaltefolie verpackt etwa 1 Stunde ruhen lassen. Die Kartoffel schälen und in Salzwasser kochen. Lauch putzen waschen und in sehr feine Würfel schneiden. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Den Lauch in einer Pfanne mit 1 TL Butter anschwitzen, dann die Pfanne vom Herd ziehen und den Schnittlauch untermischen. Die gekochte Kartoffel abschütten, gut ausdampfen lassen und mit einer Gabel grob zerdrücken. Lauch, Schnittlauch, Crème-fraîche, Eigelb, 1 EL Olivenöl und Balsamico zugeben, alles gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den vorbereiteten Nudelteig mit der Nudelmaschine oder mit einem Rollholz dünn ausrollen und in 4 Kreise mit 8 cm Durchmesser ausstechen. Die Teigländer mit etwas Wasser bestreichen. Etwas Lauch-Kartoffelmasse in die Kreismitte geben und mit einem zweiten Nudelblatt abdecken und verschließen.

Für die Sauce:

Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. In einem Topf mit 1 EL Olivenöl die Schalotten anschwitzen, mit Weißwein und Wermut ablöschen und fast vollständig einkochen. Den Fischfond angießen und die Flüssigkeit erneut um die Hälfte einkochen lassen. Dann mit Sahne und Crème-fraîche auffüllen. Mit Zitronensaft, Salz und Cayennepfeffer würzen nochmals um die Hälfte einkochen. Kurz vor dem Servieren 2 EL Olivenöl zugeben und die Sauce mit dem Pürierstab aufmixen. Den Backofen auf 75 Grad vorheizen. 3 EL Olivenöl mit etwas Salz, Piment d'Espelette und Limettenabrieb vermischen. Die Lachsstücke damit marinieren und auf einen Teller setzen. Diesen mit hitzestabiler Klarsichtfolie abdecken und im vorgeheizten Backofen ca. 8-10 Minuten garen.

Für die Einlage:

Den Lauch putzen, waschen und in 5 mm breite Streifen schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl den Lauch anschwitzen, 2 EL Wasser zugeben und den Lauch garen. Mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Die Ravioli in einem Topf mit Salzwasser ca. 3 Minuten kochen. Herausnehmen und abtropfen lassen. Lauch in tiefen Tellern anrichten, 2 Ravioli darauf setzen, auf jeden Ravioli ein Lachsfilet geben und die aufgeschäumte Sauce angießen.

Jörg Sackmann 24. Januar 2012

## Nudeln mit gebratenem Spargel und Lachs

### Für 4 Personen

200 g Weizenmehl	60 g Hartweizengrieß	2 Eigelb
6 EL Olivenöl	Salz	400 g weißer Spargel
400 g grüner Spargel	1 Tomate	1 Bund Kerbel
600 g Lachsfilet mit Haut	Pfeffer	2 Zweige Thymian
60 g Butter	1 Spritzer Zitronensaft	Zucker

Mehl zusammen mit Grieß, Eigelben, 2 EL Olivenöl und 1 Prise Salz zu einem glatten Teig kneten. (Wenn der Teig zu fest ist, evtl. noch wenig Wasser zugeben.) Den Teig in Frischhaltefolie einpacken und mindestens 1 Stunde ruhen lassen. Den weißen Spargel schälen, die harten Enden abschneiden. Grünen Spargel nur am unteren Drittel schälen und die harten Enden abschneiden. Spargelstangen kurz in kochendem Salzwasserwasser blanchieren. Herausnehmen und gut abtrocknen. Die Spargelspitzen abschneiden und zur Seite legen. Die Stangen in dünne Scheiben schneiden. Die Tomate am Stielansatz einritzen, kurz in sehr heißes Wasser tauchen, die Haut abschälen. Dann die Tomaten vierteln, die Kerne austreichen und die Tomaten fein würfeln. Kerbel abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Den Nudelteig mit einer Nudelmaschine dünn ausrollen und in feine Tagliatelle scheiden. Die Nudeln in kochendem Salzwasser ca. 2 Minuten kochen, dann abgießen. Den Lachs in vier schöne Stücke schneiden. Die Haut ganz leicht mit dem Messer einschneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl die Lachsstücke nur auf der Hautseite anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Thymian zusammen mit der Butter dazugeben und mit etwas Zitronensaft aromatisieren. Mit einem Löffel immer wieder etwas flüssige Butter aus der Pfanne über die Lachsstücke geben. Den Spargelstücke in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anbraten, mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken. Die Tomatenwürfel und die Nudeln dazugeben und mit dem Kerbel verfeinern. Die Nudeln zusammen mit den Spargelspitzen auf Teller geben, jeweils ein Lachsfilet darauf setzen, mit etwas von der aromatisierten Butter begießen und servieren.

Karlheinz Hauser 21. Mai 2012



# Saibling im Chorizo-Sud mit Linsen-Püree

## Für 2 Personen

### Für Linsenspüree und Fisch:

200 g Alb-Linsen	30 g Karotte	50 g Kartoffel
1 Zwiebel	20 g Lauch	50 g Chorizo
4 EL Butter	1 TL Tomatenmark	350 ml Geflügelfond
1 Knoblauchzehe	5 Kapern	1 Sardellenfilet
1 kleine Gewürzgurke	Salz, Pfeffer	1 Prise Cayennepfeffer
10 ml weißer Balsamico	1 TL Senf scharf	2 Bachsaiblings-Filets à 150 g
1 EL Olivenöl		

### Für den Chorizosud:

1 roter Paprika	1 Chilischote	2 Schalotten
3 EL Olivenöl	40 ml weißer Balsamico	60 g Chorizo
2 Thymianzweige	1 TL Paprikapulver	500 ml Fischfond

Für das Linsenspüree die Linsen ca. 4 Stunden in reichlich kaltem Wasser einweichen. Für den Chorizosud Paprika und Chili halbieren, das Kerngehäuse entfernen und in feine Würfel schneiden. Schalotten schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Paprika zugeben, leicht anbraten und mit Balsamico ablöschen. Die Chorizos würfeln und ebenfalls mit Chili, Thymian und Paprikapulver zugeben, kurz mitanschwitzen und mit Fischfond auffüllen. 20 Minuten langsam kochen lassen. Dann mit dem Pürierstab fein aufmixen, passieren und mit Salz, Cayennepfeffer und Zucker abschmecken. Vor dem Servieren restliches Olivenöl untermischen. Für das Linsenspüree die eingeweichten Linsen abschütten. Karotte, Kartoffel und Zwiebel schälen und fein schneiden. Lauch waschen, putzen und ebenfalls fein würfeln. Chorizos in kleine Würfel schneiden. Chorizos und Zwiebel in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, Karotte und Kartoffel zugeben. Tomatenmark zugeben, mit anschwitzen, abgeschüttete Linsen zugeben und mit Geflügelfond ablöschen. In der Zwischenzeit Knoblauch schälen, fein hacken. Kapern, Sardellenfilet und Gewürzgurke, fein hacken. Dann Lauch, Knoblauch, Sardelle, Kapern und Gurke hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken. Langsam köcheln bis die Linsen gar sind. Balsamico und Senf untermischen. 2 EL der weich gekochten Linsen für die Garnitur aus dem Topf nehmen und beiseite stellen. 2 EL Butter in einem Topf braun schmelzen. Die Linsen im Topf fein pürieren, durch ein feines Sieb passieren, mit gebräunter Butter verfeinern und abschmecken. Saiblingsfilets in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl auf der Hautseite 3-4 Minuten braten, mit Salz und Pfeffer würzen, 1 EL Butter zugeben. Dann wenden und nur kurz auf der Fleischseite braten. Linsenspüree in die Mitte des Tellers geben. Saibling mit der knusprigen Hautseite nach oben auf die Linsen aufsetzen und die vorher beiseite gestellten ganzen Linsen schön auf dem Teller verteilen. Chorizosud angießen und servieren.

Jörg Sackmann 13. März 2012

## Saibling mit Hibiskus-Emulsion und Schwarzwurzeln

### Für 2 Personen

600 g Saiblingsfilet	150 g Butter	1 EL Hibiskusblüten, gemahlen
600 g Schwarzwurzeln	2 EL Sonnenblumenöl	1 Spritzer Zitronensaft
Meersalz, weißer Pfeffer	2 Zweige Blatt Petersilie	2 Schalotten
300 ml Sekt	300 ml Fischfond	1 Lorbeerblatt
100 ml Sahne	2 TL Saiblingskaviar	

Den Backofen auf 65 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Saiblingsfilets waschen, die Gräten ziehen und portionieren. Butter in einem Topf bräunen und Hibiskusblüten in der nicht mehr heißen Butter auflösen. Saibling in eine Auflaufform geben, die Butter darauf verteilen und im Backofen bei 65 Grad ca. 12-15 Minuten glasig konfieren. Schwarzwurzeln schälen, in Stücke schneiden und diese je nach Durchmesser vierteln bzw. halbieren. In einer Pfanne mit Sonnenblumenöl bei niedriger Hitze die Schwarzwurzeln goldbraun anbraten, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Blatt Petersilie abspülen, rocken schütteln, in feine Streifen schneiden und unter die Schwarzwurzeln schwenken. Schalotten schälen und fein würfeln. Champagner und Fischfond, Schalotte und dem Lorbeerblatt in einen Topf geben und um etwas mehr als die Hälfte einkochen. Durch ein feines Sieb passieren, Sahne zugeben, aufkochen und mit Meersalz und weißem Pfeffer abschmecken. Schwarzwurzeln in die Mitte der vorgewärmten Teller anrichten. Saibling aus der Butter nehmen und auf den Schwarzwurzel anrichten. Jeweils eine Nocke Saiblingskaviar auf den Fisch geben. Die Sauce aufschäumen und angießen.

Michael Kempf 17. Februar 2012

# Saibling mit Schwarzwälder Schinken und Rhabarber-Gemüse

## Für 4 Personen

4 Saiblingfilets à 160 g	ca. 80 g Sahne	Salz
8 Sch. Schwarzwälder Schinken	600 g Rhabarber	3 Stängel glatte Petersilie
1 Brötchen	400 g Kartoffeln, mehlig	3 EL Butterschmalz
1 Schalotte	2 EL Butter	ca. 1 EL Zucker

Fischfilets vollständig entgräten, die Enden und Seitenränder gerade abschneiden. Diese Abschnitte mit Sahne und einer Prise Salz in einen Cutter geben und zu einer Farce pürieren. Die Farce dünn auf eine Seite der Fischfilets streichen, darauf je eine Scheibe Schinken legen und aufrollen. Die Fischrouladen einzeln in hitzebeständige Frischhaltefolie und anschließend in Alufolie einwickeln. In einem Topf Wasser auf 65 Grad erhitzen und die Rouladen darin ca. 20 Minuten pochieren (die Wassertemperatur von 65 Grad z.B. mit einem Fleisch- oder Teethermometer immer wieder überprüfen). Den Rhabarber waschen, falls erforderlich schälen bzw. Fäden ziehen. Dann den Rhabarber längs in dünne ca. 7 cm lange Streifen schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Brötchen grob schneiden und mit den Petersilienblättern im Cutter fein zerhacken. Die Kartoffeln schälen, in grobe Raspel reiben, gut ausdrücken. In einer Pfanne 2 EL Butterschmalz erhitzen, Kartoffelraspel einstreuen, leicht salzen und von beiden Seiten zu einem goldgelben Rösti ausbraten. Schalotte schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit Butter anschwitzen. Rhabarberstreifen zugeben, kurz mitbraten, etwas Zucker überstreuen und karamellisieren lassen. Die Fischrouladen aus den Folien packen, je eine Scheibe Schinken darum herum wickeln und in den Petersilienbröseln wenden. In einer Pfanne mit 1 EL heißem Butterschmalz kurz von allen Seiten anbraten. Das Rösti vorsichtig aus der Pfanne nehmen und vierteln. Die Rouladen mit dem Rhabarbergemüse und Röstiviertel anrichten.

Jacqueline Amirfallah 09. Mai 2012

## Sauerkraut-Tarte mit Räucherfisch-Mousse

### Für 6 Personen

300 g Mehl	200 g Butter	2 Eigelb
Salz	1 Zwiebel	1 EL Butterschmalz
350 g Sauerkraut	1 TL Butter zum Ausfetten	Linzen zum Blindbacken
450 g Crème-fraîche	100 ml Sahne	3 Eier
Pfeffer	1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund glatte Petersilie
1/2 Bund Dill	200 g Räucherfisch	1 Spritzer Zitronensaft
1 EL Forellenkaviar		

Mehl, Butter, Eigelbe und 1 Prise Salz zu einem Mürbeteig kneten. Diesen in Frischhaltefolie verpackt im Kühlschrank mindestens 30 Minuten ruhen lassen. Den Backofen auf 220 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Die Zwiebel schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anbraten. Das Sauerkraut abspülen, abtropfen lassen und zu den Zwiebeln geben, einmal kurz in der Pfanne schwenken, dann in eine Schüssel umfüllen. Den Mürbeteig dünn ausrollen und in eine mit Butter ausgefettete Tarteform (ca. 26 cm Durchmesser) legen. Den Teig mit einer Gabel mehrmals einstechen. Auf den Teig ein großes Stück Backpapier geben und darauf die Linzen schütten. Im vorgeheizten Ofen den Boden ca. 7 Minuten vorbacken. 250 g Crème-fraîche mit Sahne und den Eiern in einer Schüssel verquirlen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und das Sauerkraut untermischen. Die Tarteform mit dem Boden aus dem Ofen nehmen, die Linzen mit Hilfe des Backpapiers herunterheben. (Nach dem Abkühlen können die Linzen aufbewahrt werden und immer wieder zum Blindbacken verwendet werden.) Die Backofentemperatur auf 180 Grad herunter stellen. Die Sauerkrautmasse auf den vorgebackenen Boden geben und alles erneut in den Ofen geben. Die Tarte ca. 20 Minuten backen. Schnittlauch, Petersilie und Dill abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Den Räucherfisch in Stücke teilen und mit den Kräutern und 200 g Crème-fraîche in einen Cutter geben und zu einer glatten Farce verarbeiten. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Masse im Kühlschrank kalt stellen. Die gebackene Tarte aus dem Ofen nehmen, etwas stocken lassen und dann vorsichtig aus der Form stürzen. Zum Anrichten die Tarte aufschneiden. Je eine Scheibe Sauerkraut-Tarte auf dem Teller anrichten, eine Nocke Räucherfischmousse abstecken und drauf geben. Diese mit etwas Forellenkaviar verzieren und servieren.

Jacqueline Amirfallah 06. Januar 2012

# Spinat-Flan mit gebratenem Lachs und Estragon-Soße

## Für 4 Personen

600 g Blattspinat	Salz, Pfeffer	3 Eier
200 ml Milch	1 Pr. gekörnte Bio-Gemüsebrühe	3 EL Butter
4 Lachssteaks à 150 g	2 Schalotten	5 Zweige Estragon
1/2 Sardelle	200 ml Weißwein	

Den Ofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Spinat putzen und waschen. In einem Topf mit kochendem Wasser den Spinat blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken und anschließend sehr gut ausdrücken. Dann fein schneiden. Die Eier mit der Milch verquirlen und mit Salz, Pfeffer und gekörnter Brühe würzen. Spinat untermischen und die Masse in 4 ausgebutterte Tassen oder Souffléförmchen (à ca. 100 ml Inhalt) füllen. Die Formen in ein Wasserbad geben und so im heißen Ofen ca. 40 Minuten stocken lassen. Die Lachssteaks mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit 1 EL Butter bei milder Hitze von beiden Seiten je ca. 4 Minuten braten. In der Zwischenzeit Schalotten schälen und fein schneiden. Estragonzweige abspülen und trocken schütteln, die Sardelle fein hacken. Gebratenen Lachs aus der Pfanne nehmen und warmstellen. Schalotte mit 2 EL Butter in die Pfanne geben und anschwitzen, Estragonzweige mit in die Pfanne legen. Mit Weißwein ablöschen und gehackte Sardelle untermischen. Bis zur gewünschten Konsistenz einkochen, dann die Sauce durch ein Sieb passieren und abschmecken. Die Flans aus den Förmchen stürzen und auf Tellern anrichten. Lachs dazu legen und mit der Sauce übergießen. Dazu passt Kartoffelpüree.

Vincent Klink 07. Juni 2012

## Warme Kartoffel-Terrine mit gebratenem Lachs

### Für 4 Personen

800 g Kartoffeln	1 Schalotte	1/2 Bund glatte Petersilie
100 g Champignons	1 EL Butter	Salz, Pfeffer
1/2 l Sahne	2 Eier	1 Knoblauchzehe
50 g Greyerzer Käse	3 Sardellenfilets	Für die Schnittlauch-Sauce
1/4 l Gemüsebrühe	1 Bund Schnittlauch	4 Lachsfilets à 150 g
2 EL Olivenöl		

Den Backofen auf 200 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Kartoffeln kochen, pellen und noch heiß in dünne Scheiben schneiden. Schalotte schälen und fein schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Champignons durch die mittlere Scheibe des Fleischwolfs drehen oder ganz fein schneiden. In einer Pfanne die Schalotten in Butter anbraten und die Champignons dazugeben. Etwas einkochen lassen und mit Salz, Pfeffer und Petersilie abschmecken. 1/4 l Sahne und Eier verquirlen. Knoblauch schälen und fein hacken, den Käse reiben und mit dem Knoblauch unter die Ei-Sahne mischen, salzen und pfeffern. Diese Mischung vorsichtig mit den Kartoffeln vermengen und eine Schicht in eine passende gefettete (Terrinen) Form (ca. 1,5 ml Inhalt) füllen. Die Oberfläche immer glatt andrücken, dann die Sardellen und die Champignonfarce auflegen. Schichtweise die Form füllen und mit Kartoffeln abschließen. Mit Alufolie abdecken und in einem Wasserbad im Backofen bei 200 Grad 30 - 40 Minuten garen. Für die Schnittlauch-Sauce Den Gemüsefond in einen Topf geben und um die Hälfte einkochen. Restliche Sahne dazugeben und noch mal einkochen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Das Lachsfilet mit Salz und Pfeffer würzen und leicht mit Mehl bestäuben. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und den Lachs darin auf der Fleischseite 2 Minuten braten. Den Lachs wenden und auf der Hautseite 3 Minuten braten. Die Sauce mit einem Pürierstab aufmixen und mit Salz und Pfeffer und Schnittlauch abschmecken.

Otto Koch 2.. März 2012

# Wolfsbarsch aus dem Wok mit Joghurt-Gemüse-Soße

## Für 2 Personen

### Für das Fladenbrot:

50 g Parmesan	1 EL weiche Butter	100 g Mehl
1 Eigelb	5 EL Wasser	1 TL Paprikapulver
Salz	Kurkuma, Curry	1 EL flüssige Butter
2 EL weißen Sesam	1 EL schwarzen Sesam	

### Für den Fisch:

2 rote Chilischoten	$\frac{1}{2}$ rote Paprika	$\frac{1}{2}$ grüne Paprika
1 kleine Zucchini	1 Zwiebel	3 TL Senfsaat
1 TL Kreuzkümmel	Meersalz	2 EL Senföl
1 Limette	Pfeffer	200 ml Fischfond
4 Stängel Zitronenmelisse	150 g Joghurt	1 EL Crème-fraîche
1 Msp. Kurkuma	1 Msp. Curry	1 EL Erdnussöl
2 Wolfsbarschfilets à 150 g		

Für das Fladenbrot den Backofen auf 220 Grad (Umluft 200 Grad) vorheizen. Parmesan fein reiben. Butter, Mehl, Eigelb und 5 EL Wasser zu einem Teig verrühren. Paprikapulver, je 1 Prise Salz, Kurkuma und Curry untermischen. Den Teig dünn ausrollen (am besten mit einer Nudelmaschine) und zu 10 cm langen und 1,5 cm breiten Rechtecken schneiden. Die Teigstücke auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen, mit flüssiger Butter bestreichen, mit weißem und schwarzem Sesam sowie mit Parmesan bestreuen. Im vorgeheizten Ofen ca. 8 Minuten backen. Für den Fisch mit Sauce Chilischoten der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und dann Chili in feine Streifen schneiden. Rote und Grüne Paprika putzen, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Zucchini waschen, die Enden abschneiden, der Länge nach vierteln und dann in feine dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen, vierteln und in feine Streifen schneiden. 2 TL Senfsaat, Kreuzkümmel, eine Prise Salz und 1 TL Senföl im Mörser zu einer homogenen Masse zerstoßen. Von der Limette den Saft auspressen. In einem Wok mit 1 EL Senföl Zwiebel, Paprika und Chili anschwitzen. Mit einem Spritzer Limettensaft, Salz und Pfeffer würzen. 100 ml Fischfond angießen und die Flüssigkeit nahezu vollständig einkochen lassen. Dann Zucchini zugeben, wieder mit 100 ml Fischfond auffüllen und das Gemüse weich garen. Zitronenmelisse abspülen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und in feine Streifen schneiden. Joghurt mit Crème-fraîche anrühren, mit Kurkuma, Curry und der gemörserten Senfpaste abschmecken. Zitronenmelisse untermischen, unter das nicht mehr kochende Gemüse im Wok rühren, abschmecken und warm halten. Die Haut des Fischfilets rautenförmig einritzen. 1 TL Senfsaat im Mörser zerstoßen. Das Fischfilet mit Salz, etwas Limettensaft und etwas Senfsaat würzen. In einer Pfanne mit Erdnussöl die Fischfilets von beiden Seiten braten. Die Joghurtcreme in tiefen Tellern anrichten, Fischfilets mit der Hautseite nach oben anrichten und das Fladenbrot dazu reichen. Das passt sehr gut Mango-Chutney.

Jörg Sackmann 26. Juni 2012

## Zander mit Frühling-Zwiebeln und Pilzen

### Für 4 Personen

6 mittelgroße Kartoffeln, fest	Salz	2 Bund junge Lauchzwiebeln
2 junge Karotten mit Grün	1 kleine Zwiebel	200 g Champignons
1 Zander, geschuppt (1 kg)	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
Pfeffer	Mehl	3 EL Sonnenblumenöl
2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin	1 EL Butterschmalz
50 ml Riesling	100 ml Geflügelbrühe	100 g Sauerrahm
60 g Sahne, leicht geschlagen		

Kartoffeln schälen, vierteln, leicht tounieren und in reichlich Salzwasser kochen. Lauchzwiebeln putzen, waschen und die weißen Spitzen ca. 5 cm lang abschneiden und zur Seite legen. Das Grün in feine Ringe schneiden. Die Karotten waschen und schälen (das Grün dran lassen). Die Karotten mit dem Grün in 5 cm lange Stücke schneiden, längs halbieren und zur Seite stellen. Den Rest der Karotten in möglichst feine Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden. Pilze putzen und vierteln. Den Zander filetieren und das Filet in ca. 180 g schwere Stücke schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen und vierteln. Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen, auf der Hautseite leicht mehlieren. Fisch in einer Pfanne mit heißem Öl kurz auf der Fleischseite anbraten, dann auf die Hautseite wenden. Kräuterzweige, Schalotten, Knoblauch, zur Seite gelegte Karottenstücke mit Grün und Lauchzwiebelstücke zugeben und mitbraten, bis der Fisch gar ist. Für die Sauce Zwiebelstreifen in einem Topf mit Butterschmalz anschwitzen, Karottenscheiben und Pilze zugeben. Kurz anbraten, dann mit 1 TL Mehl bestäuben und mit Riesling ablöschen. Diesen etwas einkochen lassen, dann die Brühe angießen, alles 2-3 Minuten köcheln lassen. Kurz vor dem Servieren den geschnittenen Zwiebellauch zugeben, Sauerrahm untermischen und abschmecken. Die Sahne unterheben, abschmecken und gleich anrichten. Die Salzkartoffeln darum herum geben. Fischfilets mit der Hautseite nach oben darauf geben und das gebratene Gemüse darauf setzen.

Martin Gehrlein 21. März 2012



# Geflügel

## Balinesisches Gewürz-Hähnchen

### Für 2 Personen

80 g Duftreis	Salz	400 g Hähnchenbrustfilet
2 EL Speiseöl	2 Tomaten	3 Chilischoten, mittelscharf
2 Schalotten	2 Knoblauchzehen	6 ungesalzene Erdnusskerne
1 TL Shrimp-Paste	25 g frischer Ingwer	2 Kafirlimettenblätter
2 EL süße Sojasauce	Pfeffer	Thaibasilikum

Reis in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen, abtropfen und in einen Topf geben. Wasser zugeben, bis der Reis ca. 5 cm hoch mit Wasser bedeckt ist. Das Wasser aufkochen, leicht salzen, dann bei kleiner Hitze zugedeckt ca. 20 Minuten ziehen lassen. Das Fleisch in Stücke schneiden, salzen und kurz in einer Pfanne mit 1 EL Öl anbraten, das Fleisch soll nicht ganz durch sein. Fleisch aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen. Die Tomaten am Stielansatz einritzen, in kochendem Wasser blanchieren, die Haut abziehen, vierteln, die Kerne austreichen und dann das Fruchtfleisch fein würfeln. Für die Currypaste die Chilis halbieren, die Kerne austreichen und dann das Fruchtfleisch fein hacken. Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden. Die Nüsse hacken. Chili, Schalotten, Knoblauch und Nüsse mit der Shrimp-Paste in einen Mörser geben und fein zerstoßen. Ingwer schälen und fein schneiden. Kafirlimettenblätter sehr fein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Öl die Chilipaste im Wok anbraten, bis es leicht duftet, dann Galgant, Limettenblätter und Tomaten zugeben. Mit der süßen Sojasauce auffüllen und aufkochen, die wieder Fleischstücke zugeben und nochmals ca. 5 Minuten mitbraten. Abschmecken und anrichten. Mit dem gekochten Reis servieren. Nach Belieben mit Thaibasilikum garnieren.

Otto Koch 20. April 2012

## Gefüllte Hähnchen-Keulen mit Joghurt-Pesto

### Für 2 Personen

400 g Frühkartoffeln	Salz	1 EL Kümmel
2 Hähnchenkeulen	100 g Kalbsbrät	Pfeffer
1 Bund Basilikum	3 Knoblauchzehen	15 g Parmesan
3 EL Olivenöl	15 g Pinienkerne	150 g Joghurt
2 EL Butterschmalz	2 EL Butter	

Die Kartoffeln gut waschen und abbürsten. Kartoffeln mit der Schale in Salzwasser mit etwas Kümmel weich kochen. Von den Hähnchenkeulen das Fleisch des Unterschenkelknochens etwas zurück schieben, so dass sie wie Kotelettknochen aussehen. Von den Hähnchenkeulen die Oberschenkel auslösen und anstatt des Knochens das Brät einfüllen. Die Hähnchenkeulen mit Salz und Pfeffer würzen und fest in eine hitzebeständige Frischhaltefolie einrollen (darum evtl. noch Alufolie wickeln). Die Keulen in einen Topf mit wenig Wasser legen. Mit einem Teller beschweren und 10 Minuten köcheln lassen. Basilikum abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Knoblauchzehen schälen. Parmesan reiben. Für das Pesto Olivenöl, Knoblauchzehen, Parmesan, Pinienkerne und Basilikumblätter im Mixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem Joghurt vermischen. Hähnchenkeulen aus den Folien packen und in einer Pfanne mit heißem Butterschmalz von beiden Seiten anbraten und Farbe nehmen lassen. Kartoffeln in einer Pfanne mit Butter schwenken. Die gebratenen Hähnchenkeulen mit den geschwenkten Kartoffeln anrichten. Joghurt-Pesto dazu servieren.

Otto Koch 18. Mai 2012

## Geschmorter Chicorée mit Mais-Poularde

### Für 4 Personen

4 Chicorée	3 EL Portwein	Salz, Pfeffer
1 Zitrone	200 ml Geflügelbrühe	35 g Karotte
35 g Sellerie	35 g Zucchini	5 EL Butter
2 EL Puderzucker	2 Zweige Thymian	4 Maispouardenbrüste
1 Zweig Rosmarin		

Den Backofen auf 220 Grad vorheizen. Den Chicorée der Länge nach halbieren und mit Portwein beträufeln. Salzen und Pfeffern und jeweils 4 Chicoréehälften in zwei kochfeste Gefrier- oder-Vakuumbbeutel geben. Von der Zitrone den Saft auspressen. Geflügelbrühe und Zitronensaft dazugießen, gut verschließen und in kochendem Wasser 6-8 Minuten garen. Dann die Beutel zum Abschrecken in Eiswasser legen. Karotte und Sellerie schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Zucchini ebenfalls sehr fein würfeln. Dann den Chicorée auspacken und die Flüssigkeit aufbewahren. Vom Chicorée den Strunk entfernen. 3 EL Butter mit Puderzucker in einem Schmortopf oder einer backofengeeigneten Pfanne goldgelb karamellisieren lassen. Einen Thymianzweig und Gemüsewürfel dazugeben und kurz anschwitzen. Die Chicoréehälften darauflegen und mit der Marinierflüssigkeit begießen. Dann den Chicorée zugedeckt im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten schmoren. Von den Pouardenbrüsten die Knochen sauber putzen, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 2 EL Butter zuerst auf der Hautseite 2-3 Minuten anbraten, dann wenden, einen Zweig Rosmarin und Thymian zugeben und fertig braten (ca. 10 Minuten) (oder bei 160 Grad ca. 8 Minuten im Ofen fertig garen). Zum Anrichten je zwei geschmorte Chicoréehälften auf einen Teller geben. Darauf eine Pouardenbrust legen. Den Schmorfond vom Chicorée mit den Gemüsewürfel angießen.

Karlheinz Hauser 16. Januar 2012

## Glasierte Perlhuhn-Brust mit Morchel-Soße

### Für 4 Personen

4 Perlhuhnbrustfilets	Salz, Pfeffer	2 EL Olivenöl
3 EL Butter	1 Zweig Rosmarin	150 g Morcheln
2 Schalotten	Muskat	60 ml Sherry
200 ml Geflügelbrühe	250 ml Sahne	1 Stange junger Lauch
1 EL Crème double	1 Prise Zucker	

Den Backofen auf 75 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Die Perlhuhnbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit etwas Olivenöl von beiden Seiten anbraten und leicht Farbe nehmen lassen. 1 TL Butter und den Rosmarinzweig beifügen, dann die Brüste auf ein Backblech legen und mit der Rosmarinbutter übergießen. Im vorgeheizten Backofen eine halbe Stunde ziehen lassen. Für die Sauce die Morcheln gut putzen. Schalotten schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. 4 schöne Morcheln beiseite legen. Die restlichen Morcheln zu den Schalotten geben und anschwitzen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und mit 50 ml Sherry ablöschen. Den Sherry nahezu vollständig einkochen lassen, dann mit Geflügelbrühe und Sahne auffüllen. Die Sauce ca. 15 Minuten kochen und dabei leicht reduzieren lassen. Den Lauch längs halbieren, waschen und in 8 cm lange Stücke schneiden. Die einzelnen Blätter ablösen, 1 cm dicke Streifen schneiden und im Salzwasser kurz kochen, herausnehmen, abschrecken und abtropfen lassen. Die Sauce in einem Mixer pürieren und durch ein feines Sieb passieren und eventuell abschmecken. 200 ml der Sauce abfüllen und in einem separaten Topf dicklich einkochen, dann die fertige Morchelglasur beiseite stellen. Unter die restliche Sauce Crème double geben und aufschäumen. Die Morchelglasur erhitzen, den Lauch ebenfalls in einer Pfanne mit 1 TL Butter erhitzen und mit Salz, Pfeffer, Muskat und 1 Prise Zucker abschmecken. Die Perlhuhnbrüste in die eingekochte Morchelglasur geben und mit dieser immer wieder überziehen. Den Topf bis zum Anrichten in den Backofen stellen. Die beiseite gestellte Morcheln längs halbieren und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit einem Spritzer Sherry ablöschen. Perlhuhnbrüste mit Lauch und den Morcheln anrichten, die Sauce angießen und servieren.

Frank Buchholz 05. März 2012

## Hähnchen-Brust in Zitronen-Marinade und Zucchini-Gemüse

### Für 2 Personen

2 Hähnchenbrustfilets	Salz, Pfeffer	130 ml Olivenöl
2 Bio-Zitronen	1/2 Bund Thymian	100 ml Geflügelbrühe
2 Fleischtomaten	3 mittelgroße Zucchini	1 Zwiebel
Zucker	1/2 Bund Schnittlauch	

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen (Umluft 85 Grad). Die Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl von beiden Seiten anbraten. In eine backofengeeignete Form geben und im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten fertig garen. In der Zwischenzeit die Zitronen heiß abwaschen und trocknen. Dann etwas Schale abreiben und den Saft ausdrücken. Thymian abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. 100 ml Olivenöl mit Zitronensaft und Zitronenschale vermischen. Thymianblättchen dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Diese Marinade auf 2 Schüsseln verteilen, eine Schüssel zur Seite stellen. Die andere mit 100 ml Geflügelbrühe vermischen. Die gegarten Hühnerbrüste aus dem Ofen nehmen und mit der Geflügelbrühe-Zitronen-Marinade begießen. Die Tomaten am Strunkansatz einritzen, kurz in heißem Wasser blanchieren, abschrecken und die Haut abziehen. Tomaten vierteln, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Zucchini waschen. Aus einer Zucchini 12 dünne Scheiben abschneiden. Restliche Zucchini fein würfeln. Zwiebel schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anschwitzen. Zuchiniwürfel zugeben, mit Salz und Zucker würzen und braten. Die Hälfte der Tomatenwürfel zugeben und kurz mitanbraten. Die beiseite gestellte Zitronen-Marinade mit einigen Tomatenwürfeln und den Zuchinischeiben mischen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln, fein schneiden und mit restlichen Tomatenwürfeln mischen, mit Salz und Zucker abschmecken. Hähnchenbrustfilets in Tranchen aufschneiden und mit gebratenem Gemüse, marinierten Zuchinischeiben und Tomatenwürfeln anrichten. Dazu passt Baguette.

Jacqueline Amirfallah 06. Juni 2012

## Hühner-Frikassee mit Frühling-Gemüse

### Für 4 Personen

1 Freilandhähnchen	1 Zwiebel	Salz
1 TL Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt	200 g kleine Champignons
300 g grüner Spargel	100 g Zuckerschoten	2 Karotten
1 Zitrone	1 Schalotte	2 EL Butter
1 EL Mehl	50 ml Sahne	1/2 Bund glatte Petersilie
1/2 Bund Estragon	1 Eigelb	Pfeffer

Das Hähnchen abspülen. Zwiebel schälen und in Achtel schneiden. Das Hähnchen in einen Topf geben und mit Wasser bedecken. Salz, Pfefferkörner, Lorbeerblatt und Zwiebel zugeben. Alles zum Kochen bringen und das Hähnchen gar kochen (ca. 1 Stunde), anschließend den Topf vom Herd nehmen und das Hähnchen in der Brühe auskühlen lassen. Dann heraus nehmen und die Brühe durch ein Sieb passieren. Das Fleisch von den Knochen ablösen und in mundgerechte Würfel schneiden. Champignons putzen und in Viertel schneiden. Spargel am unteren Drittel schälen, die harten Enden abschneiden, die Stangen in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. Zuckerschoten in Rauten schneiden. Karotten schälen, zuerst in Streifen, dann in Rauten schneiden. Alle vorbereiteten Gemüse und die Pilze in einem Topf mit Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Von der Zitrone den Saft auspressen. Schalotte schälen und fein hacken. Die Schalotte in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, Mehl zugeben, verrühren, mit Sahne ablöschen und mit einem Schneebesen gut verrühren. Mit 1/2 l passierter Geflügelbrühe aufgießen und 10 Minuten köcheln lassen. Petersilie und Estragon abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Den Saucetopf vom Herd ziehen, 1 EL kalte Butter und das Eigelb unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Die Gemüsestücke, das Hühnerfleisch und die gehackten Kräuter zugeben und nochmals erwärmen, nicht mehr kochen lassen. Das Hühnerfrikassee anrichten, dazu passt sehr gut Reis.

Vincent Klink 24. Mai 2012

## Paprika-Hähnchen mit Ofen-Gemüse

### Für 2-3 Personen

2 Kartoffeln, fest	2 Möhren	1-2 Pastinaken
Salz, Pfeffer	3 Zweige Thymian	5 EL Olivenöl
1 Freilandhähnchen	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
$\frac{1}{2}$ Chilischote	1 EL mildes Paprikapulver	

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 170 Grad) vorheizen. Kartoffeln, Möhren und Pastinaken schälen. Kartoffeln vierteln, Möhren und Pastinaken halbieren, dann ebenfalls Vierteln. Das Gemüse in eine Auflaufform geben, mit Salz und Pfeffer würzen, Thymianzweige dazwischen legen, 3 EL Olivenöl darüber gießen und im vorgeheizten Ofen das Gemüse ca. 40 Minuten garen. Vom Hähnchen Brust und Keulen abtrennen. Die Keulen am Kniegelenk durchtrennen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Chilischote halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein hacken. 2 EL Olivenöl in einem Topf oder einer Pfanne mit hohem Rand erhitzen, Zwiebeln zugeben und anschwitzen, Keulenteile mit in die Pfanne geben, unter ständigem Wenden anbraten. Dann Knoblauch und die Hähnchenbrüste zugeben, von beiden Seiten anbraten, Chili zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt ca. 20 Minuten braten. Kurz vor dem Anrichten das Fleisch mit Paprikapulver bestreuen. Paprikahähnchen mit dem Ofengemüse anrichten und servieren.

Vincent Klink 15. März 2012

## Pochierte Hähnchen-Brust mit gelben Linsen

### Für 2 Personen

1 TL Fenchelsamen	2 Zitronen	400 ml Hühnerbrühe
Salz, Pfeffer	1 Lorbeerblatt	3 Zweige Thymian
2 Hähnchenbrustfilets à 150 g	2 EL Rosinen	1 rote Zwiebel
1 Möhre	1 EL Olivenöl	150 g gelbe Linsen
1 kleine Gurke	1 Knoblauchzehe	200 g Joghurt
1/2 Bund Koriander	1/2 Bund Schnittlauch	1 TL Speisestärke

Fenchelsamen mörsern, Zitronen entsaften. Ca. 150 ml der Hühnerbrühe mit dem Zitronensaft, Fenchelsamen, Salz, Pfeffer, einem Lorbeerblatt und einigen Zweigen Thymian in einem Topf erwärmen. Die Hähnchenbrüste und Rosinen in den Sud legen und bei einer Temperatur von ca. 64 Grad je nach Größe 15 – 20 Minuten garziehen lassen, auf keinen Fall kochen, sonst wird die Brust trocken. Die Zwiebel und Möhre schälen und würfeln. Olivenöl in einem Topf erhitzen und Zwiebel und Möhre anbraten, die restliche Brühe zugeben und kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Einmal aufkochen, dann die Linsen zugeben, nochmal aufkochen lassen umrühren und von der Hitze nehmen. Vorsicht gelbe Linsen verkochen sehr schnell! Gurke schälen und raspeln, Knoblauch schälen und sehr fein schneiden. Den Joghurt mit der Gurke und dem Knoblauch mischen und mit Salz, Pfeffer und einem Schuss Zitronensaft abschmecken. Koriander und Schnittlauch waschen, trocken schütteln und hacken. Linsen mit Koriandergrün und Schnittlauch abschmecken. Die Hühnerbrust aus dem Sud nehmen und warm stellen. Speisestärke mit 1 EL Wasser vermischen. Den Sud durch ein Sieb in einen Topf geben, aufkochen und mit etwas angerührter Stärke binden. Die Rosinen aus dem Sieb nehmen und wieder in die Sauce geben. Hähnchenbrüste schräg aufschneiden und mit den Linsen und er Sauce anrichten.

Jacqueline Amirfallah 11. Januar 2012

## Roulade vom Huhn mit Kräuter-Füllung

### Für 4 Personen

100 g junge Spinatblätter	1 Bund Basilikum	1 Bund glatte Petersilie
Schweinenetz (vom Metzger)	1 Hähnchen	1 Hähnchenbrust ohne Haut
200 ml Sahne	1 Eiweiß	Salz
500 ml Hühnerbrühe	1 EL kalte Butter	Pfeffer

Den Backofen auf 200 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 180 Grad) vorheizen. Spinatblätter und Kräuter abspülen und trocken schütteln. Das Schweinenetz in einer Schüssel mit reichlich kaltem Wasser gut wässern. Hähnchen vorsichtig vom Knochen lösen, sodass die Haut unversehrt bleibt. Die zusätzliche Hähnchenbrust würfeln und mit ca. 150 ml Sahne, Eiweiß und einer Prise Salz zu einer Farce pürieren. Das ausgelöste Hähnchen salzen, mit der Farce bestreichen. Mit den Spinatblättern und Kräutern belegen. Zu einer Rolle formen und in das Schweinenetz einwickeln. Mit Küchengarn fixieren und rundherum in einer backofengeeigneten Pfanne anbraten. Dann im vorgeheizten Ofen noch ca. 25 Minuten garen. Anschließend den Bratenansatz in der Pfanne mit der Hühnerbrühe ablöschen und einkochen lassen. Die restliche Sahne zugeben, die Sauce mit kalter Butter binden und abschmecken. Hähnchenrolle aufschneiden und mit der Sauce anrichten. Dazu passen dünne Bandnudeln oder Kartoffelpüree.

Jacqueline Amirfallah 11. April 2012

## Spargel-Crème-Suppe mit Mais-Poularden-Brust

### Für 2 Personen

1 Maispoulardenbrust	1/2 Bund Wildkräuter	300 g Spargel
2 EL Butter	80 ml Weißwein	500 ml Geflügelbrühe
100 g Sahne	100 g Crème-fraîche	Salz, Pfeffer
1 Orange, unbehandelt	1 Zitrone, unbehandelt	1 EL Olivenöl

Für das Fleisch den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Die Maispoulardenbrust auf ein Gitter legen und im vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten garen. Wildkräuter abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Spargel schälen und die harten unteren Enden abschneiden. Geschälten Spargel klein schneiden und in einem Topf mit 2 EL Butter anschwitzen, mit dem Weißwein ablöschen. Diesen fast einkochen lassen, dann mit Brühe auffüllen und bei geringer Hitze weichkochen. Wenn der Spargel weich gekocht ist, die Suppe pürieren und durch ein feines Sieb passieren. Sahne und Crème-fraîche unterrühren, aufkochen und mit Salz und Pfeffer würzen. Orange und Zitrone heiß abwaschen, gut abtrocknen und jeweils etwas Schale abreiben. Die Suppe mit abgeriebener Orangen- und Zitronenschale abschmecken. Maispoularde nach ca. 25 Minuten aus dem Ofen nehmen und in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Maispoularde in Scheiben schneiden, in zwei tiefe Teller legen und mit Wildkräutern ausgarnieren. Die Suppe mit einem Pürierstab aufschäumen, angießen und servieren.

Sören Anders 04. Mai 2012



## Zweierlei vom Hähnchen mit pikantem Erdbeeren-Salat

### Für 4 Personen

1 Freilandhähnchen	1 Zwiebel	Salz, Pfeffer
6 EL Olivenöl	80 ml Madeira	ca. 150 ml Geflügelbrühe
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	1 Knoblauchzehe
3 EL Zucker	3 Stangen langer Pfeffer	1 TL grüner Pfeffer
1 TL Schinus-Beeren	600 g Erdbeeren	1 Bund Basilikum
4 Scheiben Bauernbrot		

Vom Hähnchen die Brust und die Keulen auslösen. Die Zwiebel schälen und fein schneiden. Die beiden Hähnchenkeulen mit Salz und Pfeffer würzen und in einem Schmortopf mit 2 EL Olivenöl anbraten. Die Zwiebel zugeben und mit anschwitzen. Mit Madeira ablöschen und zugedeckt ca. 35 Minuten schmoren. Dabei immer mal wieder etwas Geflügelbrühe angießen. Den Backofen auf 170 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Die Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl, je 1 Zweig Rosmarin, Thymian und 1 angedrückten Knoblauchzehe von beiden Seiten anbraten. Dann in eine Auflaufform geben und im Backofen noch ca. 10 Minuten die Brüste fertig garen. 80 ml Wasser mit 3 EL Zucker, langem Pfeffer, grünen Pfeffer in einen Topf geben und aufkochen. Die Schinus-Beeren in ein grobes Sieb geben und mit einem Löffel leicht drückend durch das Sieb streichen, sodass sich die äußeren Schalen lösen. Den Rest aus dem Sieb mit in den Topf zum anderen Pfeffer geben. Den Pfeffer-Zuckersud 3 Minuten kochen, dann durch ein Sieb passieren und abkühlen lassen. Die Erdbeeren waschen, gut abtropfen lassen und die Stielansätze entfernen. Dann die Beeren vierteln. Basilikum abspülen, trocken schütteln und in feine Streifen schneiden. Die Brotscheiben in einer Pfanne mit ca. 2 EL Olivenöl von beiden Seiten rösten. Die Erdbeeren mit den gesiebten Schinus-Beeren und dem Pfefferzuckersud marinieren, dann Basilikumstreifen untermischen. Hähnchenkeulen und Hähnchenbrust tranchieren, anrichten, etwas Schmorfond angießen. Erdbeersalat und geröstetes Brot dazu servieren.

Martin Gehrlein 18. Juni 2012



**Hack**

# Hackfleisch-Pfannkuchen auf Senf-Soße

## Für 4 Personen

### Für die gefüllten Pfannkuchen:

1 kleine Zwiebel	60 g Karotte	60 g Sellerie
1 Knoblauchzehe	30 g gerauchter Bauchspeck	4 Tomaten
6 EL Olivenöl	250 g Hackfleisch	1 EL Tomatenmark
1 Prise Zucker	100 ml Rotwein	200 ml Tomatensaft
1 Lorbeerblatt	Salz, Pfeffer	2 Stängel glatte Petersilie
2 Stängel Oregano	3 EL Butter	140 g Mehl
3 Eier	200 ml Milch	60 g Kastenweißbrot

### Für die Sauce:

1 Schalotte	1 EL Butter	150 ml Weißwein
80 ml trockener Wermut	200 ml Geflügelfond	80 ml Sahne
1/2 Bund Schnittlauch	2 EL grober scharfer Senf	1 Spritzer Zitronensaft
Salz, Pfeffer		

Für die gefüllten Pfannkuchen:

Zwiebel, Karotte und Sellerie schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken. Speck in feine Würfel schneiden. Tomaten am Stielansatz einritzen, in kochendem Wasser kurz blanchieren, dann die Haut abziehen, vierteln und die Kerne austreichen, das Fruchtfleisch fein würfeln. In einem Topf mit 1 EL Olivenöl den Speck knusprig anbraten und wieder herausnehmen. Dann das Hackfleisch in den Topf mit 1 EL Olivenöl krümelig braun anbraten und herausnehmen. Anschließend in dem Topf mit 1 EL Olivenöl Zwiebel, Knoblauch, Karotte und Sellerie anschwitzen. Tomatenmark zugeben und kurz anbraten, mit 1 Prise Zucker würzen. Den Speck und das Hackfleisch wieder zugeben, mit Rotwein ablöschen und diesen fast vollständig einkochen lassen. Dann Tomatenwürfel, Tomatensaft und das Lorbeerblatt zugeben. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen und im offenen Topf ca. 1 Stunde köcheln lassen. Petersilie und Oregano abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Kräuter unter die Hackfleischmasse mischen, abschmecken und auskühlen lassen. 3 EL Butter in einem Topf schmelzen und bräunen. 120 g Mehl und 2 Eier mit einer Prise Salz verrühren, die Milch untermischen und zu einem glatten Teig verrühren, zuletzt die braune Butter untermischen. In einer Pfanne mit Olivenöl aus dem Teig nach und nach dünne Pfannkuchen ausbacken. Das Brot in feine Brösel reiben oder cuttern. Für die Sauce:

Die Schalotte schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Mit Weißwein und Wermut ablöschen und um mehr als die Hälfte einkochen lassen. Dann Geflügelfond zugeben, diesen etwas einkochen, Sahne zugeben und diese wiederum etwas einkochen lassen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Unter die Sauce den Senf mischen und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit einem Pürierstab aufmixen und zuletzt den Schnittlauch unterheben. Die etwas ausgekühlte Hackfleischmasse dünn auf den Pfannkuchen verstreichen und dann fest aufrollen. Die Pfannkuchenrouladen in restlichem Mehl wenden, durchs verquirlte Ei ziehen und in den Brotbröseln panieren. In einer Pfanne mit Sonnenblumenöl knusprig ausbacken. Die Pfannkuchen schräg aufschneiden, Sauce auf die Teller geben und die Pfannkuchen darauf setzen. Dazu passt sehr gut ein Blattsalat.

Jörg Sackmann 28. Februar 2012

# Hackfleisch-Strudel mit Kräuter-Joghurt

## Für 4 Personen

### Für den Strudelteig:

250 g Weizenmehl Type 550    25 ml Speiseöl    1 Ei  
2 g Salz    100 ml eiskaltes Wasser

### Für die Strudelfüllung:

2 Zwiebeln    1 Stange Lauch    50 g geräucherter Bauchspeck  
1 Bund glatte Petersilie    1 EL Butter    500 g gemischtes Hackfleisch  
3 Eier    1 EL Majoran, gerebelt    Salz, Pfeffer

### Für den Kräuterjoghurt:

1 Bund frische Kräuter    300 g Naturjoghurt    150 g Magerquark  
Salz, Pfeffer

Für den Strudelteig Mehl, Speiseöl, Ei, Salz und das eiskalte Wasser in die Rührschüssel geben und mit dem Knethacken der Küchenmaschine zu einem glatten Teig kneten. (Vorsicht der Teig darf nicht zu warm werden! ) Den glatten Teig mit Frischhaltefolie abgedeckt eine Nacht im Kühlschrank ruhen lassen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 2-3 vorheizen). Für die Strudelfüllung Zwiebeln schälen und fein schneiden. Lauch putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Speck fein würfeln. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Zwiebeln mit Speck und Lauch in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen. Dann in eine Schüssel umfüllen und kurz abkühlen lassen. Hackfleisch, 2 Eier, Majoran und Petersilie zugeben und gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Strudelteig ausrollen dann auf ein großes Küchentuch legen und vorsichtig aus der Mitte heraus möglichst dünn ausziehen. Die Ränder mit verquirltem Ei bestreichen und die Hackfleischmasse aufstreichen, dabei ringsherum 2 cm frei lassen. Den Teig mit Hilfe des Tuches einrollen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und dünn mit flüssiger Butter bestreichen. Im vorgeheizten Ofen ca. 45 Minuten goldbraun backen. Für den Kräuterjoghurt Die Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Joghurt mit Quark vermischen, die gehackten Kräuter darunter geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Strudel aufschneiden und anrichten. Den Kräuterjoghurt als Dip dazu reichen. Dazu passt Karotten- oder auch Grüner Salat.

Vincent Klink 22. März 2012

# Köfte

## Für 4 Personen

1 Bund glatte Petersilie	2 Zwiebeln	2 Knoblauchzehen
1 rote Chilischote	350 g Lammhackfleisch	350 g Rinderhackfleisch
2 Eier	70 g Bulgur	Salz, Pfeffer
Kreuzkümmel	1-2 Fladenbrote	

Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Den Knoblauch schälen und mit der Messerspitze fein reiben. Chili halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein hacken. Hackfleisch mit Zwiebeln, Knoblauch, Chili, Petersilie, Eiern und Bulgur in eine Schüssel geben. Mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel würzen und alles gut verkneten. Die Masse mit Frischhaltefolie abdecken und 1 Stunde im Kühlschrank ziehen lassen. (Dabei bindet Bulgur die Masse) Anschließend die Masse nochmals abschmecken. Dann kleine Frikadellen aus der Masse abdrehen und diese in einer beschichteten Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten braten. Die Köfte mit frischem Fladenbrot servieren. Dazu passt Tomatensalat.

Karlheinz Hauser 23. April 2012

## Kohlrabi-Variationen mit Rinder-Hack, Röstzwiebel-Tapioka

### Für 4 Personen

8 Kohlrabi mit Grün	5 EL Butter	Meerslaz
4 Schalotten	2 Knoblauchzehen	1 Brötchen
ca. 60 ml Milch	2 Zweige Majoran	250 g Rinderhackfleisch
1 Ei	1 EL grober Senf	Chilipulver
300 ml Gemüsebrühe	1 Prise milder Curry	80 g Couscous
50 g getrocknete Tomaten	40 g schwarze Oliven	100 g Schafskäse
2 Zweige Minze	2 Zweige Koriander	1 Zweig Thymian
1 EL Tapiokaperlen	100ml Rote Bete Saft	1 kleine Zwiebel
1 Zitrone	2 EL Rapsöl	

Kohlrabi waschen, schälen, die Blätter entfernen, jedoch die feinen grünen Blätter aufheben. Von den Kohlrabiknollen jeweils einen Deckel abschneiden und Kohlrabi vorsichtig mit einem Kugelausstecher aushöhlen. Das Innere der Kohlrabiknollen fein würfeln. In einer Pfanne mit 2 EL Butter gewürfelten Kohlrabi andünsten und mit etwas Salz würzen. Dann zur Seite stellen. In einem Topf mit kochendem Salzwasser ausgehöhlte Kohlrabi und Deckelstücke bissfest garen, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Den Backofen auf 140 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 120 Grad) vorheizen. Schalotten und Knoblauch schälen, sehr fein würfeln und in einer Pfanne mit 1ELButter glasig anschwitzen. Das Brötchen würfeln, die Milch erhitzen und über die Brötchenwürfel gießen. Majoran abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Hälfte der Schaloten mit dem Hackfleisch, eingeweichtem Brötchen, Ei, Senf und Majoran gut vermischen und mit Salz und Chilipulver abschmecken. Zum Schluss die Hälfte der gegarten Kohlrabiwürfel zugeben und die Masse nochmals abschmecken. Dann 4 ausgehöhlte Kohlrabi mit der Masse füllen. Gemüsebrühe mit dem Curry aufkochen, dann 200 ml Brühe über den Couscous gießen und 8 Minuten quellen lassen. Die getrockneten Tomaten, Oliven und den Schafskäse fein würfeln. Alles mit den restlichen gegarten Kohlrabiwürfeln mischen, restliche Schalotten und gequellten Couscous untermengen. Minze und Koriander abspülen, trocken schütteln, die Blättchen in feine Streifen schneiden und unter die Masse mischen und abschmecken. Die Masse in die restlichen ausgehöhlten Kohlrabi füllen. Auf jeden Kohlrabi einen Deckel geben und in eine Auflaufform setzen. Restliche Gemüsebrühe angießen, 1 EL Butter und 1 Thymianzweig zugeben und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten garen. Die Tapiokaperlen 15 Minuten in kaltem Wasser einweichen, dann abtropfen lassen. Den Rote Bete Saft in einen Topf geben und zur Hälfte einkochen. Tapiokaperlen zum Rote Bete Saft geben. Zwiebel schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Butter braun rösten, dann unter den Saft mischen. Zitrone heiß abspülen, antrocknen, etwas Schale abreiben und Saft auspressen. Die Rote Bete Sauce mit etwas Zitronenschale, einem Spritzer Zitronensaft, Salz und Chilipulver abschmecken. Zuletzt Rapsöl einrühren. Gefüllte Kohlrabi auf den vorgewärmten Tellern anrichten und mit den Kohlrabiblättern verzieren Die Sauce angießen.

Michael Kempf 08. Juni 2012

## Maultaschen mit geschmälzten roten Zwiebeln

### Für 4 Personen

1 Ei	7 Eigelb	100 g Hartweizenmehl
200 g Mehl	2 TL Speiseöl	Salz
3 EL Wasser	150 g Blattpetersilie	150 g Blattspinat
3 Schalotten	3 EL Butter	100 g gekochter Schinken
100 g Hackfleisch	1 Eiweiß	250 ml Sahne
Pfeffer	200 g rote Zwiebeln	2 EL Olivenöl
20 ml Rotweinessig	80 ml roter Portwein	1 TL Johannisbeergelee
100 ml kräftiger Rotwein	400 ml Geflügelfond	1 Zweig Thymian
1 Knoblauchzehe	10 g kalte Butterwürfel	125 ml Weißwein
1 Prise Muskat	1 Spritzer Zitronensaft	300 g Champignons

Für den Nudelteig Ei, 6 Eigelbe, beide Mehle, Öl, eine Prise Salz und Wasser in eine Schüssel geben und ca. 10 Minuten zu einem glatten Teig kneten. Ist der Teig zu hart, noch etwas Wasser oder Öl zugeben. Den Teig in Frischhaltefolie verpackt etwa 30 Minuten ruhen lassen. Für die Füllung Petersilie und Spinat waschen, abtrocknen und in feine Streifen schneiden. Diese in Salzwasser blanchieren, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Zwei Schalotten schälen und fein hacken. In einer Pfanne 1 EL Butter erhitzen und die Schalotten darin andünsten. Anschließend auskühlen lassen. Schinken in feine Würfelchen schneiden. Hackfleisch mit Eiweiß und 100 ml Sahne, Schalotten, Petersilie und Spinat in einen Zerkleinerer geben und zu einer Farce verarbeiten. Die Farce mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Schinkenwürfel unterheben. Den Nudelteig auf einer bemehlten Fläche gleichmäßig dünn ausrollen. Die Farce aufstreichen, die Ränder mit verquirltem Eigelb bestreichen, den Teig übereinander schlagen und Maultaschen abtrennen. Diese in kochendem Salzwasser 5-7 Minuten ziehen lassen. Die roten Zwiebeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, Zwiebeln darin andünsten. Zuerst mit Essig dann mit Portwein ablöschen und fast vollständig einkochen lassen. Dann das Johannisbeergelee zugeben, mit Rotwein und 200 ml Geflügelfond auffüllen, Thymian und Knoblauchzehe zugeben und bei geringer Hitze langsam einkochen, bis die Flüssigkeit von den Zwiebeln aufgenommen wurde und diese gar sind. Zum Schluss die kalte Butter einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für die Sauce die übrige Schalotte schälen und fein hacken. In einem Topf 1 EL Butter erhitzen, Schalotte darin anschwitzen, mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen. 200 ml Geflügelfond und 150 ml Sahne zugeben und auf 1/3 einkochen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft abschmecken. Vor dem Servieren die Sauce mit dem Mixstab aufschäumen. Champignons in feine Streifen schneiden, in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, mit Salz und Zitronensaft würzen und der Sauce zufügen. Sauce in die Teller geben, Maultaschen und die geschmälzten Zwiebeln darauf anrichten.

Jörg Sackmann 03. April 2012



# Rosenkohl mit Rinder-Hack und Schwarzkümmel gefüllt

## Für 2 Personen

ca. 500 g Rosenkohl	1 EL Schwarzkümmel	2 Zwiebeln
4 EL Butter	1 Brötchen vom Vortag	60 g Salami
250 g Rinderhack	1 Eigelb	Salz, Pfeffer
500 g Kartoffeln, fest	1 EL Butterschmalz	

Rosenkohl waschen, den harten Strunkansatz abschneiden und die Blättchen einzeln lösen. Einige Stücke hitzebeständige Frischhaltefolie vorbereiten und darauf jeweils die Rosenkohlblättchen kreisförmig dicht an dicht auslegen, zu einem Kreis von ca. 6-8 cm Durchmesser. Schwarzkümmel im Mörser fein zerstoßen. Die Zwiebeln fein würfeln und eine Zwiebel in einer Pfanne mit 1 EL Butter anbraten und den Kümmel zugeben. Das Brötchen in Wasser einweichen. Die Salami in feine Würfel schneiden. Rinderhack in eine Schüssel geben. Das Brötchen ausdrücken, in Stücke zerzupfen und zum Rinderhack geben. Ebenfalls die angeschwitzte Zwiebel, das Eigelb und die gewürfelte Salami. Alles mit dem Rinderhack mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Je einen Löffel Hackmasse auf die vorbereiteten Rosenkohlblätter geben und die Frischhaltefolie oben zusammendrehen, so dass eine Kugel entsteht. Die Kartoffeln schälen, in 1 cm große Würfel schneiden und in Salzwasser gar kochen. Die Rosenkohlkugeln in einem Topf mit kochendem Wasser ca. 8 Minuten garen. Die gekochten Kartoffeln abschütten und etwas abtropfen lassen. In einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz die restliche Zwiebel anschwitzen, die Kartoffelwürfel zugeben und goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. 3 EL Butter in einem Topf langsam schmelzen und bräunen. Die Rosenkohlkugeln vorsichtig aus der Folie packen und auf Tellern anrichten. Mit der gebräunten Butter bestreichen, die gebratenen Kartoffeln zugeben und servieren.

Jacqueline Amirfallah 25. Januar 2012

# Weißwein-Sauerkraut, Speck-Frikadellen, Kartoffel-Püree

## Für 2 Personen

### Für das Weinsauerkraut:

2 Schalotten	2 EL Butter	1 Knoblauchzehe
1/4 l Riesling	200 g Sauerkraut	1 TL Bio-Gemüsebrühe instant
1 Lorbeerblatt	1 TL zerdr. Wacholderbeeren	Salz, Pfeffer

### Für die Speckfrikadellen:

1/8 l Milch	1 Brötchen	50 g ger. Bauchspeck
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 EL Olivenöl
1/2 Bund Petersilie	2 Zweige Majoran	250 g Hackfleisch
1 TL scharfer Senf	1 Ei	Salz, Pfeffer
1 EL Butterschmalz		

### Für das Kartoffelpüree:

500 g Kartoffeln, mehlig	Salz	200 ml Milch
20 g Butter	1 Prise Muskat	Pfeffer

Für das Weinsauerkraut:

Die Schalotten schälen und fein hacken, mit etwas Butter in einer Pfanne bei mäßiger Hitze glasig dünsten. Den Knoblauch schälen, fein hacken und mit dünsten. Den Riesling, das Sauerkraut, Gemüsebrühepulver, Lorbeerblatt und Wacholderbeeren zugeben. Mit einer Gabel vermengen, pfeffern und salzen. 15 bis 20 Minuten kochen bei geschlossenem Deckel. Das Kraut sollte noch etwas Biss haben. Die Flüssigkeit sollte restlos eingekocht werden, dazu evtl. den Deckel abnehmen und bei großem Feuer reduzieren. Die restliche Butter untermischen und anrichten. Für die Speckfrikadellen Die Milch erhitzen. Das Brötchen in Scheiben schneiden und mit heißer Milch übergießen. Speck fein würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln, mit dem Speck in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen, dann in eine Schüssel umfüllen. Petersilie und Majoran abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Hackfleisch, Senf, Ei, Kräuter und das eingeweichte Brötchen zur Zwiebelmischung geben. Alles gut miteinander vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Hackfleischmasse Fleischküchle formen und in Butterschmalz braten.

Für das Kartoffelpüree:

Kartoffeln schälen, der Länge nach halbieren und in Salzwasser weich kochen. Abschütten und auf dem Herd bei kleiner Flamme ausdampfen lassen. Die Kartoffeln immer wieder schütteln, evtl. vom Boden loskratzen. Die Kartoffeln durch die Kartoffelpresse in einen heiß vorgewärmten Topf drücken. Milch aufkochen und unter die Kartoffeln rühren. Anschließend den Brei durch ein feines Sieb streichen, mit Folie abdecken und warm stellen. Butter in einen kleinen Topf geben, bräunen, dann unter das Püree mischen, Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Vincent Klink 02. Februar 2012

## Wildschwein-Frikadellen auf Rotkraut-Salat

### Für 2 Personen

300 g Rotkraut	1 Schalotte	Salz, Pfeffer
2 EL Rotweinessig	4 EL Olivenöl	60 ml Milch
1 Brötchen vom Vortag	4 Stängel glatte Petersilie	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 TL Butter	250 g Wild-Hackfleisch
1 TL scharfer Senf	1-2 EL Butterschmalz	200 ml brauner Kalbsfond

Vom Rotkraut den harten Strunk entfernen, evtl. unschöne Blätter entfernen. Das Kraut in sehr feine Streifen schneiden oder hobeln. Schalotte schälen, fein würfeln und mit dem Rotkraut in eine Schüssel geben. Mit Salz und Pfeffer würzen, Essig und Olivenöl zugeben und alles gut vermischen bzw. verkneten und durchziehen lassen. Den Salat vor dem Servieren nochmals abschmecken. Die Milch erwärmen. Das Brötchen in der warmen Milch einweichen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 1 TL Butter anschwitzen. Hackfleisch in eine Schüssel geben. Das eingeweichte Brötchen ausdrücken, etwas zerpfücken und zum Hackfleisch geben. Ebenfalls Zwiebel, Knoblauch und Petersilie zugeben, mit Salz, Pfeffer und Senf würzen und alles gut vermischen. Aus der Masse kleine Frikadellen formen und diese in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten braten, bis die Masse gut durchgebraten ist. Die Frikadellen aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Den Bratensatz in der Pfanne mit Fond aufgießen und etwas einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Frikadellen anrichten, die Sauce angießen und den Rotkrautsalat dazu reichen.

Otto Koch 13. Januar 2012



# Innereien

# Leber-Knödel mit Zwiebel-Schmelze und Feld-Salat

## Für 4 Personen

150 g Feldsalat	2 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
3 EL Butter	2 Zweige Majoran	1/2 Bund glatte Petersilie
3 Brötchen	150 g Leber	Salz, Pfeffer
2 frische Eier	1 hart gekochtes Ei	2 EL Zitronensaft
3 EL Sonnenblumenöl	1 Prise Zucker	

Den Feldsalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Für die Leberknödel eine Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Zwiebel anschwitzen und Knoblauch zugeben. Die Pfanne vom Herd ziehen. Majoran und Petersilie abspülen, trocken schütteln, fein hacken und untermischen. Die Brötchen in feine dünne Scheiben schneiden. Die Leber durch den Fleischwolf drehen, zu den Brötchen geben, mit Pfeffer und Salz würzen. Die Eier und die angeschwitzten Zwiebeln mit den Kräutern zugeben und alles locker vermengen. Die Masse sollte nicht ganz homogen sein. Die Schüssel gut abdecken und eine halbe Stunde ziehen lassen. Dann aus der Masse Knödel formen und diese in der siedendem Salzwasser ca. 10 Minuten garen. Die übrige Zwiebel schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Butter goldbraun anschwitzen, mit etwas Salz würzen. Für die Salatsauce das gekochte Ei aufschneiden. Das Eigelb herauslösen und zerdrücken. Zitronensaft, Öl, 1 Prise Zucker, etwas Salz und Pfeffer zugeben und gut vermischen. Das Eiweiß fein hacken und untermischen. Den Salat mit dem Dressing anmachen. Die gegarten Knödel aus dem Topf herausnehmen, abtropfen lassen und anrichten. Die geschmälzten Zwiebeln obenauf geben und den Feldsalat dazu reichen.

Vincent Klink 23. Februar 2012

## Pot au feu von Wirsing und Roter Bete mit Kalb-Zunge

### Für 4 Personen

1 Zwiebel	2 Gewürznelken	1 Lorbeerblatt
1 Kalbszunge	1/2 TL Pfefferkörner	Salz
2 Knollen Rote Bete	1 Schalotte	500 g Wirsing
6 Kartoffeln, fest	1 EL Butterschmalz	1,5 l Gemüsebrühe
1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund Petersilie	2 Stiele Majoran
Pfeffer, Muskat		

Die Zwiebel schälen und mit Nelken und einem Lorbeerblatt spicken. Die Zunge in einen Topf mit so viel Wasser geben, dass sie gerade bedeckt ist, einmal aufkochen, die gespickte Zwiebel, Pfefferkörner und etwas Salz dazugeben und köcheln lassen. Die Zunge ca. 1-1,5 kg weich kochen. Für den Gartest eine Fleischgabel an der dicksten Stelle tief einstecken, wenn sich diese ganz leicht herausziehen lässt, ist die Zunge gar. Die Zunge in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben, die dicke Haut abziehen und lauwarm abkühlen lassen. Rote Bete mit Schale in einem Topf mit Wasser weich kochen. Anschließend schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Die Schalotte schälen und fein würfeln. Wirsing putzen, waschen und in 2 cm große Stücke schneiden. Kartoffeln schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. In einem Topf mit Butterschmalz die Schalotte anschwitzen, Gemüsebrühe angießen, Kartoffeln und Wirsing zugeben und ca. 20 Minuten weich kochen. In der Zwischenzeit die Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die gekochte Zunge in Würfel schneiden. Gehackte Kräuter und Zunge in den Eintopf geben und diesen mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Zuletzt Rote Bete Würfel untermischen und den Eintopf servieren..

Vincent Klink 09. Februar 2012

# Semmel-Knödel-Salat mit Kalb-Leber und Apfel-Schalotten

## Für 2 Personen

3 Schalotten	2 Äpfel, z.B. Jonagold	1-2 EL Butter
1 EL Himbeeressig	Salz, Pfeffer	1 Prise Zucker
4 Semmelknödel	3 EL Butterschmalz	1/2 Bund Schnittlauch
20 ml Apfelessig	30 ml Olivenöl	4 Scheiben Kalbsleber à 70 g
1 TL Mehl		

## Für die Semmelknödel:

150 g Weißbrot	ca. 50 ml Milch	1 Schalotte
3 Stiele glatte Petersilie	1 TL Butter	1 Ei
Salz, Pfeffer, Muskat		

Für die Apfelschalotten Schalotten schälen, halbieren und der Länge nach in dünne Streifen schneiden. Die Äpfel schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und die Viertel in 1 cm starke Spalten schneiden. In einer Pfanne mit Butter Schalotten anschwitzen, mit Himbeeressig ablöschen und kurz köcheln lassen. Die Apfelspalten zugeben und gut durchschwenken. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Knödel in Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz von beiden Seiten anbraten, dann in eine flache Schüssel geben. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Essig und Olivenöl mischen, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Schnittlauch untermischen. Das Dressing über die Knödel gießen und locker unterheben. Leberscheiben mit Pfeffer würzen, leicht mehlieren und in einer heißen Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten jeweils 1 Minute rosa braten. Danach salzen. Semmelknödelsalat anrichten, die Leber daneben legen, mit den Apfelschalotten belegen und servieren.

Für die Semmelknödel:

Das Brot in dünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Die Milch aufkochen, über die Brötchen gießen, sofort die Schüssel mit einem Deckel abdecken und ein paar Minuten ziehen lassen. Schalotte schälen und fein schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Schalotte in einer Pfanne mit Butter anschwitzen, Petersilie zugeben, alles gut durchschwenken und zum eingeweichten Brot geben. Ei, Salz, Pfeffer und eine Prise Muskat zufügen und alles gut vermischen. Aus der Masse mit feuchten Händen Knödel formen und diese einem Topf mit siedendem Salzwasser ca. 15 Minuten garen.

Vincent Klink 29. März 2012



**Kalb**

## Cordon bleu mit Herzogin-Kartoffeln

### Für 2 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig	400 g Kastenweißbrot	2 doppelte Kalbsschnitzel à 180 g
Salz und Pfeffer	2 Scheiben gek. Hinterschinken	2 Scheiben Greyerzer-Käse
Mehl	1 Ei	100 g weiche Butter
3 Eigelb	1 Prise Muskat	4 EL Butterschmalz
60 g Preiselbeeren		

Die Kartoffeln schälen, in einem Topf mit Salzwasser weichkochen. Den Backofen auf 170 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Vom Kastenweißbrot die Rinde entfernen und das Brot zu Bröseln reiben. Die Schnitzel einschneiden, dünn plattieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit je einer Scheibe Schinken und Käse füllen und das Schnitzel fest zusammendrücken. Dann zuerst in Mehl wenden, durchs verquirlte Ei ziehen und in den Brotbröseln wenden. Die gekochten Kartoffeln abschütten und gut ausdampfen lassen. Die noch warmen, aber nicht mehr ganz heißen Kartoffeln durch eine Presse drücken. Butter und 2 Eigelb zugeben und gut untermischen. Die Masse mit Salz, Pfeffer und Muskat. Die warme Masse in einen Spritzbeutel mit einer Sterntülle geben. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech aus der Kartoffelmasse kleine Türmchen aufdressieren. Übriges Eigelb verquirlen und die Kartoffeltürmchen damit vorsichtig abpinseln. Im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten goldbraun ausbacken. Die panierten Fleischscheiben in einer Pfanne mit reichlich Butterschmalz bei mäßiger Hitze goldbraun braten (von jeder Seite ca. 3 Minuten) und auf Küchenkrepp abtropfen. Cordon bleu mit den Herzoginkartoffeln anrichten. Preiselbeeren in einem kleinen Schälchen extra dazu reichen.

Martin Gehrlein 10. Januar 2012

## Gefüllte Kalb-Schnitzel mit Mozzarella und Blumenkohl

### Für 2 Personen

1 kleiner Blumenkohl	Salz	1 EL Pinienkerne
2 getr. Öl-Tomatenhälften	80 g Mozzarella	2 Stiele Basilikum
Pfeffer	4 Kalbsschnitzel à 80 g	1 Schalotte
1 Karotte	1 Stange Staudensellerie	1 TL Mehl
1 EL Butterschmalz	1 TL Tomatenmark	150 ml Kalbsfond
80 ml Rotwein	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
2 EL Butter	Muskat	

Für das Gemüse den Blumenkohl in putzen und Stücke, die mehrere Röschen enthalten abtrennen. Diese in einem Topf mit Salzwasser bissfest kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, anschließend hacken. Getrocknete Tomaten fein hacken, Mozzarella in kleine Würfel schneiden, Basilikum in Streifen schneiden und alles miteinander vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Schnitzel zwischen einem Gefrierbeutel sehr dünn plattieren. Die Mozzarella-Mischung auf die Fleischscheiben geben, zusammenklappen und die Fleischränder gut andrücken, evtl. mit einem Zahnstocher fixieren. Schalotte und Karotte schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Staudensellerie und ebenfalls sehr fein würfeln. Gefüllte Schnitzel mit Salz und Pfeffer würzen, mit Mehl bestäuben und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten braten. Aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Dann im Bratfett Schalotte und gewürfeltes Gemüse anschwitzen, Tomatenmark zugeben. Kalbsfond und Rotwein angießen, Thymian- und Rosmarinzweig zugeben und die Flüssigkeit um die Hälfte einkochen. Die Sauce abschmecken. Die Blumenkohlstücke in einer Pfanne mit 2 EL Butter schwenken und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Schnitzel mit der Sauce und dem Blumenkohl anrichten.

Vincent Klink 03. Mai 2012

## Kalb-Bäckchen mit Pfeffer-Kruste und Kräuter-Polenta

### Für 2 Personen

4 Schalotten	2 Stangen Staudensellerie	1 Stange Lauch
2 Tomaten	2 Knoblauchzehen	3 Zweige Thymian
3 Stängel frischer Koriander	3 Kalbsbäckchen, pariert	100 ml Olivenöl
Salz, Pfeffer	100 ml Rotwein	50 ml roter Portwein
400 ml Kalbsjus	1 TL rosa Pfeffer	1 TL Korianderkörner
1 TL grüne Pfefferkörner	1 Orange, unbehandelt	1 Zitrone, unbehandelt
50 g Pankomehl	3 Stängel Kerbel	2 Stängel glatte Petersilie
125 ml Milch	125 ml Sahne	1 Prise Muskat
60 g Polentagrieß	10 g Parmesan	

Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze (170 Grad Umluft) vorheizen. Schalotten schälen und in feine Streifen schneiden. Staudensellerie und das weiße vom Lauch putzen, waschen und in feine Streifen schneiden. Von den Tomaten den Strunk entfernen, dann würfeln. Knoblauch schälen und andrücken. Thymian und Koriander abspülen und trocken schütteln. Die Kalbsbäckchen in einem Topf mit 2 EL Olivenöl anschwitzen. Schalotten-, Sellerie- und Lauchstreifen zugeben und mit anschwitzen. Dann Tomaten, Knoblauch und Kräuter zugeben, mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Mit Portwein und Rotwein ablöschen, die Flüssigkeit etwas einkochen lassen und mit Kalbsjus auffüllen. Dann alles zugedeckt im Ofen ca. 1,5 -2 Stunden garen, bis die Bäckchen weich sind. Dabei immer mal wieder die Bäckchen mit etwas Flüssigkeit aus dem Topf übergießen. Die weich geschmorten Bäckchen aus der Sauce nehmen, diese durch ein feines Sieb passieren und die Sauce auf die gewünschten Konsistenz einkochen, dann abschmecken. Für die Pfefferkruste Schinus-Beeren, Korianderkörner, grüne Pfefferkörner in einen Mörser geben und fein zerreiben, dann die Gewürze in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten. Orange und Zitrone heiß abspülen, abtrocknen und etwas Schale abreiben. Geröstete Gewürze mit dem Abrieb der Orangen- und Zitronenschale, Pankomehl und ca. 80 ml Olivenöl vermischen. Alles in einer Pfanne goldbraun anrösten. Für die Polenta Kerbel und Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Milch und Sahne in einem Topf aufkochen und mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Dann den Grieß zugeben und unter ständigem Rühren ca. 5 Minuten quellen lassen, abschmecken und ganz zum Schluss den geriebenen Parmesan unterrühren. Vor dem Anrichten die Kalbsbäckchen in je 3 Tranchen schneiden. Kräuterpolenta in die Tellermitte geben. Kalbsbäckchen darauf platzieren, mit Sauce übergießen und auf jedes Bäckchen etwas knusprige Pfefferschmelze geben.

Jörg Sackmann 22. Mai 2012

## Kalb-Filet mit Pilzen und Kohlrabi-Nudeln

### Für 4 Personen

1/2 Bund glatte Petersilie	1 Bund Kerbel	4 Zweige Thymian
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Estragon	700 g Kalbsfilet
Salz, Pfeffer	2 EL Olivenöl	2 Kohlrabi
2 EL Butter	Zucker	60 ml Sahne
500 g gemischte Speisepilze	2 Schalotten	300 ml brauner Kalbsfond

Die Kräuter abspülen, trocken schütteln. 4 Kerbelzweige und 3 Thymianzweige zur Seite legen, die übrigen Kräuter fein schneiden. Das Kalbsfilet mit Salz und Pfeffer kräftig würzen und mit 1 EL Olivenöl einreiben. Dann in den geschnittenen Kräutern wenden, so dass es vollkommen mit Kräutern ummantelt ist. Das Fleisch in hitzestabile Frischhaltefolie fest einwickeln, danach in Alufolie stramm einrollen. Die Kalbsfiletrolle im Wasserbad (etwa 58 Grad) ca. 25 Minuten pochieren. (Im Kern sollte das Fleisch dann eine Temperatur von ca. 52 Grad haben) Das Fleisch aus dem Wasserbad nehmen und ca. 5 Minuten ruhen lassen. Kohlrabi schälen und mit Hilfe eines Spiralschneiders in lange Gemüsenudeln schneiden. Die Nudeln in einem Topf mit 2 EL Butter anschwitzen, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Sahne zugeben und diese einkochen lassen. Kerbel fein hacken und darüber streuen. Die Pilze putzen, klein schneiden. Schalotten schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Pilze zugeben und braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kalbsfond mit Thymian aufkochen. Das Fleisch auspacken und aufschneiden. Auf Tellern mittig die Kohlrabi Nudeln und Pilze anrichten darauf das Kalbsfilet geben und die Sauce angießen.

Karlheinz Hauser 16. April 2012

## Kalb-Ragout mit Möhren-Crème und Champignons

### Für 2 Personen

Für das Kalbsragout	1 kleine Zwiebel	1 Knoblauchzehe
400 g Kalbsschulter	Salz, Pfeffer	3 EL Olivenöl
1 EL Tomatenmark	100 ml Madeira	ca. 250 ml brauner Kalbsfond
150 ml Tomatensaft	150 g kleine Champignons	2 Zweige Thymian
abgeriebene Zitronenschale	4 Lauchzwiebeln	1 EL Butter
Für die Möhrencreme	130 ml Karottensaft	1 Msp. Anissamen
1 Lorbeerblatt	1 Sternanis	1 Msp. abgeriebene Orangenschale
Salz, Pfeffer	200 g Möhren	4 EL Olivenöl

Für das Kalbsragout::

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 170 Grad) vorheizen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Das Fleisch in ca. 6 cm große Würfel schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. 2 EL Olivenöl in einem Schmortopf erhitzen, Fleischwürfel darin hellbraun anbraten. Zwiebel und Knoblauch zugeben, kurz mitanschwitzen. Tomatenmark zugeben und mit Madeira ablöschen. Das Ragout im vorgeheizten Ofen ca. 50 Minuten schmoren, dabei immer wieder mit Kalbsfond übergießen. Nach ca. 50 Minuten den Tomatensaft zugeben und noch ca. 20 Minuten garen. Karottensaft aufkochen, Anissamen zerdrücken, mit Lorbeerblatt, Sternanis, Orangenschale, Salz und Pfeffer zum Saft geben. Topf vom Herd ziehen und den Sud 10 Minuten ziehen lassen, dann durch ein Sieb passieren.

Für die Möhrencreme:

Die Möhren schälen und klein schneiden. In einem Topf mit 2 EL Olivenöl Möhren weich dünsten. Anschließend den Sud zu den Möhren geben und fein pürieren, 2 EL Olivenöl untermischen und abschmecken. Die Champignons putzen und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl scharf anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Thymian waschen, trocken schütteln, die Blättchen abstreifen und zugeben. Mit etwas Zitronenschale, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Lauchzwiebeln waschen und in 3 cm lange Stücke schneiden. In einer Pfanne mit Butter anschwitzen und würzen. Möhrencreme in die Mitte des Tellers geben, das Ragout mit der Sauce darauf geben. Das Gericht mit Champignons und den jungen Lauchzwiebeln garnieren.

Jörg Sackmann 20. März 2012

## Kalb-Schnitzel mit Knusper-Panade und Möhren-Gemüse

### Für 2 Personen

500 g Möhren	2 Schalotten	1 EL Butter
Salz, Zucker	1/2 Bund Liebstöckel	60 g Panko-Mehl
4 Kalbsschnitzel à 80 g	Pfeffer	1 EL Mehl
1 Ei	2-3 EL Butterschmalz	

Die Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Schalotten schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, die Möhren zugeben, mit Salz und Zucker würzen und zugedeckt ca. 10 Minuten dünsten. (Evtl. 2-3 EL Wasser zugeben.) Liebstöckel abspülen, trocken schütteln, fein hacken und mit dem Panko-Mehl mischen. Die Kalbsschnitzel zwischen einem Gefrierbeutel dünn plattieren. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, in Mehl wenden, durch ein verquirltes Ei ziehen und in den Kräuterbröseln panieren. In einer Pfanne mit Butterschmalz bei mittlerer Hitze die Schnitzel von beiden Seiten braten. Die gedünsteten Möhren abschmecken und mit den Schnitzeln anrichten. Dazu passt Kartoffelpüree.

Jacqueline Amirfallah 07. März 2012

## Kalb-Tafelspitz, Sauce Choron, gebratene Kartoffeln

### Für 2 Personen

500 g Kalbstafelspitz	Salz, Pfeffer	1 EL Olivenöl
300 g kleine Kartoffeln	10 Pfefferkörner	2 Schalotten
100 ml Weißwein	5 Zweige Estragon	1 Tomate
500 g Kohlrabi	100 g Butter	1 TL Zucker
70 ml Gemüsebrühe	1/2 Bund glatte Petersilie	1 EL Butterschmalz
2 Eigelb	1 Prise Muskat	

Den Backofen auf 70 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, in einer heißen Pfanne mit Olivenöl von allen Seiten kurz anbraten, dann in den vorgeheizten Ofen geben und ca. 2 Stunden weiter garen. Im Kern sollte das Fleisch nachher rosa sein. Die Kartoffeln kochen und anschließend pellen. Für die Sauce Pfefferkörner grob zerstoßen. Schalotten schälen, fein schneiden und mit Weißwein, 4 Zweigen Estragon und Pfefferkörnern in einen Topf geben. Bei starker Hitze ca. um 3/4 einkochen lassen. Den eingekochten Weinfond durch ein feines Sieb passieren. Tomate mit heißem Wasser überbrühen, Schale abziehen, Tomate vierteln, entkernen und das Fruchtfleisch in feine Würfel schneiden. Kohlrabi waschen, schälen und in Streifen schneiden. In einem Topf 1 EL Butter erhitzen Kohlrabi zugeben, mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Mit 70 ml Gemüsebrühe ablöschen und bei geschlossenem Deckel ca. 10 Minuten dünsten. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. 80 g Butter in einem Topf zerlassen. Die Kartoffeln in Scheiben schneiden, in einer Pfanne mit Butterschmalz wie Bratkartoffeln braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Reduzierten Weinfond zusammen mit den Eigelben in einem Schlagkessel über einem heißen Wasserbad schaumig aufschlagen. Dann langsam die flüssige Butter unterrühren, Tomatenwürfel unterheben und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rest Estragon fein hacken und untermischen. Kohlrabigemüse mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und mit Petersilie bestreuen. Das Fleisch in Tranchen von ca. 1 cm Stärke aufschneiden, mit Kohlrabigemüse und den zu Türmchen aufgestapelten Kartoffeln und Sauce anrichten.

Otto Koch 15. Juni 2012

## Piccata milanese mit Steinchampignons

### Für 4 Personen

150 g Steinchampignons	3 EL Butter	1 Schalotte
Meersalz	Pfeffer	300 g Crème double
1 Zweig glatte Petersilie	12 kleine Kalbschnitzel à 30 g	50 g Parmesan
6 Eier	100 g Semmelbrösel	2 EL Mehl
3 EL Olivenöl	50 ml Kalbssauce	

Die Pilze putzen, achteln und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen. Die Schalotte schälen, fein würfeln, dazugeben und mit anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Crème double auffüllen und bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen. Dann durch ein Sieb passieren, die Sauce auffangen. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und in feine Streifen schneiden. Die abgetropften Pilze mit der Petersilie mischen und kalt stellen. Die Fleischscheiben mit einem Plattierisen dünn plattieren (das geht am besten, wenn man das Fleisch zwischen Frischhaltefolie oder Gefrierbeutel legt), mit Salz und Pfeffer würzen, mit der kalten Pilzmasse füllen und zu Taschen einschlagen. Parmesan reiben, Eier aufschlagen und mit Semmelbrösel und Parmesan zu einem glatten Teig verrühren. Die Fleischtaschen zuerst in etwas Mehl wenden, vorsichtig abklopfen und durch die Parmesan-Ei-Masse ziehen. In einer Pfanne mit Olivenöl und 2 EL Butter die gefüllten Schnitzel (Piccata) von beiden Seiten goldgelb anbraten. Die Champignonsauce sowie die Kalbssauce erhitzen und jeweils mit dem Pürierstab aufschlagen. Die Piccata auf einen vorgewärmten Teller anrichten und mit beiden Saucen nappieren. Dazu passen dünne Bandnudeln.

Frank Buchholz 26. März 2012



# Saltimbocca alla romana mit Gnocchi

## Für 2 Personen

### Für die Gnocchi:

500 g Kartoffeln, mehlig kochend	2 Eigelb	50 g Parmesan, frisch gerieben
3 EL Mehl	Pfeffer, Salz, Muskat	2 EL Olivenöl

### Für die Saltimbocca:

300 g Kalbsfilet	Salz, Pfeffer	4 Scheiben Parma-Schinken
1-2 Stängel Salbei	1 EL Olivenöl	50 ml Weißwein
1 TL kalte Butter		

### Für die Gnocchi:

Die Kartoffeln schälen, vierteln, in Salzwasser kochen, abschütten und wieder in den heißen Topf zurückgeben. Die Kartoffeln im Topf hin und her bewegen, so dass sie gut ausdampfen. Die Kartoffeln möglichst heiß durch eine Kartoffelpresse drücken und sofort die Eigelbe unter ständigem Rühren darunter geben. Anschließend den Parmesan und so wenig Mehl wie möglich dazugeben. (Die Menge hängt davon ab, wie gut die Kartoffeln ausgedampft sind). Der Teig sollte ziemlich fest sein. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen, in ca. 3 cm dicke Rollen drehen, diese in kurze Stücke schneiden und mit einer Gabel an einer Seite Rillen hinein drücken. Die Nocken in schwach kochendem Wasser gar kochen, heraus nehmen und abtropfen lassen. Kurz vor dem Servieren 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Gnocchi kurz darin schwenken.

### Für die Saltimbocca:

Das Fleisch in 4 dünne Schnitzel schneiden, leicht plattieren, mit Salz und Pfeffer würzen. Je zwei Fleischscheiben mit Parma-Schinken und 2-3 Salbeiblättern belegen. Die beiden übrigen Fleischscheiben jeweils darauf legen und die Fleischränder gut zusammendrücken, evtl. mit einem Zahnstocher fixieren. In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen und die gefüllten Schnitzel darin von beiden Seiten ca. 2 Minuten anbraten, aus der Pfanne nehmen und im Ofen (bei 80 Grad Ober-Unterhitze) warm stellen. Den Bratensatz in der Pfanne mit dem Weißwein lösen, kurz aufkochen und unter Rühren die Butter unterarbeiten, bis eine sämige Sauce entsteht. Die gefüllten Schnitzel auf Tellern anrichten, die Sauce angießen und mit den Gnocchi servieren.

Vincent Klink 16. Februar 2012

# Spargel in der Folie gegart mit gebratenem Kalb-Rücken

## Für 4 Personen

28 Stangen Spargel (à ca. 50 g)	160 g Butter	600 g Kalbsrücken
Meersalz, Pfeffer	2 EL Olivenöl	1 Knoblauchzehe
2 Zweige Rosmarin	4 Zweige Thymian	1/2 Bund glatte Petersilie
1/2 Bund Schnittlauch	250 ml Kalbsjus	

Den Backofen auf 200 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 180 Grad) vorheizen. Spargel schälen und die unteren holzigen Enden abschneiden. 150 g Butter in einem Topf schmelzen. Je 7 Stangen Spargel auf zwei übereinander gelegte große Bögen Alufolie legen. Mit der geschmolzenen Butter begießen. Nacheinander die beiden Folien darüber schließen und die Folienenden jeweils sorgfältig zusammenfalzen. Die Pakete nebeneinander auf einem Backblech auf die untere Schiene des vorgeheizten Backofens schieben und den Spargel ca. 35 Minuten garen. Den Kalbsrücken in Medaillons von ca. 150 g schneiden. Die Medaillons mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen, eine ungeschälte Knoblauchzehe zugeben und die Medaillons bei etwas mehr als der mittleren Hitzestufe von beiden Seiten jeweils ca. 6 Minuten in der Pfanne braten. 2 Minuten vor Ende der Bratzeit 1 EL Butter, 2 Rosmarin und 4 Thymianzweige mit in die Pfanne geben. Petersilie und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Kalbsjus in einem Topf erhitzen. Den Spargel aus dem Ofen nehmen, kurz ruhen lassen, aus der Folie nehmen. Spargel mit Meersalz und einer Prise Zucker würzen. Auf Tellern anrichten, mit Schnittlauch und Petersilie bestreuen. Die Medaillons dazu anrichten, mit der Jus beträufeln und servieren.

Frank Buchholz 04. Juni 2012

## Tafelspitz mit Bratkartoffel-Salat

### Für 2 Personen

400 g Kalbstafelspitz	Salz, Pfeffer	1 EL Butterschmalz
300 g kleine Kartoffeln, fest	5 EL Rapsöl	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	2 Essiggurken	1 EL Kapern
3 Stiele Blattpetersilie	1 Zweig Thymian	1 Eigelb
1 TL scharfen Senf	1 TL weißer Balsamico	100 ml Olivenöl
2 EL griechischer Joghurt	1/2 Romanasalat	2 EL Balsamico
6 Radieschen	6 Kirschtomaten	

Den Backofen auf 75 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Den Tafelspitz parieren, mit Salz und Pfeffer von allen Seiten würzen und in einem Schmortopf mit Butterschmalz anbraten. Anschließend im Ofen bei 75 Grad ca. 4-5 Stunden langsam garen lassen. Kartoffeln waschen, schälen und mit einem Gemüsehobel in ca. 2 mm dünne Scheiben schneiden. 1 EL Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelscheiben goldgelb braten. Das Öl abschütten, die Kartoffeln auf ein Küchenpapier geben und mit Salz und weißem Pfeffer würzen. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Gurken würfeln, die Kapern fein schneiden. Die Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Zwiebeln in einer Pfanne mit 1 TL Rapsöl anschwitzen. Gurken, Kapern, Knoblauch und Kräuter zu den Zwiebeln geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und abkühlen lassen. Für die Marinade Eigelb mit Senf und Balsamico vermengen. Anschließend 2 EL Gurkensaft (Einlegeflüssigkeit) hinzugeben. Das Olivenöl in kleinen Mengen nach und nach hineinrühren. Den Joghurt hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebel-Gurken-Kapern-Mischung nach dem Abkühlen unter die Joghurt-Mayonnaise hinzugeben. Den Romanasalat putzen, waschen, trocken schleudern und in kleine Stücke schneiden. Aus Balsamico, 3 EL Rapsöl, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette rühren. Kalbstafelspitz in sehr dünne Scheiben schneiden. Die Romanasalatherzen mit der Vinaigrette marinieren und würzen. Salat, Fleischscheiben, Mayonnaise und Bratkartoffeln in mehreren Schichten anrichten. Zum Schluss mit halbierten Tomaten, geviertelten Radieschen garnieren.

Jörg Sackmann 07. Februar 2012

## Tafelspitz mit Kräuter-Soße Bouillon-Kartoffeln

### Für 2 Personen

500 g Fleischknochen	1/2 TL weiße Pfefferkörner	500 g Tafelspitz
1 Zwiebel	1 Bund Suppengemüse	1 Knoblauchzehe
400 g Kartoffeln, fest	1 Schalotte	3 EL Butter
Pfeffer, frisch gemahlen	2 EL Mehl	1 Bund Frühlingskräuter
50 ml Sahne	1 Prise Muskat	

Die gewaschenen Fleischknochen mit den Pfefferkörnern in einem Topf mit 2 l kaltem Wasser aufsetzen und zum Kochen bringen. Das Fleisch mit Wasser abspülen und in die kochende Flüssigkeit geben. Die Hitze so reduzieren, dass die Brühe nur noch simmert. Alles 1 Stunde simmern lassen, dabei immer wieder die Brühe abschäumen. Die Zwiebel ungeschält halbieren und auf der Schnittfläche in einer Pfanne dunkel anrösten. Das Suppengemüse putzen und würfeln. Die Brühe leicht salzen, das gewürfelte Suppengemüse, die beiden Zwiebelhälften und die geschälte Knoblauchzehe zugeben und weitere 30 Minuten simmern lassen. Die Kartoffeln schälen und würfeln. Schalotte schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, Kartoffeln zugeben und mit ca. 1/4 l Fleischbrühe (einfach aus dem Tafelspitztopf mit einer Schöpfkelle abnehmen und durch ein Sieb passieren) ablöschen. Bei geschlossenem Deckel ca. 15 Minuten garen, dann den Deckel abnehmen und restliche Flüssigkeit bei großer Hitze reduzieren. Die Kartoffeln mit Salz und Pfeffer würzen. Für die Sauce 2 EL Butter in einem Topf schmelzen und das Mehl einrühren. Mit 350 ml Fleischbrühe ablöschen und rührend bei schwacher Hitze ca. 5 Minuten kochen lassen. In der Zwischenzeit die Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Sauce mit der Sahne verfeinern und mit Salz und Muskat abschmecken. Vor dem Anrichten die Kräuter untermischen. Das weich gekochte Fleisch in Scheiben schneiden, auf Teller geben, mit der Sauce und den Kartoffeln anrichten.

Vincent Klink 19. April 2012

**Lamm**

## Lamm-Karree mit Senf-Kruste und Bohnen

### Für 4 Personen

100 g Coco-Bohnen	2 Schalotten	5 EL Olivenöl
ca. 300 ml Geflügelbrühe	100 g grüne Bohnen	Salz
50 g frische Bohnenkerne	2 EL grober Senf	3 EL mittelscharfer Senf
2 EL fein gemahlene Paniermehl	1 Eigelb	Pfeffer
800 g Lammkarree	3 Zweige Thymian	4 getr. Tomatenviertel
2 EL Butter	1 Zweig Bohnenkraut	Piment d'Espelette
100 ml Lammfond		

Die Coco-Bohnen ca. 4 Stunden in reichlich Wasser einweichen. Schalotten schälen und fein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Olivenöl die Schalotten anschwitzen, die abgeschütteten eingeweichten Bohnen zugeben, mit Brühe auffüllen und weich kochen. Evtl. immer mal wieder etwas Brühe zugeben. Die grünen Bohnen putzen, in kochendem Salzwasser 10 Minuten garen, in Eiswasser abschrecken, abtropfen lassen, trocken tupfen und klein schneiden. Die Fève-Bohnenkerne, in kochendem Salzwasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken und die äußere Haut entfernen. Den Ofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3-4 vorheizen). Für die Senfkruste beide Senfsorten zusammen mit dem Paniermehl und dem Eigelb mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Lammkarree parieren, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl von allen Seiten anbraten. Dann mit 2 Zweigen Thymian in eine feuerfeste Form geben und im vorgeheizten Ofen ca. 10-12 Minuten rosa garen. Das Lamm aus dem Ofen nehmen, die Kruste darauf streichengeben und kurz im Ofen gratinieren. Getrocknete Tomaten fein würfeln. Die vorbereiteten Bohnen und Bohnenkerne zusammen in einem Topf mit 2 EL Butter erwärmen, die in Würfel geschnittenen Tomaten hinzugeben, mit Bohnenkraut, Salz und Piment d'Espelette abschmecken. Lammfond mit einem Zweig Thymian in einen Topf geben und erwärmen. Auf vorgewärmten Tellern mittig die Bohnen anrichten. Lamm in Tranchen aufschneiden und anlegen. Die Sauce angießen und servieren.

Karlheinz Hauser 30. April 2012

# Lamm-Keule mit Salbei-Polenta und Speck-Bohnen

## Für 6 Personen

4 Schalotten	14 Blätter Salbei	5 EL Butter
300 ml Gemüsebrühe	300 ml Milch	150 g Maisgrieß
100 g Fontinakäse, gerieben	1 Lammkeule ca. 1200 g	Salz, Pfeffer
2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian	3 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl	1/4 l Rotwein	600 g grüne Bohnen
2-3 Zweige Bohnenkraut	6 Scheiben Frühstücksspeck	Mehlbutterm
Fleischbrühe		

Den Backofen auf 220 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 200 Grad) vorheizen. Zwei Schalotten schälen, fein schneiden. 10 Salbeiblätter fein schneiden und zusammen mit den fein geschnittenen Schalotten in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Gemüsebrühe und Milch zugeben und aufkochen. Maisgrieß einrieseln lassen und unter Rühren aufkochen. Dann den Topf vom Herd ziehen, die restlichen Salbeiblätter und den geriebenen Käse unterrühren und die Masse 5-10 Minuten quellen lassen. Alles in eine 2-3 cm hohe, gebutterte Form streichen und fest werden lassen. Die Lammkeule falls nötig auslösen, von innen und außen salzen und pfeffern. Die Kräuter abspülen und trocken schütteln. Die Kräuter und 2 geschälte Knoblauchzehen in die Lammkeule (wo normalerweise der Knochen sitzt) geben und mit Küchengarn binden. Die Schalotten schälen, klein schneiden. In einem Bräter mit etwas Öl von allen Seiten das Fleisch scharf anbraten, Schalotten zugeben und den Rotwein angießen. Im vorgeheizten Ofen ca. 1 Stunde garen. Die Bohnen evtl. abfädeln, die Enden abschneiden. Salzwasser mit Bohnenkraut zum Kochen bringen und die Bohnen darin ca. 15 Minuten gar kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. Die Bohnen in 6 kleine Bündel teilen und jeweils mit einer Scheibe Speck umwickeln. Die gegarte Lammkeule aus dem Bräter nehmen und warm stellen, den Bratensaft durch ein Sieb passieren in einen Topf passieren und mit Mehlbutterm binden. Falls zu wenig Flüssigkeit da ist, noch etwas Fleischbrühe angießen und abschmecken. In einer Pfanne mit 2 EL Butter und einer ganzen Knoblauchzehe, die Bohnenpäckchen kurz warm schwenken, mit etwas Pfeffer und wenig Salz würzen. Polenta aus der Form stürzen, in Scheiben schneiden, in einer Pfanne mit 2 EL Butter von beiden Seiten anbraten. Die Lammkeule aufschneiden und mit Speckbohnen und Polenta anrichten, die Sauce angießen und servieren.

Jacqueline Amirfallah 04. April 2012

# Lamm-Kotelett mit Lakritz-Soße und Süßkartoffel-Püree

## Für 2 Personen

### Für die Sauce:

150 g Zwiebeln	150 g Möhren	100 g Sellerie
60 g Fenchel	2,5 kg Lammknochen	50 ml Olivenöl
30 g Tomatenmark	300 ml Rotwein	ca. 2 l Wasser
2 Zweige Thymian	1 Zweig Rosmarin	1 Lorbeerblatt
8 Pfefferkörner	2 Pimentkörner	4 g Kardamom
1 Knoblauchzehe	10 g Süßholz	3 EL kalte Butter

### Fleisch und Süßkartoffelpüree:

4 Lammkoteletts à 130 g	300 g Süßkartoffeln	30 g Ingwer
3 EL Butter	150 ml Sahne	150 ml Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer	1 Prise Muskat	2 EL Olivenöl

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Für die Sauce:

Zwiebeln, Möhren und Sellerie schälen, Fenchel waschen. Die Knochen kleinhacken und auf einem Blech mit 50 ml Olivenöl rösten, dann das Fett abgießen, die Knochen in einen Topf geben. Das Gemüse grob würfeln, zugeben und mitanbraten. Tomatenmark untermischen und bei mittlerer Hitze rösten. Mit etwas Rotwein ablöschen, einkochen lassen, wieder etwas Rotwein zugeben, einkochen und den restlichen Rotwein angießen und nahezu einkochen lassen. Dann soviel Wasser angießen, bis die Knochen und das Gemüse bedeckt ist. Alles einmal aufkochen lassen, entstehenden Schaum abschöpfen und Kräuterzweige, Lorbeerblatt, Pfefferkörner, Piment, Kardamom, geschälten Knoblauch und Süßholz zugeben und alles bei mittlerer Hitze 2 Stunden ganz leicht köcheln lassen. Anschließend den Saucenansatz durch ein Passiertuch passieren und je nach Geschmack noch etwas einkochen lassen. Die Sauce mit Butter (oder Stärke) binden und abschmecken. Für das Fleisch den Backofen auf 100 Grad Umluft herunterschalten. Die Lammkoteletts auf ein Gitter legen und im auf 100 Grad vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten garen.

Für das Süßkartoffelpüree:

In der Zwischenzeit Süßkartoffeln und Ingwer schälen und würfeln. In einem Topf mit 3 EL Butter Süßkartoffeln und Ingwer anschwitzen, Sahne und Brühe angießen und weich kochen. Anschließend pürieren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Lammkoteletts aus dem Ofen nehmen in einer heißen Pfanne mit 2 EL Olivenöl von beiden Seiten kurz anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und anrichten. Süßkartoffelpüree

Sören Anders 23. März 2012



## Lamm-Koteletts mit geschmorten Tomaten und Polenta

### Für 2 Personen

6 Lammkoteletts à ca. 80 g	Salz, Pfeffer	4 Zweige Rosmarin
5 Zweige Thymian	4 Knoblauchzehen	6 EL Olivenöl
500 g kleine Strauchtomaten	Zucker	250 ml Milch
80 g Polenta (Maisgrieß)	1 EL Butter	

Lammkoteletts mit Salz und Pfeffer würzen, in eine flache Form legen. Rosmarin und Thymian abspülen, trocken schütteln und zu den Lammkoteletts geben (2 Zweige Rosmarin und 2 Zweige Thymian zurückbehalten). 2 Knoblauchzehen andrücken und ebenfalls zugeben, mit 3 EL Olivenöl begießen und abgedeckt im Kühlschrank 2-5 Stunden marinieren. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Die Tomaten waschen, halbieren und mit den Schnittflächen nach oben in eine Auflaufform geben. 2 Knoblauchzehen schälen, vierteln und mit restlichem Rosmarin zwischen den Tomaten verteilen. Tomaten mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und mit 2-3 EL Olivenöl beträufeln. Dann in den vorgeheizten Ofen geben und ca. 10 Minuten garen. Die Milch mit 2 Zweigen Thymian aufkochen, dann Thymian herausnehmen und langsam den Maisgrieß einrühren. Unter Rühren ca. 10 Minuten quellen lassen und zuletzt 1 EL Butter unterrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Lammkoteletts aus der Marinade nehmen, das Öl etwas abtropfen lassen und in einer heißen Grillpfanne von beiden Seiten kurz braten, das Fleisch sollte im Kern noch rosa sein. Polenta auf die Tellermitte geben, die Lammkoteletts darauf setzen und die Tomaten darum herum anrichten.

Karlheinz Hauser 11. Juni 2012

# Lamm-Schulter Navarin mit Erdfrüchten und Sellerie-Püree

## Für 2 Personen

2 Zwiebeln	1 Karotte	1 Stange Staudensellerie
2 Tomaten	500 g Lammschulter	2 EL Olivenöl
Salz	1 Prise Zucker	1 TL Tomatenmark
150 ml Weißwein	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
1 Knoblauchzehe	2 Lorbeerblätter	400 ml Geflügelfond
1/2 Sellerieknolle	4 EL Butter	Pfeffer
100 ml Sahne	80 g kleine Möhren	80 g kleine Rübchen
1/2 Fenchelknolle	2 Zweige Kerbel	

Den Backofen auf 160 Grad (Umluft 150 Grad) vorheizen. Zwiebeln und Karotte schälen. Zwiebel in feine Würfel schneiden. Staudensellerie putzen und mit Karotte in 1 cm große Würfel schneiden. Tomaten am Stielansatz einritzen, kurz blanchieren, die Haut ablösen und vierteln. Das Kerngehäuse entfernen und die Tomatenviertel in feine Würfel schneiden. Das Fleisch in ca. 6 cm große Würfel schneiden. In einem Schmortopf Olivenöl erhitzen und das Fleisch goldbraun anbraten. Mit Salz würzen. Gemüse zum angebratenen Fleisch geben. Mit Zucker bestreuen und karamellisieren. Tomatenwürfel schneiden. Mit dem Tomatenmark zugeben, kurze Zeit mitrösten, Wein angießen und den entstandenen Bratenansatz abkochen. Thymian und Rosmarin waschen, trocken schütteln und mit der geschälten Knoblauchzehe und den Lorbeerblättern zugeben. Mit dem Fond auffüllen im vorgeheizten Ofen zugedeckt ca. 1 Stunde zugedeckt schmoren. Für das Selleriepüree Sellerie schälen und in kleine Würfel schneiden. In einem Topf mit 1 EL Butter Sellerie anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen. Sahne zugeben und Sellerie ca. 20 Minuten weich kochen. Die Möhren und Rübchen schälen und halbieren. Fenchel putzen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Gemüse in kochendem Salzwasser kurz blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. 2 EL Butter in einem Topf schmelzen, Gemüse darin glasieren. Mit Salz und einer Prise Zucker würzen. Kerbel waschen, trocken schütteln, fein schneiden und unter das Gemüse geben. Weich gekochten Sellerie mit einem Pürrierstab fein mixen, evtl. durch ein feines Sieb streichen und abschmecken. Das gegarte Fleisch aus der Sauce herausnehmen. Die Sauce passieren, kurz etwas einkochen und mit 1 EL kalte Butter abbinden und abschmecken. Fleisch wieder in die Sauce geben. Püree in die Mitte eines flachen, runden Tellers geben, Fleisch darauf anrichten, Gemüse zugeben und noch etwas Sauce übergießen.

Jörg Sackmann 06. März 2012

# Ragout von Lamm-Schulter mit Mai-Rübchen und Meerrettich

## Für 4 Personen

4 Schalotten	1 Zehe Knoblauch	800 g Lammschulter
2-3 EL Sonnenblumenöl	200 ml Rotwein	200 ml Rote Bete Saft
200 ml Lammbrühe	Meersalz, Pfeffer	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	500 g kleine Mairübchen	2 EL Rapsöl
1-2 EL Zitronensaft	Currypulver (Garam Masala)	1/2 Bund Schnittlauch
150 g Joghurt aus Schafsmilch	60 g frischer Meerrettich	

Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 160 Grad) vorheizen. Schalotten und Knoblauch schälen und sehr fein würfeln. Die Lammschulter in 3 cm große Würfel schneiden, portionsweise in einem Schmortopf mit Sonnenblumenöl kräftig anbraten und wieder aus dem Topf nehmen. Im Bratfett Schalotten und Knoblauch goldbraun anschwitzen, mit Rotwein, Rote Bete Saft und Lammbrühe ablöschen und aufkochen. Die angebratenen Fleischwürfel mit Meersalz und Pfeffer würzen und wieder mit in den Topf geben. Rosmarin und Thymian einlegen und im vorgeheizten Ofen ohne Deckel ca. 40 Minuten schmoren. Die Rübchen gut bürsten und waschen, einzeln in Alufolie einpacken, mit in den Ofen geben und ca. 25 Minuten weich garen. Mit einem Zahnstocher testen, ob die Rübchen weich und gar sind. Wenn die Schale zart ist, kann man sie an der Rübe belassen, wenn nicht bitte schälen. Rübchen auspacken, in Spalten schneiden, leicht salzen und mit Rapsöl und Zitronensaft marinieren. Wenn das Fleisch weich geschmort ist, den Topf wieder aus dem Ofen nehmen, bei Bedarf auf dem Herd die Schmorsauce noch etwas einkochen lassen, mit Garam Masala abschmecken. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Das Lammragout in tiefen Tellern anrichten. Die Rübchen darauf verteilen. Schafsjoghurt und Schnittlauch darauf anrichten. Zuletzt frischen Meerrettich darüber reiben und servieren.

Michael Kempf 11. Mai 2012



**Meer**

## Gebratene Garnelen mit Orangen-Butter

### Für 4 Personen

2 Orangen	150 g Blattsalat	1 EL Weißweinessig
2 EL Sonnenblumenöl	Salz, Pfeffer	2 Schalotten
100 g Butter	300 ml Fischfond	50 ml Riesling
120 ml Orangensaft, frisch	1 Spritzer Zitronensaft	2 Stängel Basilikum
12 Riesen-Garnelen	1 EL Olivenöl	

Die Orangen filetieren. Den Salat waschen und trocken schütteln. Aus Essig, Sonnenblumenöl, Salz und Pfeffer eine Marinade rühren. Die Schalotten schälen, fein schneiden und kurz in einer Pfanne mit 1 EL Butter andünsten. Mit dem Fischfond und dem Wein ablöschen, die Flüssigkeit um mehr als die Hälfte einkochen lassen. Dann den Orangensaft dazugeben und wieder etwas einkochen. Zuletzt die restliche Butter in Stücken dazugeben und mit einem Pürierstab gut unter die Sauce mixen, bis sie eine schöne Bindung hat. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Basilikum abspülen, trocken schütteln, fein hacken und kurz vor dem Anrichten unter die Sauce geben. Von den Garnelen Schale und Kopf entfernen und unter kaltem Wasser waschen. Mit einem Messer am Rücken entlangschneiden und den Darm entfernen. In einer Pfanne das Öl erhitzen und die mit Salz und Pfeffer gewürzten Garnelen auf beiden Seiten ca. 1 Minute anbraten. Salat mit der Marinade anmachen. Auf jeden Teller etwas marinierten Salat geben und mit den Orangenfilets garnieren. Jeweils 3 Garnelen pro Teller anrichten. Dann die Orangenbutter angießen. Dazu passt Baguette.

Karlheinz Hauser 23. Januar 2012

## Kartoffel-Risotto mit gebratenen Calamaretti

### Für 2 Personen

700 g Kartoffeln	600 ml Gemüsebrühe	2 Schalotten
2 Knoblauchzehen	2 EL Butter	100 ml Weißwein, trocken
Meersalz	Piment-d'Espelette	1/2 Bund Liebstöckel
ca. 200 ml Frittierfett	2 EL Rapsöl	Pfeffer
200 g Calamaretti, geputzt	2 EL Olivenöl	50 ml Krustentierfond
50 ml Tomatensaft		

Kartoffeln schälen und in gleichmäßige, sehr feine Würfel schneiden. Gemüsebrühe erhitzen. Schalotten und Knoblauch schälen, sehr fein würfeln und in einem Topf mit 2 EL Butter andünsten. Kartoffelwürfel zugeben, mit andünsten, mit dem Weißwein ablöschen und die heiße Gemüsebrühe nach und nach zugeben und unter ständigem Rühren zu einem sämigen Risotto kochen. Die Kartoffelwürfel sollten zum Schluss Biss haben und das Gericht eine schöne cremige Bindung besitzen. Mit Meersalz und Piment D'Espelette abschmecken. Liebstöckel waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Hälfte des Liebstöckels beiseitelegen, restliche Blätter in einem Topf mit Sonnenblumenöl kurz frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Dann mit den frischen Liebstöckelblättern und dem Rapsöl zu einem Pesto fein mixen, abschmecken. Calamaretti in feine Ringe schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL heißem Olivenöl stark anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Dann aus dem Bratenfett nehmen und auf Küchenpapier abtropfen. Denn Bratensatz in der Pfanne mit dem Krustentierfond und dem Tomatensaft ablöschen und zu einer sämigen Sauce einkochen, diese mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kartoffeln in vorgewärmten tiefen Tellern anrichten. Calamaretti in der Krustentiersauce schwenken und auf dem Kartoffelrisotto anrichten. Liebstöckelpesto obenauf geben.

Michael Kempf 16. März 2012

## Krebs-Fleisch mit Fenchel-Salat und Yuzu-Vinaigrette

### Für 4 Personen

3 Stängel Koriander	1 gelbe Paprika	1 rote Paprika
1 Stange Frühlingslauch	1 Limette	250 g Krebsfleisch, gegart
150 g Garnelen (gekocht in Lake)	2 Eigelb	70 g Weißbrotbrösel
2 EL Mayonnaise	Pfeffer, Meersalz	2-3 EL Olivenöl
2 Fenchelknollen	2 EL Butter	100 ml Orangensaft
50 ml Yuzu Saft	30 ml Sojasoße	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe
Zucker	100 ml Traubenkernöl	

Koriander abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Rote und gelbe Paprika mit einem Sparschäler schälen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Frühlingslauch waschen, putzen und fein schneiden. Von der Limette den Saft auspressen. Das Krebsfleisch und die Garnelen klein hacken, anschließend in einem Tuch gut ausdrücken und das Fleisch in eine Schüssel geben. Eigelbe, Brotbrösel, Mayonnaise, Koriander, Paprika, Frühlingslauch, Saft einer halben Limette, etwas Pfeffer und Salz zugeben. Alles gut durchmischen. Die Masse sollte relativ fest sein. Aus der Masse kleine Frikadellen abdrehen und diese in einer Pfanne mit 2-3 EL Olivenöl von beiden Seiten braten. Für den Fenchelsalat den Fenchel halbieren und den Strunk entfernen. Das Fenchelgrün abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Dann Fenchel in feine Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Butter Fenchel anschwitzen. Mit Orangensaft und Saft einer halben Limette ablöschen. Kurz einkochen lassen und zuletzt das Fenchelgrün zugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für die Yuzu-Sauce Knoblauch schälen und fein hacken. Yuzu Saft mit Sojasauce Knoblauch, etwas Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker in einen hohen Mixbecher geben und vermischen. Das Traubenkernöl angießen und mit dem Pürierstab „hoch ziehen“ bzw. mischen. Die Sauce abschmecken. Crabcakes mit der Yuzu Sauce anrichten und den Fenchelsalat dazu servieren.

Karlheinz Hauser 25. Juni 2012



# Leipziger Allerlei mit Garnelen

## Für 4 Personen

500 g weißer Spargel	Zucker, Salz	6 EL Butter
500 g grüner Spargel	200 g frische Erbsen in Schote	1 Bund junge Möhren
100 g frische Morcheln	1/2 Bund Kerbel	12 Garnelen
2 EL Olivenöl	1 TL Speisstärke	Pfeffer

Weißer Spargel schälen und die harten unteren Enden abschneiden. In einem Topf mit Wasser aus den weißen Schalen mit Zucker, Salz und 1 TL Butter einen Spargelfond kochen (ca. 15 Minuten), diesen durch ein Sieb passieren. Grünen Spargel am unteren Drittel schälen und die harten Enden abschneiden. Beide Spargel in dem passierten Spargelschalensud ca. 8 Minuten bissfest kochen. Erbsen ausspülen, Möhren schälen und zuerst in dünne längliche Scheiben, dann in Rauten schneiden. Die Morcheln gründlich waschen, evtl. halbieren. Die Möhren in einem Topf mit 2 EL Butter weich dünsten, kurz vor Ende der Garzeit die Erbsen zugeben und mitdünsten, salzen. Die Morcheln in einer Pfanne mit 1,5 EL Butter braten. Kerbel abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Garnelen evtl. schälen und den Darm auslösen. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl die Garnelen braten, leicht salzen. Von dem Spargelfond 300 ml abnehmen und in einem Topf aufkochen. Stärke mit 1 EL Wasser anrühren und den Spargelfond damit binden. Dann 1 EL Butter einmontieren. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spargel in mundgerechte Stücke schneiden und mit Möhren, Erbsen, Morcheln und Garnelen in tiefen Tellern anrichten. Die Sauce angießen und mit frischem Kerbel garnieren.

Jacqueline Amirfallah 16. Mai 2012

## Miesmuschel-Linguine

### Für 4 Personen

150 g Hartweizenmehl	150 g Weizenmehl	Salz
1 Ei	ca. 150 ml lauwarmes Wasser	1/2 Bund glatte Petersilie
1/2 Bund Schnittlauch	1,5 kg frische Miesmuscheln	1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 EL Olivenöl	200 ml Weißwein
Pfeffer		

Beide Mehlsorten, 1 Prise Salz, das Ei und Wasser zugeben und zu einem geschmeidigen Nudelteig kneten. (Es ist empfehlenswert nicht das komplette Wasser auf einmal zuzugeben, sondern nur 2/3. Ist der Teig zu trocken, etwas Wasser nachgießen.) Den Teig in Frischhaltefolie einpacken und ca. 30 Minuten ruhen lassen. Petersilie und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Den Nudelteig dünn ausrollen und zu Linguine (schmale Bandnudel) schneiden. In einem Topf mit kochendem Salzwasser die Linguine ca. 4 Minuten bissfest kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. Die Muscheln säubern und kalt abspülen. Dabei darauf achten, dass die Muscheln geschlossen sind. Offene und beschädigte Muscheln unbedingt aussortieren und wegwerfen. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl darin anschwitzen, die Muscheln zugeben und den Weißwein angießen. Die Muscheln zugedeckt ca. 8 Minuten kochen. Die Muscheln mit Hilfe einer Schöpfkelle herausnehmen (Muscheln die sich nach dem Kochen nicht geöffnet haben aussortieren und wegwerfen), den entstandenen Sud im Topf lassen, die abgetropften Linguine und die gehackten Kräuter zugeben, alles durchschwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Muscheln obendrauf geben, nach Wunsch schon vorher einige aus der Schale nehmen. Die Muschellinguine anrichten und servieren. (Beim Servieren eine Fingerschale und einen Teller für die Muschelschalen nicht vergessen.)

Jacqueline Amirfallah 14. März 2012

## Spaghetti 'Mario Gamba' (mit Meeresfrüchten)

### Für 4 Personen

100 g Staudensellerie	30 g schwarze Oliven	5 g Sardellen
12 Kirschtomaten	1/2 Bund Basilikum	3 Stängel glatte Petersilie
1 Zitrone, unbehandelt	300 g Spaghetti	Salz
3 EL Olivenöl	10 g Kapern	20 ml Sherry, medium dry
100 ml Gemüsefond	80 g Butter	Pfeffer
1 Prise Chili	8 Gambas	8 Jacobsmuscheln

Staudensellerie fein würfeln. Oliven entkernen, dann fein würfeln. Sardellen fein hacken. Die Kirschtomaten waschen, trocknen und halbieren. Basilikum und Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Zitrone heiß abspülen, trocknen und die Schale abreiben. Die Spaghetti in kochendem Salzwasser bissfest kochen, dann abschütten. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl Staudensellerie anschwitzen. Kapern, Sardellen, Oliven und Kirschtomaten hinzugeben und kurz mit anschwitzen. Mit Sherry ablöschen, Gemüsefond und Butter hinzugeben und mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken. Basilikum, Petersilie und Zitronenschale untermischen. Gambas und Jacobsmuscheln in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Die gekochten Spaghetti in die Sauce geben, anrichten und Gambas und Jacobsmuscheln obenauf geben.

Mario Gamba 22. Juni 2012

## Tomaten-Brot-Salat mit Garnelen

### Für 4 Personen

4 Strauchtomaten	1 – 2 rote Zwiebeln	2 Bund Rucola
2 EL Olivenöl	12 – 16 Garnelen	2 Zweige Rosmarin
1 - 2 Knoblauchzehen	1 EL Butter	1 Weißbrot
1 Kopf Radicchio	4 Zweige Basilikum	100 g geriebener Parmesan

### Für das Dressing:

1 EL Senf	50 ml Balsamico	50 ml Brühe
1 EL Zucker	Salz	1 Knoblauchzehe
150 ml Olivenöl	Pfeffer	

Die Haut der Tomaten einritzen und diese in kochendem Wasser einige Sekunden eintauchen, anschließend in Eiswasser abschrecken. Nun die Haut abziehen und die Tomaten in Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen und würfeln. Den Rucola waschen und evtl. zu lange Stiele entfernen. Einen Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Garnelen zusammen mit einem Zweig Rosmarin und dem zerdrückten Knoblauch kurz und kräftig darin anbraten. Aus der Pfanne nehmen, schälen und den Darm entfernen. Vor dem Servieren noch einmal in etwas Butter und Rosmarin in der Pfanne erhitzen. Für das Dressing Senf, Balsamicoessig, Brühe, Zucker, etwa Salz und die geschälte und fein gehackte Knoblauchzehe in einem Mixer kräftig durchrühren. Bei kleinerer Stufe das Öl nach und nach zugeben. Mit Pfeffer und Salz evtl. noch einmal abschmecken. Das Brot in Würfel schneiden und in einer Pfanne in Olivenöl goldgelb anbraten. Dann Garnelen und Tomatenwürfel zugeben und mit dem Dressing marinieren. Lauwarm servieren und mit dem Rucola dekorieren. Zum Schluss noch etwas Parmesan darüber streuen.

Frank Buchholz 19. Juni 2012



**Rind**

## Döner mit Roastbeef à la Michael Kempf

### Für 4 Personen

2 Zweige Minze	1 Zitrone, unbehandelt	250 g Schafsjoghurt
1 TL grobkörniger Senf	Meersalz, Kreuzkümmel	1 Kopf Römersalat
6 Radieschen	3 Zweige Koriander	2 Schalotten
1 Ochsenherztomate	100 g Ziegenfrischkäse	400 g Roastbeef
1 EL Olivenöl	1 Fladenbrot	getr. Chili, gemahlen

Minze abspülen, trocken schütteln und sehr fein schneiden. Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und die Schale abreiben, dann den Saft auspressen. Joghurt mit Senf, Zitronenschale und Minze verrühren. Mit Meersalz, Kreuzkümmel und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Salat putzen, waschen, trocken schleudern und in feine Streifen schneiden. Radieschen waschen, in Stifte schneiden. Koriander abspülen, trocken schütteln und die Blätter zupfen. Schalotten schälen, in sehr feine Ringe schneiden und mit Radieschen, Koriander und Salatstreifen mischen. Tomate waschen, in dünne Scheiben schneiden und mit Meersalz würzen. Ziegenkäse würfeln. Roastbeef in 4 Scheiben schneiden, auf einer Grillpfanne mit wenig Olivenöl von beiden Seiten kurz anrösten, warm stellen. Fladenbrot vierteln und im Sandwichmaker oder in einer Pfanne knusprig grillen. Fladenbrot mit dem Schafsjoghurt bestreichen. Salat, Ziegenkäse und Tomaten auflegen. Roastbeef in sehr dünne Scheiben schneiden und auf dem Salat verteilen. Mit Meersalz und Chili würzen.

Michael Kempf 27. April 2012

# Entrecôte Strindberg mit Kartoffel-Schalotten-Plätzchen

## Für 2 Personen

### Für das Entrecôte:

2 Scheiben Entrecôte á 150 g	1 Zwiebel	5 Halme Schnittlauch
100 g Butter	1 Msp. scharfer Paprika	1 TL Senfpulver
1 TL grober Senf	1 TL Mehl	Salz, Pfeffer

### Für die Kartoffel-Schalotten-Plätzchen:

100 ml Sahne	2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin
1 Knoblauchzehe	Salz, Pfeffer, Muskat	2 große Kartoffeln
2 Schalotten	1 EL Zucker	150 ml Rotwein
1 TL Speisestärke	2 Austernpilze	2 EL Butter
2 TL Parmesan	100 ml Kalbsbratensauce	

Das Entrecôte zwischen Klarsichtfolie legen und 3 mm dünn plattieren. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Butter aufschlagen, mit Paprika, Senfpulver, Senf und Schnittlauch verrühren. Zum Schluss das Mehl und die Zwiebelwürfel unterziehen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das plattierte Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und die Strindbergmasse dünn aufstreichen, dann kurz kalt stellen damit die Butter anzieht. Für die Kartoffel-Schalotten-Plätzchen Sahne mit je einem Zweig Thymian und Rosmarin, einer geschälten Knoblauchzehe, etwas Salz, Pfeffer und einer Prise Muskat aufkochen. Kartoffeln schälen, in 1-2 mm dünne Scheiben schneiden und die Scheiben im Sahnfond blanchieren. Anschließend auf ein Sieb zum Abtropfen geben. Schalotten schälen und in feine Scheiben schneiden. Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen, mit Rotwein ablöschen, Thymian und Rosmarin zugeben und abschmecken. Fünf Minuten leicht köcheln lassen. Stärke mit 1 EL Wasser anrühren und den Rotweinfond damit binden. Schalotten in diesem Fond blanchieren, dann absieben. Pilze putzen, in feine Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anbraten, würzen und abkühlen lassen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 170 Grad) vorheizen. Zwei Ringe mit einem Durchmesser von 8 cm auf ein gebuttertes Blech geben. Kartoffelscheiben in den Ring geben, dann Rotweinschalotten, wieder Kartoffeln und Pilze dazugeben. Zum Schluss mit Parmesan bestreuen und im vorgeheizten Ofen ca. 12 Minuten goldbraun überbacken. In einer heißen Pfanne das Entrecôte auf der Zwiebelseite goldbraun, krustig anbraten, drehen und für 3-5 Minuten fertig braten bis das Fleisch „medium“ ist. Die Bratensauce in einem Topf aufkochen, dann auf die Teller geben, Fleisch aufsetzen und die Kartoffel-Schalotten-Plätzchen daneben setzen.

Jörg Sackmann 05. Juni 2012

## Gegrilltes Entrecôte mit Rotwein-Schalotten-Sauce

### Für 4 Personen

8 Schalotten	80 g Zucker	700 ml Rotwein
600 ml Kalbsfond	1 Zweig Thymian	800 g Entrecôte
5 EL kalte Butter	Salz, Pfeffer	1 EL Olivenöl

Die Schalotten schälen und sehr fein schneiden. In einem Topf Zucker goldgelb karamellisieren, Schalotten zugeben und mit Rotwein ablöschen. Diesen um etwas mehr als die Hälfte einkochen lassen. In einem separaten Topf den Kalbsfond mit einem Zweig Thymian ebenfalls einkochen, so dass am Schluss noch ca. 100 ml Fond im Topf sind. Den eingekochten Kalbsfond zu den eingekochten Rotweinschalotten geben dazugeben, kalte Butter unterrühren und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Das Entrecôte in 4 Medaillons von ca. 200 g schneiden. Die Fleischscheiben mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Grillpfanne mit 1 EL Olivenöl von beiden Seiten jeweils 2 Minuten braten. Dann auf ein Backofengitter legen und im vorgeheizten Ofen noch ca. 6 Minuten weiter garen. Herausnehmen, abgedeckt 2 Minuten ruhen lassen. Fleisch mit der Sauce anrichten und servieren. (Anstatt die Steaks in der Pfanne und im Ofen zu garen, kann man sie auf dem geöffneten Kugelgrill zuerst anbraten und dann im geschlossenen Kugelgrill weiter garen.) Dazu passt Kartoffelgratin und Blattsalat.

Karlheinz Hauser 07. Mai 2012

## Gulasch vom Rinder-Filet mit Rosmarin, Kartoffel-Gratin

### Für 2 Personen

600 g Kartoffeln, fest	2 EL Butter	Salz, Pfeffer
1 Prise Muskat	150 ml Gemüsebrühe	50 ml Sahne
3 Schalotten	100 g Champignons	2 Zweige Rosmarin
3 Stängel glatte Petersilie	350 g Rinderfilet	1 EL Olivenöl
100 ml Rotwein	60 ml Rinderjus	1 TL Paprikapulver, edelsüß

Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Für das Kartoffelgratin die Kartoffeln schälen, in feine Scheiben hobeln, in eine gebutterte Auflaufform schichten und mit etwas Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Gemüsebrühe und Sahne angießen. Im heißen Ofen das Gratin ca. 20 Minuten garen. Die Schalotten schälen und fein schneiden. Champignons putzen und in feine Scheiben schneiden. Rosmarin und Petersilie abspülen, trocken schütteln. Das Fleisch in dünne Streifen schneiden, reichlich pfeffern und nur mäßig salzen. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl scharf anbraten. Aus der Pfanne nehmen, auf einen Teller geben und mit Alufolie abdecken. In der Fleischpfanne mit 1 EL Butter Schalotten anschwitzen, Champignons zugeben und anbraten. Mit Rotwein ablöschen, Rinderjus zugeben. Rosmarin grob hacken, zugeben und die Flüssigkeit um etwa die Hälfte einkochen lassen. Petersilie fein hacken. Den aus den Filetspitzen ausgetretene Fleischsaft zur Sauce gießen. Die Sauce nochmals einkochen, Petersilie untermischen und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken. Fleisch wieder zugeben, untermischen und anrichten. Dazu das Kartoffelgratin servieren.

Vincent Klink 21. Juni 2012



## Marinierte Rinder-Steaks mit Gemüse-Salat

### Für 4 Personen

1 rote Chilischote	5 g Ingwer	10 EL Olivenöl
600 g Rinderrücken	4 Tomaten	Salz, Pfeffer
Puderzucker	1 gelbe Paprika	1 grüne Paprika
1 Bund Lauchzwiebeln	1 Zucchini	1 TL scharfer Senf
2 EL Rotweinessig	1 kleine Knoblauchzehe	1/2 Bund Basilikum

Chilischote der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein hacken. Ingwer schälen und fein reiben. 5 EL Olivenöl mit Ingwer und Chili zu einer Marinade mischen. Den Rinderrücken in sehr dünne Scheiben schneiden und diese in der Chili-Ingwer-Marinade einlegen. Den Backofen auf 220 Grad Ober-Unterhitze (200 Grad Heißluft) vorheizen. Tomaten am Stielansatz einritzen, mit kochendem Wasser überbrühen und die Haut abziehen. Tomaten in Stücke schneiden, auf ein Backblech oder eine Auflaufform geben, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Puderzucker würzen, im vorgeheizten Ofen ca.15 Minuten garen. Paprikaschoten (falls gewünscht mit einem Sparschäler schälen) halbieren, die Kerne entfernen. Paprika in Streifen schneiden. Lauchzwiebeln putzen, waschen und fein schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl die Paprikastreifen anbraten, geschnittenen Zwiebellauch zugeben und mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zucchini waschen, putzen und in Streifen schneiden. Aus 3 EL Olivenöl, Senf und Rotweinessig eine Vinaigrette herstellen. Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Die Vinaigrette mit feingehacktem Knoblauch und Salz würzen. Basilikum abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Tomaten mit gebratenem Paprika und Zucchini in eine Schüssel geben und mit der Vinaigrette anmachen. Zuletzt Basilikum untermischen. Die Steaks aus der Marinade nehmen, abtropfen und in einer heißen Grillpfanne von jeder Seite eine knappe Minuten braten und salzen. Steaks mit dem Salat anrichten und servieren.

Jacqueline Amirfallah 30. Mai 2012



# Schwein

# Hütten-Gröstl mit Rosenkohl, Weißkraut, Schweine-Bauch

## Für 2 Personen

600 g Kartoffeln, fest	2 Eier	2 Zwiebeln
150 g kalter Schweinebauchbraten	200 g Rosenkohl	250 g Weißkraut
5 Champignons	3 Stängel glatte Petersilie	2 EL Sonnenblumenöl
Salz, Pfeffer	1 TL Kümmel	Frittierfett

Die Kartoffeln kochen und pellen (kann schon am Vortag gemacht werden). Die Eier mit der Schale im 65 Grad warmen Wasser ca. 40 Minuten garen. Zwiebeln schälen und in dünne Streifen scheiden. Den Schweinebauch in 1 cm große Würfel schneiden. Rosenkohl putzen, den Strunk abschneiden und die einzelnen Blättchen ablösen. Vom Weißkraut den harten Strunk entfernen und die Blätter in 2 cm große Quadrate schneiden. Champignons putzen und vierteln. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Kartoffeln in 1cm dicke Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit Öl anbraten. Sobald die Kartoffeln eine goldbraune Farbe annehmen und knusprig werden die Zwiebeln, Rosenkohlblätter, Weißkraut und Champignons zugeben und mit anbraten, mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen. Dann die Bratenwürfel zugeben und mit anschwanken. Zuletzt Petersilie untermengen. Das Frittierfett in einem Topf oder einer Fritteuse erhitzen. Die Eier vorsichtig schälen und ganz kurz im heißen Frittierfett frittieren. Herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Das Gröstel anrichten und das frittierte Ei obenauf setzen.

Karlheinz Hauser 13. Februar 2012

# Kraut-Lasagne mit Senf-Butter und Schweine-Hals

## Für 2 Personen

### Nudelteig:

1 Ei	3 Eigelb	Salz
1 TL Öl	50 g Hartweizenmehl	100 g Mehl
Wasser		

### Für die Krautlasagne:

1 Zwiebel	2 EL Olivenöl	200 g Sauerkraut
2 Lorbeerblätter	5 Wacholderbeeren	1 Zweig Thymian
300 ml Geflügelfond	30 g Butter	Salz, Pfeffer
1 TL Honig	100 g Schweinehals (oder Kasseler)	ca. 50 g Parmesan

### Für die Senfbutter:

80 ml Geflügelfond	80 g kalte Butter	1 EL körniger scharfer Senf
1 Msp. Kümmel	Salz	

Für den Nudelteig:

Ei, Eigelbe, 1 Prise Salz, Öl und die beiden Mehle zu einem glatten Nudelteig vermengen. Ist der Teig zu fest noch etwas Wasser zugeben. Den Teig in Frischhaltefolie verpackt 1 Stunde gekühlt ruhen lassen. Für die Krautlasagne Zwiebel schälen, in feine Streifen schneiden und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Sauerkraut und Lorbeerblätter, Wacholderbeeren und Thymian zugeben. Mit Geflügelfond aufgießen. Ungefähr 30 Minuten köcheln lassen, bis das Kraut weich ist, die restliche Flüssigkeit abgießen. Die Butter in einem Topf bräunen und über das Kraut gießen. Mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken. Den Schweinehals in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen.

Für die Senfbutter:

Geflügelfond in einem Topf aufkochen und die kalte Butter einrühren. Senf, Kümmel und Salz zugeben, alles noch einmal gut verrühren und warm stellen. Den Nudelteig dünn ausrollen und 8 gleich große Kreise (12 cm Durchmesser) ausstechen, diese im Salzwasser ca. 5 Minuten kochen. Die Nudelblätter abwechselnd mit dem warmen Sauerkraut zu einer Lasagne aufschichten und mit einem Teigkreis abschließen. Den angeschwitzten Schweinehals in die Mitte darauf geben und Senfbutter angießen. Nach Belieben Parmesan darüber hobeln.

Jörg Sackmann 21. Februar 2012

## Schweine-Bäckchen mit Kraut und Rüben

### Für 2 Personen

6 Schalotten	2 Knoblauchzehen	400 g Schweinebäckchen
Meersalz	1 EL Butterschmalz	200 ml Rotwein
100 ml Kalbsfond	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
300 g Steckrübe	4 EL Butter	ca. 200 ml Mineralwasser
1 Prise Curry, mild	300 g Möhren	30 g Ingwer
300 g Spitzkohl	1 EL Estragonessig	1 EL Rapsöl
1 EL Haselnussöl	weißer Pfeffer	ca.1 TL Kümmel, frisch gemahlen
1 EL grober Senf	2 EL Joghurt aus Schafsmilch	

Den Backofen auf 130 Grad (Umluft 120 Grad) vorheizen. 4 Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Schweinebäckchen salzen, und in einem Schmortopf mit 1 EL Butterschmalz von allen Seiten anbraten, dann herausnehmen. Schalotten und Knoblauch im Bratfett anrösten, mit Rotwein und Kalbsfond ablöschen. Die Bäckchen wieder einlegen, Die Kräuterzweige zugeben und zugedeckt im vorgeheizten Ofen ca. 1-1,5 Stunden schmoren. In der Zwischenzeit Steckrübe schälen, in große Würfel schneiden. In einem Topf 2 EL Butter schmelzen, die Steckrüben zugeben, ca. 100 ml Mineralwasser angießen, mit Salz und Curry würzen und zugedeckt ca. 15 Minuten weich dünsten. Für das Karottenpüree 2 Schalotten schälen und fein würfeln. Möhren waschen, schälen und würfeln. In einem Topf 2 EL Butter Schalotten anschwitzen, Möhren zugeben kurz anschwitzen, ca. 100 ml Mineralwasser angießen, leicht salzen und zugedeckt ca. 15 Minuten weich garen. Anschließend die Möhren fein pürieren. Ingwer schälen, fein reiben und unter die pürierten Möhren mischen, mit Salz abschmecken. Spitzkohl in sehr feine Streifen schneiden und Estragonessig, Rapsöl und Haselnussöl marinieren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Kümmel würzen und mindestens 20 Minuten ziehen lassen. Evtl. vor dem Servieren nochmal nachwürzen. Die weich geschmorten Bäckchen herausnehmen und den Fond auf dem Herd um etwas mehr als die Hälfte einkochen lassen. Diesen mit Kümmel und grobem Senf abschmecken. Anschließend die Bäckchen wieder in der Sauce heißlegen. Zum Servieren die Schweinebäckchen mit der Sauce in vorgewärmten tiefen Tellern anrichten. Die pürierten Möhren als Nocken, Steckrüben, Krautsalat und Joghurt daneben anrichten.

Michael Kempf 30. März 2012

# Schweine-Bäckchen mit Parma-Schinken, Blutwurst und Apfel

## Für 2 Personen

1 Zwiebel	1 Stange Lauch	1 Karotte
4 Schweinebäckchen	50 g Schweineschmalz	100 ml Weißwein
Meersalz, Pfeffer	1 Zweig Thymian	1 Zweig Majoran
1 Lorbeerblatt	1/2 TL Kümmel	400 ml Geflügelfond
4 Scheiben Parma-Schinken	2 Kartoffeln, fest	2 EL Erdnussöl
1 fester Apfel	2 EL Butter	1 TL Puderzucker
50 ml Weißwein	1 Spritzer Zitronensaft	120 g Blutwurst
100 ml Bratenjus		

Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Lauch waschen und das Weiße in feine Streifen schneiden. Die Karotte schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Schweinebäckchen würzen und in einem Schmortopf mit Schweineschmalz von allen Seiten kurz anbraten. Gemüse zu den Schweinebäckchen geben, glasieren und mit Weißwein ablöschen. Salz, Pfeffer, die Kräuter und den Kümmel zugeben, mit Geflügelfond auffüllen und bei niedriger Temperatur ca. 1,5 Stunden zugedeckt leicht kochen bis die Schweinebäckchen butterzart sind. Schweinebäckchen herausnehmen und auskühlen lassen, den Fond passieren. Die ausgekühlten Schweinebäckchen mit dem Parma-Schinken einwickeln. Kartoffeln schälen, in feine Scheiben hobeln, danach in feine Streifen schneiden und die Schweinebäckchen darin einwickeln, in Frischhaltefolie fest einpacken und kurz kalt stellen. Von den eingepackten Schweinebäckchen die Folie entfernen und die Bäckchen mit dem Kartoffelmantel in einer Pfanne mit etwas Erdnussöl auf jeder Seite 2-3 Minuten goldbraun und knusprig anbraten. Kartoffeln beim Braten immer wieder übergießen und mit Meersalz würzen. Den Apfel mit Hilfe eines runden Ausstechers in kleine Halbmonde ausstechen, in einer Pfanne mit 1 EL Butter kurz anschwitzen, mit Puderzucker bestäuben und mit Weißwein und Zitronensaft ablöschen. Blutwurst in 5 mm dicke Stücke schneiden und in einer Pfanne von beiden Seiten anbraten. Für die Sauce den Schweinebäckchenfond und auf 150 ml einkochen, Bratenjus zugeben und 1 EL Butter einschwenken. Die Schweinebäckchen mit der Sauce und dem Apfel anrichten. Dazu passt Blattspinat.

Jörg Sackmann 31. Januar 2012

# Schweine-Braten mit Speck-Knödeln

## Für 4 Personen

### Für den Schweinebraten:

1,2 kg Schweineschulter	Salz, Pfeffer, Paprikapulver	1 kg Schweineknochen, gehackt
1 Möhre	100 g Knollensellerie	1 Stange Lauch
1/2 l Bier	1 TL Speisestärke	

### Für die Knödel:

3 Brötchen vom Vortag	100 ml Milch	50 g ger. Bauchspeck
1 Zwiebel	50 g Lauch	1 EL Butter
2 Eier	Salz, Pfeffer, Muskat	

Für den Schweinebraten die Schwarte mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver einreiben, das Fleischstück auf einen Teller oder in eine Auflaufform geben und mit Frischhaltefolie abgedeckt im Kühlschrank ziehen lassen. Für den Schweinebraten den Backofen auf 220 Grad vorheizen. Die Schweineknochen auf ein Blech geben und im vorgeheizten Ofen ca. 45 Minuten rösten. Dann die Knochen herausnehmen und die Backofentemperatur auf 150 Grad herunterschalten. Die Möhre, den Sellerie und den Lauch putzen und waschen bzw. schälen und in Stücke schneiden. Den Schweinebraten würzen und mit der Schwartenseite nach unten in einen Bräter legen. Das Gemüse, die gerösteten Knochen und ca. 1/2 l Wasser dazugeben. Den Braten im Ofen auf der mittleren Schiene ca. 50 Minuten garen. Den Schweinebraten aus dem Bräter nehmen und die Schwarte mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden, nochmal würzen. Mit der Schwartenseite nach oben zurück auf das Gemüse legen und die Temperatur auf 200 Grad erhöhen. Den Schweinebraten weitere ca. 60 Minuten garen. Während der Garzeit nach und nach das Bier über den Braten gießen. Für die Knödel die Brötchen in dünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Die Milch aufkochen, über die Brötchen gießen, sofort die Schüssel mit einem Deckel abdecken und ein paar Minuten ziehen lassen. Den Speck in feine Würfel schneiden. Zwiebel schälen und fein schneiden, Lauch putzen, waschen und in feine Würfel schneiden. Die Zwiebel in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, Speck zugeben und zuletzt den Lauch kurz durchschwenken und die Masse zu den eingeweichten Brötchen geben. Eier zugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und alles locker vermengen. Sollte die Masse zu trocken sein, noch etwas Milch angießen. Aus der Masse Knödel formen und diese in siedendem Salzwasser garen. Herausnehmen und abtropfen lassen. Sollte der Knödel zerfallen, noch etwas Semmelbrösel unter den Teig mischen. Dann restliche Knödel abdrehen und diese im siedenden Salzwasser ca. 15 Minuten garen. Den fertigen Braten aus dem Ofen nehmen. Die entstandene Sauce aus dem Bräter durch ein feines Sieb passieren, aufkochen und erneut abschmecken. Evtl. etwas Stärke mit 1 EL Wasser anrühren und die Sauce damit binden. Den Braten aufschneiden und mit der Sauce servieren. Knödel dazu reichen.

Vincent Klink , Otto Koch 17. Juni 2012



# Schweine-Geschnetzeltes mit Mango und Curry-Reis

**Für 2 Personen**

**Für den Curryreis:**

80 g Langkornreis	1 Schalotte	1 EL Butterschmalz
1 TL Curry	250 ml Gemüsebrühe	Meersalz, schwarzer Pfeffer

**Für das Geschnetzelte:**

1 Mango	3 Frühlingszwiebeln	1/2 rote Chilischote
300 g Schweinefilet	Meersalz, schwarzer Pfeffer	2 EL Olivenöl
150 ml Fleischbrühe	1/2 TL Speisestärke	

Für den Curryreis Den Reis gut mit kaltem Wasser abspülen. Die Schalotte schälen und fein schneiden. In einem Topf 1 EL Butterschmalz schmelzen, Schalotte zugeben und anschwitzen, das Currypulver einstreuen und kurz mitanschwitzen. Reis zugeben und mit Gemüsebrühe auffüllen. Den Reis ca. 25 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für das Geschnetzelte Die Mango schälen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Die Frühlingszwiebeln putzen, das Weiße fein schneiden und das Grün in feine Ringe schneiden. Chili halbieren, das Kerngehäuse austreichen und das Fruchtfleisch fein hacken. Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden, reichlich pfeffern und nur mäßig salzen. In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen, das Fleisch anbraten, aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Die Pfanne auswischen und das Weiße der Frühlingszwiebeln mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, Mangowürfel zugeben und mit Brühe ablöschen. Stärke mit etwas Wasser glatt rühren und die Sauce damit binden. Alles kurz aufkochen. Kurz vor dem Servieren das Fleisch und Chili zugeben. Das Grün der Frühlingszwiebeln untermischen und abschmecken. Das Geschnetzelte mit dem Reis anrichten.

Vincent Klink 05. Januar 2012



**Soßen**

## Orangen-Butter-Soße

### Für 4 Personen

Salz, Pfeffer	2 Schalotten	
100 g Butter	300 ml Fischfond	50 ml Riesling
120 ml Orangensaft, frisch	1 Spritzer Zitronensaft	2 Stängel Basilikum

Die Schalotten schälen, fein schneiden und kurz in einer Pfanne mit 1 EL Butter andünsten. Mit dem Fischfond und dem Wein ablöschen, die Flüssigkeit um mehr als die Hälfte einkochen lassen. Dann den Orangensaft dazugeben und wieder etwas einkochen. Zuletzt die restliche Butter in Stücken dazugeben und mit einem Pürierstab gut unter die Sauce mixen, bis sie eine schöne Bindung hat. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Basilikum abspülen, trocken schütteln, fein hacken und kurz vor dem Anrichten unter die Sauce geben.

Karlheinz Hauser 23. Januar 2012

## Spaghetti-Soße

### Für 4 Personen

100 g Staudensellerie	30 g schwarze Oliven	5 g Sardellen
12 Kirschtomaten	1/2 Bund Basilikum	3 Stängel glatte Petersilie
Zitronen-Abrieb	3 EL Olivenöl	10 g Kapern
20 ml Sherry, medium dry	100 ml Gemüsefond	Pfeffer, Salz
1 EL Butter	Chili	

Staudensellerie fein würfeln. Oliven entkernen, dann fein würfeln. Sardellen fein hacken. Die Kirschtomaten waschen, trocknen und halbieren. Basilikum und Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl Staudensellerie anschwitzen. Kapern, Sardellen, Oliven und Kirschtomaten hinzugeben und kurz mit anschwitzen. Mit Sherry ablöschen, Gemüsefond und Butter hinzugeben und mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken. Basilikum, Petersilie und Zitronen-Abrieb untermischen.

Mario Gamba 22. Juni 2012

# Suppen

## Bohnen-Crème-Suppe mit Speck

**Für 2 Personen**

**Für die Suppe:**

180 g kleine weiße Bohnen	5 Schalotten	2 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl	200 g durchwachsenen Speck	750 ml Geflügelfond
1 Lorbeerblatt	2 Zweige Rosmarin	1 Stück Zitronenschale
1 Stange Lauch	100 ml Rotwein	100 ml Portwein
2 EL Butter	Salz, Pfeffer	1 Prise Zucker
2 EL Sojasauce	1 EL Crème-fraîche	

Die Bohnen in einer Schüssel mit reichlich Wasser mindestens fünf Stunden in kaltem Wasser einweichen. 2 Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln, in einem Topf mit 2 EL Olivenöl anschwitzen. Den Speck kurz mit anschwitzen, dann alles mit dem Geflügelfond auffüllen. Lorbeer, 1 Zweig Rosmarin und die Zitronenschale hinzugeben und leicht köcheln lassen. Die Bohnen abschütten und ebenfalls hinzugeben. Alles mit geschlossenem Deckel für ca. 1,5 Stunden köcheln lassen. Den Lauch waschen, halbieren und nur das Weiße in 5mm breite Scheiben schneiden und zu den Bohnen geben. Die restlichen Schalotten schälen, quer vierteln und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. 1 Zeig Rosmarin hinzugeben und ca. 10 min leicht schmoren. Rotwein und Portwein hinzugeben und einkochen lassen. Mit Butter glasieren und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Den gegarten Speck und 4 EL Bohnen aus der Suppe holen und warm stellen für die Einlage. Lorbeer und Rosmarin ebenfalls aus der Suppe nehmen. Die Suppe mit dem Stabmixer fein mixen, passieren und mit Sojasauce und Crème fraiche aufschäumen. Zum Schluss Bohnen wieder zugeben, aufkochen lassen und würzen. Den Speck in 5 mm feine Streifen schneiden, diese in einem tiefen Teller anrichten, die aufgeschäumte Suppe eingießen und zum Schluss die Rotweinschalotten zugeben.

Jörg Sackmann 14. Februar 2012

# Eintopf von Kraut und Rüben mit Rinder-Brust, Sauer-Rahm

## Für 6 Personen

1 kg Bio-Rinderbrust	80 g Möhre	80 g Knollensellerie
80 g Lauch	1 Zwiebel	Meersalz
300 g Rote Bete	300 g Bundmöhre	300 g Steckrübe
300 g Spitzkraut	1 Bund Schnittlauch	Kreuzkümmel, gemahlen
weißer Pfeffer	50 g Sauerrahm	

Die Rinderbrust in einem Topf mit kaltem Wasser aufsetzen und langsam aufkochen. Den dabei entstehenden Schaum immer wieder entfernen. Möhre, Sellerie und Lauch putzen bzw. schälen und waschen, grob würfeln. Die Zwiebel mit der Schale halbieren und auf der Schnittfläche in einer Pfanne ohne Fett stark anbräunen. Das gewürfelte Gemüse und die angebräunte Zwiebel nach 1 Stunde mit in den Fleischtopf geben. Mit etwas Meersalz würzen und das Fleisch fertig weich garen. Das Fleisch ist weich, wenn sich eine Fleischgabel oder ein Zahnstocher leicht einstecken und wieder herausziehen lässt. Das Fleisch dann in der Brühe erkalten lassen. Anschließend aus der Brühe nehmen und in kleine Würfel schneiden. Die Brühe durch ein feines Sieb passieren. Rote Bete, Bundmöhre und Steckrübe schälen und in Würfel schneiden. Die passierte Brühe aufkochen und die Gemüsewürfel darin garen. Spitzkraut waschen, den harten Strunk entfernen und das Kraut in Quadrate schneiden. Ebenfalls zur Brühe geben und mitgaren. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Den Eintopf mit Meersalz, Kreuzkümmel und weißem Pfeffer abschmecken. Die Fleischwürfel zugeben, erhitzen und dann in tiefen Tellern anrichten. Etwas Sauerrahm darauf geben und mit Schnittlauch bestreut servieren.

Michael Kempf 02. Januar 2012

# Hähnchen-Gemüse-Eintopf

## Für 2 Personen

2 mittelgroße Kartoffeln	1 Karotte	150 g Sellerie
1 Zucchini	2 Schalotten	2 Tomaten
8 kleine Champignons	1/2 l Geflügelbrühe	2 Hähnchenbrustfilets à 125 g
frischer Ingwer	1/2 Bund glatte Petersilie	4 Halme Schnittlauch
3 Stängel Basilikum	2 Stängel Koriandergrün	Salz, Pfeffer

Das Gemüse putzen bzw. schälen, Kartoffeln, Karotte, Sellerie und Zucchini würfeln. Schalotten schälen und in Scheiben schneiden. Tomaten enthäuten, entkernen und in Würfel schneiden. Die Brühe mit den Kartoffeln, den Karotten und dem Sellerie aufsetzen und 10 Minuten kochen lassen. Dann den Zucchini, die Champignons und die Schalotten zugeben. Nochmals einige Minuten köcheln lassen. Die in Würfel geschnittenen Hähnchenbrüste und die Tomatenwürfel zugeben und nochmals einige Minuten simmern lassen. Die Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Den Eintopf mit Salz und Pfeffer abschmecken, den Ingwer frisch dazureiben und im letzten Moment die Kräuter dazumischen.

Otto Koch 24. Februar 2012

## Möhren-Joghurt-Suppe mit Estragon-Baiser

### Für 4 Personen

500 g Möhren	1 Zwiebel	1 EL Butterschmalz
Salz, Zucker	1 Prise Anissamen	1 l Hühnerbrühe
1 Bund Estragon	3 Eiweiß	50 g Speisestärke
150 g Naturjoghurt	2 EL Butter	

Die Möhren schälen und bis auf eine in kleine Stücke schneiden. Zwiebeln schälen, fein würfeln und in einem Topf mit Butterschmalz anschwitzen, Möhren zugeben und mit einer Prise Salz, Zucker und Anis bestäuben. Gemüsebrühe angießen und die Möhren weich dünsten. Den Backofen auf 160 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Estragon abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Das Eiweiß mit einem Schneebesen oder Handrührgerät zu Schnee aufschlagen, dabei 30 g Zucker einrieseln lassen. Speisestärke und eine Prise Salz unterrühren, 1 TL Joghurt und die Hälfte des Estragons unterheben. Die Eischneemasse in einen Spritzbeutel mit großer Sterntülle geben und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech kleine Tupfen spritzen. Im vorgeheizten Backofen ca. 10 Minuten backen. In der Zwischenzeit eine Möhre in feine Streifen schneiden und diese in einer Pfanne mit Butter weich dünsten. Mit einer Prise Salz würzen. Die weich gekochten Möhren in der Brühe pürieren und durch ein Sieb streichen. Die Suppe nicht mehr kochen lassen und den restlichen Joghurt unterrühren. Restlichen Estragon untermischen und die Suppe abschmecken. Gebratene Möhrenstreifen in Suppenteller geben. Mit der Suppe auffüllen und mit Estragonbaisers anrichten.

Jacqueline Amirfallah 28. März 2012



## Spinat-Suppe mit Räucher-Schinken-Crème und Spiegelei

### Für 2 Personen

2 Blatt Gelatine	70 g Räucherschinken	500 ml Geflügelbrühe
1 TL grober Senf	Salz, Pfeffer, Muskat	250 ml Sahne
3 Schalotten	80 g Lauch	5 Champignons
200 g Kartoffeln, mehlig	5 EL Butter	80 ml trockener Wermut
150 ml Weißwein	60 g Crème-fraîche	1 Spritzer Zitronensaft
300 g Blattspinat	2 Eier	ca. 30 g Parmesan

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Den Schinken fein würfeln. 100 ml Geflügelbrühe aufkochen, Schinken zugeben und mit dem Pürierstab fein pürieren. Senf unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Gelatine ausdrücken und in der heißen Masse auflösen. 100 g Sahne schlagen und unterheben. Die Crème in eine kleine Schüssel geben, mit Frischhaltefolie abdecken und kühl stellen. Schalotten schälen, fein schneiden. Lauch putzen, waschen und in kleine 3 mm große Würfel schneiden. Pilze putzen, Kartoffeln schälen und jeweils klein schneiden. In einem Topf mit 2 EL Butter Schalotten und Lauch anschwitzen, Champignons zugeben und mit Wermut und Weißwein ablöschen. Die Flüssigkeit nahezu vollständig einkochen. Dann Kartoffelwürfel zugeben, 400 ml Geflügelbrühe angießen und Kartoffeln weich kochen. Zuletzt Sahne und Crème-fraîche zugeben, mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft würzen. Mit einem Pürierstab die Suppe fein mixen und durch ein Sieb passieren. Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen. In einer Pfanne mit 2 EL Butter den Spinat zusammenfallen lassen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Hälfte der Suppe mit dem Spinat zu einer feinen Crème mixen, dann zur restlichen Suppe geben und abschmecken. Für die Spiegeleier in einer beschichteten Pfanne 1 EL Butter erhitzen und die Eier darin als Spiegeleier langsam ausbraten. Nur das Eiweiß leicht salzen. (Man kann auch kleine Aluringe in die Pfanne setzen und darin das Ei hinein gleiten lassen und rund als Spiegelei braten.) Die Suppe in tiefen Tellern anrichten, jeweils ein Spiegelei aufsetzen und darauf eine Nocke Räucherschinkencreme geben. Mit frisch gehobeltem Parmesan bestreuen und servieren.

Jörg Sackmann 10. April 2012



# Vegetarisch

## Bärlauch-Gnocchi

### Für 4 Personen

1 Bund Bärlauch	50 g Parmesan	2 EL Pinienkerne
60 ml Olivenöl	Meersalz	500 g Kartoffeln, mehlig
1 Prise Kümmel	80 g Mehl	80 g Hartweizengrieß
1 Prise Muskat	2 Eigelb	2 EL Butter

Für das Pesto den Bärlauch kurz in kochendem Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Den Parmesan fein reiben. Bärlauch, Parmesan, Pinienkerne und Olivenöl in einem Mixer fein pürieren und mit Meersalz abschmecken. Für die Gnocchi die ungeschälten Kartoffeln in einem Topf mit Salzwasser und Kümmel weich kochen. Das Wasser abschütten, die Kartoffeln pellen und ausdampfen lassen. Dann durch eine Kartoffelpresse drücken. 3 EL Bärlauchpesto, Mehl, Grieß, etwas Salz, Muskat und Eigelbe zugeben und zu einer glatten Masse verarbeiten. Diese zu kleinen Kugeln rollen, mit einer Gabel zu Gnocchi formen und in einem Topf mit siedendem Salzwasser garen, bis sie auf der Oberfläche schwimmen. Anschließend in Eiswasser abschrecken, im Sieb abtropfen lassen. In einer Pfanne mit etwas Bärlauchpesto und Butter die Gnocchi anschwanken und servieren.

Frank Buchholz 12. März 2012

## Börek mit Auberginen-Chutney

### Für 2 Personen

#### Für das Chutney:

450 g Auberginen	Salz	1/2 Zitrone
2 Kardamomkapseln	2 Gewürznelken	2 Lorbeerblätter
1/2 Bund Koriander	20 g Ingwer	3 Schalotten
2 EL Olivenöl	2 Knoblauchzehen	1 Limette, unbehandelt
1 kl. getr. rote Chilischote	2 g Cumin	1 Msp. Zimtpulver
40 g brauner Zucker	50 ml weißer Balsamico	Pfeffer

#### Für das Börek:

1 Karotte	2 Knoblauchzehen	100 g Zuckerschoten
1 Stange Staudensellerie	1/2 rote Paprika	1 kleine Stange Lauch
6 Shiitakepilze	150 ml Erdnussöl	2 EL Sojasprossen
5 Zweige Koriander	2 Zweige glatte Petersilie	1/2 Apfel (z.B. Delicious)
100 g Schafskäse in Salzlake	2 TL Sojasauce	1 TL Süß-Saure Sauce
1 TL Sweet Chilli Chicken Sauce	1 Msp. Raz el Hanout	1 Spritzer Sesamöl
4 Blätter Filouteig	1 Eiweiß	100 g Joghurt aus Schafsmilch
Salz, Pfeffer	1 Spritzer Zitronensaft	

Die Auberginen putzen, waschen und längs halbieren, in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben, salzen. Von der Zitrone den Saft ausdrücken und unter die Auberginen mischen. Die Kardamomkapseln etwas andrücken und mit den Nelken und den Lorbeerblättern in einen Einweg-Teefilter füllen und zubinden. Koriander abspülen, trocken schütteln und fein hacken, Ingwer schälen und fein reiben. Schalotten schälen und fein würfeln. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl die Schalotten anschwitzen, Auberginen, geschälten Knoblauch und das Gewürzsäckchen hinzufügen. Auberginen unter Rühren goldgelb braten. Die Limette heiß abspülen, trocken und etwa 1 Msp. Schale abreiben. Die Chilischote im Mörser zerreiben. Das Gemüse mit Limettenschale, Cumin, Zimt und Chili würzen, gut verrühren. Den braunen Zucker darüber streuen und schmelzen lassen. Koriander- und Ingwer unterrühren. Mit dem Essig ablöschen und mit Pfeffer würzen. Das Chutney etwa 30 Minuten köcheln lassen, falls nötig, etwa 50 ml Wasser angießen. Zum Schluss den Gewürzbeutel entfernen und das Chutney mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für das Börek Karotte und Knoblauchscheiben und in feine Würfel schneiden. Zuckerschoten, Staudensellerie und Paprika waschen, putzen und ebenfalls fein würfeln. Vom Lauch nur das Weiße abschneiden, waschen und fein würfeln. Die Pilze putzen und in feine Würfel schneiden. In einer großen Pfanne mit 2 EL Erdnussöl das vorbereitete Gemüse anschwitzen, Pilze und Sojasprossen zugeben, gut durchschwenken und abkühlen lassen. Koriander und Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Den Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Den Käse fein würfeln. Die Gemüse mit Apfel, Kräutern (1 TL Koriander zurückbehalten), 1 TL Sojasauce, süß-saurer Sauce, Sweet Chili Chicken Sauce mischen. Mit Raz el Hanout und Sesamöl abschmecken. Zum Schluss die Käsewürfel zugeben. Die Teigblätter in 9 cm breite Streifen schneiden, zwei Streifen übereinander legen und die Enden mit etwas Eiweiß bestreichen. Ein gehäufter Löffel der Füllung auf die vorbereiteten Teigstreifen geben und den Teig seitlich zu einem Dreieck einschlagen, verschließen und festdrücken. Die Dreiecke in einer Pfanne mit reichlich Erdnussöl von beiden Seiten goldbraun ausbacken, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Joghurt mit 1 TL geschnittenen Koriander, 1 TL Sojasauce und 2 Tropfen Sesamöl vermischen. Mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Zum Anrichten in die Mitte des Tellers etwas Auberginenchutney geben, darauf die Teigpäckchen stellen und mit der Sauce garnieren

## Estragon-Nudeln mit gebratenem jungen Kopfsalat

### Für 4 Personen

150 g Hartweizenmehl	160 g Weizenmehl	Salz
1 Ei	150 ml lauwarmes Wasser	2 Kopfsalate
2 Zwiebeln	3 EL Butter	Muskat
1 Bund Estragon	200 g Ziegenfrischkäse	250 ml Milch
1 Eigelb		

Hartweizenmehl und 150 g Weizenmehl, 1 Prise Salz, das Ei und Wasser zugeben und zu einem geschmeidigen Nudelteig kneten. (Es ist empfehlenswert nicht das komplette Wasser auf einmal zuzugeben, sondern nur 2/3. Ist der Teig zu trocken, etwas Wasser nachgießen.) Den Teig in Frischhaltefolie einpacken und ca. 30 Minuten ruhen lassen. Kopfsalat putzen, dann die äußeren Blätter abnehmen, waschen und trocken schleudern. Die Salatherzen zurecht schneiden, waschen und trocken schleudern. Zwiebeln schälen, fein würfeln und die Hälfte in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Dann Kopfsalatblätter dazugeben, zusammenfallen lassen, mit Salz und Muskat abschmecken. Anschließend auf ein Sieb geben und gründlich abtropfen lassen. Estragon abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Mit einer Nudelmaschine aus dem Nudelteig dünne Nudelbahnen ausrollen, dabei immer einige Estragonblätter zwischen die Nudelbahnen legen und nochmal ausrollen. Den abgetropften Kopfsalat mit Ziegenfrischkäse mischen und nochmal abschmecken. Diese Füllung portionsweise auf die Hälfte der fertigen Nudelbahnen geben, die Ränder leicht mit einem Pinsel anfeuchten und mit den anderen Nudelbahnen abdecken, gut andrücken und die Teigtaschen ausschneiden. Restliche Estragonblätter in feine Streifen schneiden. Restliche gewürfelte Zwiebel in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen mit 1 EL Mehl abstäuben und mit Milch aufgießen, gut mit einem Schneebesen umrühren und ca. 10 Minuten köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren. Dann den Topf vom Herd nehmen und das Eigelb zum Binden der Sauce unterrühren. (Die Sauce darf nicht mehr kochen, damit das Ei nicht gerinnt.) Estragonstreifen untermischen und die Sauce abschmecken. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Kopfsalatherzen anbraten, mit Salz abschmecken. Teigtaschen mit Sauce und gebratenen Kopfsalatherzen anrichten und servieren.

Jacqueline Amirfallah 02. Mai 2012

# Falafel mit scharfer Linsen-Soße und Gewürz-Joghurt

## Für 2 Personen

200 g Kichererbsen	1 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Koriander
1/2 Bund Dill	1 Bund Lauchzwiebeln	Kreuzkümmel
Salz, Pfeffer	1 TL Backpulver	1 rote Chilischote
3-4 EL Butterschmalz		
1 EL Tomatenmark	50 g rote Linsen	300 ml Gemüsebrühe
1 TL Fenchelsamen	200 g griechischer Naturjoghurt	1 Prise getrocknete Rosenblätter
1 EL Butter		

Die Kichererbsen über Nacht in viel Wasser einweichen. Dann abschütten, abtropfen lassen und durch die feine Scheibe eines Fleischwolfs drehen. Die Petersilie, den Koriander und den Dill fein hacken. Das Grün der Lauchzwiebeln fein schneiden. Kräuter und Lauchzwiebelgrün zusammen mit den Kichererbsen ein zweites Mal durch den Fleischwolf drehen. Die Masse mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer würzen und das Backpulver untermischen. Die Masse kurz stehen lassen. Die Lauchzwiebeln fein schneiden. Chili halbieren, die Kerne austreichen und fein hacken. In einem Topf mit 1 TL Butterschmalz die gehackte Lauchzwiebeln anschwitzen, Chili und Tomatenmark zugeben, kurz anbraten. Die Linsen zugeben, mit Gemüsebrühe auffüllen und aufkochen. Nach ca. 7 Minuten Kochzeit einige rote Linsen herausnehmen und für die Dekoration zur Seite stellen. Die restlichen Linsen im Topf noch weitere 8 Minuten köcheln lassen. Aus der Kichererbsenmasse kleine Buletten (Falafel) formen und diese in einer Pfanne mit Butterschmalz braten. Fenchelsamen in einer Pfanne ohne Fett kurz rösten, dann im Mörser fein zerstoßen. Joghurt mit etwas Salz, Kreuzkümmel, den Fenchelsamen und getrockneten Rosenblättern abschmecken. Die Linsensauce mit einem Pürierstab fein pürieren, abschmecken und 1 EL kalte Butter unterziehen. Falafel mit der Linsensauce und dem Gewürzjoghurt anrichten. Gegarte Rote Linsen darüber streuen. Dazu passt ein Romanasalat mit einer Zitronen-Oliven-Vinaigrette.

Jacqueline Amirfallah 08. Februar 2012

# Frischkäse-Ravioli mit Oliven-Tomaten-Vinaigrette

**Für 4 Personen**

**Für den Nudelteig:**

125 g Hartweizenmehl	150 g Mehl Type 405	5 Eigelb
2 Eiweiß	1/2 TL Salz	1 TL Olivenöl
1 TL weiche Butter		

**Für die Füllung:**

1/2 Bund Basilikum	80 g Mozzarella	3 EL Mascarpone
1 TL Olivenöl	1 TL Estragon-Essig	Meersalz
weißer Pfeffer	1 Ei	Mehl

**Für die Vinaigrette:**

2 Tomaten	10 schwarze Oliven	10 grüne Oliven
1 Msp. Senf	2 EL Aceto balsamico, gereift	2 EL Aceto balsamico, jung
2 EL Gemüsebrühe	2 EL Portwein	50 ml Madeira
Meersalz	weißer Pfeffer	8 EL mildes Olivenöl
2 Zweige Oregano		

Für den Nudelteig Beide Mehle, Eigelbe und Eiweiß mit Salz, Olivenöl und Butter in einer Küchenmaschine mit einem Knethaken auf niedriger Stufe 10 Minuten kneten. Den Teig auf einer Arbeitsfläche nochmals ca. 5 – 10 Minuten nachkneten. In Frischhaltefolie einschlagen und mindestens vier Stunden kaltstellen. Für die Füllung Basilikum abspülen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und sehr fein schneiden. Mozzarella fein hacken und nach und nach mit dem Mascarpone vermengen. Mit Olivenöl, Essig, Meersalz und Pfeffer abschmecken und die Basilikum unterrühren. Den Ravioliteig halbieren und zu 1mm dünnen Platten ausrollen. Auf eine Teigplatte die Käsemischung in kleine Häufchen aufsetzen. Mit verquirltem Ei die Zwischenräume bestreichen. Die zweite Teigplatte auflegen und an den Rändern und in den Zwischenräumen gut andrücken. Ravioli mit einem Ravioliausstecher ausstechen, mit Mehl bestäuben und auf ein Tuch legen. Für die Vinaigrette Die Tomaten kurz in heißes Wasser einlegen, abschrecken und enthäuten. Tomaten halbieren, die Stielansätze entfernen, entkernen und klein würfeln. Die Oliven entsteinen und klein würfeln. In einer Schüssel Senf, beide Essigsorten, Brühe, Portwein und Madeira mit Salz und Pfeffer glatt rühren. Zuletzt das Olivenöl nach und nach einrühren. Tomaten und Oliven untermischen. Die Ravioli in einem Topf mit reichlich kochendem Salzwasser etwa zwei Minuten garen, abgießen und auf Tellern anrichten, mit der Vinaigrette überziehen und mit Oregano garnieren.

Frank Buchholz 19. März 2012



## Gebackene Pilze auf Gemüse-Salat und Erbsen-Crème

### Für 2 Personen

300 g gemischte Speisepilze	2 Zweige Thymian	Salz, Zucker
1 Spritzer Zitronensaft	3 EL Olivenöl	350 g frische Erbsen, gepuhlt
300 ml Geflügelbrühe	40 g Karotte	40 g Staudensellerie
40 g Apfel	20 g Essiggurke	1 EL Kapern
3 EL Mayonnaise	1 Spritzer Balsamico, weiß	Pfeffer
2 Eiweiß	1 EL Weichweizengrieß	1 EL feine Weißbrotbrösel
Cayennepfeffer	1 Prise Muskat	125 ml Milch
2 EL Crème-fraîche	ca. 200 g Frittierfett	

Die Pilze gut putzen. Thymian abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen. In eine flache Form die Pilze geben und mit etwas Salz, Zucker und Thymianblättchen bestreuen. Zitronensaft und 2 EL Olivenöl angießen, alles gut vermischen und mit Frischhaltefolie abgedeckt im Kühlschrank 6 Stunden ziehen lassen. 300 g Erbsen in einen Topf geben, Geflügelbrühe und 1 EL Olivenöl angießen. Zugedeckt die Erbsen weich kochen, bis fast die ganze Flüssigkeit eingekocht ist. Die Erbsen mit etwas Flüssigkeit bedecken, würzen, Olivenöl zugeben und die Erbsen weich kochen, bis fast die gesamte Flüssigkeit eingekocht ist. Für den Gemüsesalat restliche Erbsen in einem Topf mit Salzwasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Karotte und Staudensellerie putzen bzw. schälen, in 3 mm große Würfel schneiden, in einem Topf mit Salzwasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Essiggurke und Kapern fein hacken. Alles in eine Schüssel geben und mit Mayonnaise vermischen. Mit Balsamico, Salz und Pfeffer abschmecken. Für den Backteig Eiweiß leicht schaumig schlagen. Grieß, Brotbrösel, eine Prise Salz, Cayennepfeffer und Muskat in eine Schüssel geben. Milch unterrühren, Crème-fraîche und Eischnee unterheben. Die gekochten Erbsen fein pürieren, durch ein Sieb streichen und mit Salz, Zucker und Muskat abschmecken. Die Pilze aus der Marinade nehmen, mit Küchenpapier etwas abtrocknen und durch den Backteig ziehen. In einer tiefen Pfanne mit heißem Frittierfett die Pilze ausbacken. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Lauwarme Erbsencreme auf Tellern verteilen, den Gemüsesalat darauf geben und die gebackenen Pilze obenauf setzen.

Jörg Sackmann 12. Juni 2012

## Gebratener Radicchio mit Püree von weißen Bohnen

### Für 2 Personen

150 g getrocknete weiße Bohnenkerne	1 Schalotte	3 EL Olivenöl
700 ml Gemüsebrühe	1 Knoblauchzehe	3 Zweige Thymian
1/2 Bund glatte Petersilie	1 Brötchen vom Vortag	200 g Feta (Schafskäse)
1 EL Mehl	1 Ei	1 Radicchio
1/2 Bund Schnittlauch	1 EL Butter	Salz, Pfeffer
20 g Sahne	2-3 EL Butterschmalz	1 Prise Zucker

Bohnenkerne über Nacht in reichlich Salzwasser einweichen. Schalotte schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anbraten. Die abgeschüttelten, eingeweichten Bohnen zugeben und Gemüsebrühe angießen. Knoblauch schälen und zusammen mit einem Thymianzweig zu den Bohnen geben. Die Bohnen ca. 40 Minuten kochen lassen, bis sie weich sind. Petersilie abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Brötchen grob würfeln und mit Petersilienblättern in einen Cutter geben und fein pürieren. Schafskäse in 3 cm große Würfel schneiden. Die Käsewürfel in Mehl wenden, durchs verquirlte Ei ziehen und in den Kräuterbröseln panieren. Radicchio putzen, waschen und die Blätter trocken schleudern. Schnittlauch und Thymian waschen, trocken schütteln. Schnittlauch fein schneiden, vom Thymian die Blättchen abzupfen. Wenn die Bohnen weich gekocht sind, 3 EL Bohnen herausnehmen und beiseite stellen. Restliche Bohnen fein pürieren, evtl. ein Teil des Kochwassers abschütten, damit das Püree nicht zu flüssig wird. 1 EL Butter sowie Schnittlauch und Petersilienblättchen untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sahne halbsteif schlagen und unter das Püree heben. Zuletzt die ganzen gekochten Bohnenkerne unterheben. Die Käsewürfel in einer Pfanne mit 2-3 EL Butterschmalz von beiden Seiten goldbraun braten. Radicchioblätter in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. 1 Prise Zucker zugeben und karamellisieren lassen. Gebratene Salatblätter auf Tellern mit Bohnenpüree und den gebratenen Käsewürfeln anrichten, restliche Bohnen über das Püree streuen und servieren.

Jacqueline Amirfallah 22. Februar 2012

## Gefüllte Weinblätter

### Für 4 Personen

1 Zwiebel	1 rote Peperoni	4 EL Olivenöl
80 g Langkornreis	450 ml Gemüsebrühe	1 EL Korinthen
1 Bund glatte Petersilie	1 TL Piment	1 TL Kreuzkümmel
Salz, Pfeffer	1 Glas eingelegte Weinblätter	1 Prise Curcuma
150 ml Weißwein	1 TL Speisestärke	1 Msp. Zitronenabrieb

Zwiebel schälen und fein würfeln. Peperoni halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein hacken. In einem Topf mit 1 EL Olivenöl Zwiebel und Peperoni anschwitzen, Reis dazugeben und ca. 300 ml Brühe angießen. Alles aufkochen und den Reis ca. 20 Minuten köcheln. Dabei immer mal wieder umrühren. In der Zwischenzeit Korinthen fein hacken. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Wenn der Reis weich gekocht ist und die gesamte Flüssigkeit aufgesogen hat, die Korinthen, Piment und Kreuzkümmel und Petersilie untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Weinblätter gut wässern, anschließend auf einem sauberen Küchentuch ausbreiten und trocken tupfen. Etwas Reismasse auf die Blätter streichen und gut einwickeln. Die gerollten Weinblätter dicht aneinander in eine Auflaufform geben. 150 ml Brühe mit 1 Prise Curcuma vermengen und angießen. Ebenfalls den Wein angießen. Im vorgeheizten Ofen alles ca. 20 Minuten garen, dabei immer wieder mit etwas Flüssigkeit aus der Form die Blätter überträufeln. Die Blätter aus der Form nehmen. Den Fond aus der Auflaufform in einen Topf geben. Stärke mit 1 EL Wasser verrühren, zum Fond geben, aufkochen und den Fond so abbinden. 3 EL Olivenöl untermixen und mit Zitronenschale, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Weinblätter anrichten und mit der Sauce übergießen.

Vincent Klink 26. April 2012

## Grünkern-Soufflé mit Kürbis-Curry-Ragout

### Für 5 Personen

600 g Muskatkürbis-Fruchtfleisch	4 Schalotten	1 Knoblauchzehe
20 g Ingwer	200 g Butter	1 EL Curry, mild
200 ml Gemüsebrühe	200 ml Orangensaft	160 g Grünkern, geschrotet
500 ml Milch	Meersalz, Pfeffer, Muskat	10 Eigelbe
7 Eiweiß	Mehl	2 Stängel Koriander
1 Zitrone, unbehandelt	2 EL Kürbiskernöl	

Kürbis schälen und das Fruchtfleisch fein schneiden. Schalotten, Knoblauch und Ingwer schälen und sehr fein würfeln. In einem Topf mit 30 g Butter die Schalotten anschwitzen, Knoblauch und Ingwer zugeben, kurz danach die Kürbiswürfel. Kurz anbraten und mit Curry bestäuben. Mit Kürbisfond und Orangensaft ablöschen und langsam köcheln lassen, bis der Kürbis eine sämige Konsistenz hat. Den Backofen auf 160 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Grünkernschrot mit der Milch, etwas Salz, Pfeffer und Muskat in einem Topf aufkochen, dann vom Herd ziehen und zugedeckt 10 Minuten quellen lassen. Eigelbe mit 160 g Butter schaumig aufschlagen. Eiweiß steif schlagen. Gequellten Schrot mit der Milch unter die Ei-Butter-Masse mischen. Dann vorsichtig den Eischnee unterheben. 5 Souffléförmchen (ca. 300 ml Inhalt) mit Butter ausfetten und mit Mehl abstauben. Die Masse einfüllen. Die Förmchen auf ein tiefes Backblech stellen, heißes Wasser in das Backblech gießen und so in den vorgeheizten Backofen schieben, die Soufflés ca. 15 Minuten garen. Koriander abspülen, trocken schütteln und die Blätter in feine Streifen schneiden. Von der Zitrone etwas Schale abreiben und Saft auspressen. Das Kürbisragout mit Meersalz, Zitronenschale und etwas Zitronensaft abschmecken und den Koriander zugeben. Das Ragout in tiefen vorgewärmten Tellern anrichten. Die Soufflés aus den Formen stürzen und auf dem Ragout anrichten. Etwas Kürbisöl auf das Kürbisragout tröpfeln und servieren.

Michael Kempf 27. Januar 2012

## Gratinierte Grieß-Nocken in Sauerampfer-Soße

### Für 4 Personen

120 g Butter	1 Ei	4 Eigelb
Salz, Muskat	150 g Hartweizengrieß	10 g Mehl
400 ml kräftige Gemüsebrühe	3 Tomaten	1 Gurke
5 Oliven	6 Champignons	3 EL Olivenöl
Zucker, Cayennepfeffer	2 Schalotten	120 ml Weißwein
60 ml trockener Wermut	100 g Crème-fraîche	40 ml Sahne
1 Bund Sauerampfer	80 g Bergkäse	

Die Butter in einer Schüssel mit dem Handrührgerät oder Schneebesen schaumig rühren. Ei und 3 Eigelbe verquirlen und nach und nach unter die Butter rühren. Mit Salz und Muskat würzen. Grieß und Mehl mischen und vorsichtig unter die Masse rühren, dann diese 20 Minuten ruhen lassen. In einem Topf die Brühe aufkochen. Aus der geruhten Masse mit 2 Esslöffeln aus Nocken abstechen, diese in die siedenden Brühe geben und 10 Minuten ziehen lassen, dann herausnehmen und abtropfen lassen. Die Tomaten am Stielansatz einritzen, in kochendem Wasser kurz überbrühen, die Haut abziehen. Tomaten vierteln, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Die Gurke schälen, halbieren, die Kerne austreichen. Anschließend die Gurke in feine Scheiben schneiden. Die Oliven entkernen und vierteln. Die Pilze putzen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl die Gurkenscheiben anschwitzen. Mit einer Prise Zucker, Salz und Cayennepfeffer würzen. Tomaten, Oliven und Champignons zugeben, kurz mit anschwitzen, würzen und in eine Auflaufform umfüllen. Für die Sauce Schalotten schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, mit Weißwein und Wermut ablöschen. Die Flüssigkeit nahezu vollständig einkochen lassen, dann mit 250 ml Gemüsebrühe (die zuvor schon zum Garen der Grießnocken genutzt wurde) auffüllen. Nochmals um etwa die Hälfte einkochen lassen. Crème-fraîche zugeben, erneut kurz aufkochen und mit Salz und Cayennepfeffer würzen. 1 Eigelbe mit der Sahne verrühren. Die Sauce vom Herd ziehen, die Eigelbliaison unterrühren und die Sauce damit binden. Sie darf dann nicht mehr kochen. Sauerampfer abspülen, trocken schütteln und in feine Streifen schneiden. Den Käse fein reiben. Die Grießnocken auf das Schmorgemüse geben, mit Sauerampfer bestreuen und mit der Sauce abdecken. Mit Käse bestreuen. Unter der Grillschlange oder unter Oberhitze (im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen) goldbraun gratinieren. Die Gratinierten Grießnocken mit dem Schmorgemüse auf Teller anrichten und servieren oder direkt aus der Form am Tisch anrichten.

Jörg Sackmann 17. April 2012

## Kartoffel-Plätzchen mit Ziegenkäse, Frühling-Salat

### Für 4 Personen

150 g Blattsalat	1 Bund gemischte Frühlingskräuter	2 Eigelb
1 TL scharfer Senf	2 Msp engl. Senfpulver	80 ml Weißwein
1 TL Apfelessig	3 Kapern, zerrieben	ca. 150 ml Sonnenblumenöl
500 g Kartoffeln, mehlig	Salz, Pfeffer	2-3 EL Butterschmalz
1 Bund Schnittlauch	150 g trockener Ziegenfrischkäse	

Blattsalat putzen, waschen und trocken schleudern. Gemischte Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Für das Dressing Eigelb mit Senf und Senfpulver verrühren. Weißwein, Essig, und Kapern untermischen und mit einem Schneebesen langsam das Öl unterschlagen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Kräuter untermischen. Die Kartoffeln schälen und fein reiben. In ein Küchentuch geben und gut ausdrücken, sodass eine trockene Masse entsteht. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit einem Esslöffel die Kartoffelmasse plätzchenförmig in eine heiße Pfanne mit Butterschmalz geben, etwas platt drücken und von beiden Seiten goldbraun ausbacken. Anschließend auf Küchenkrepp abtupfen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Kurz vor dem Servieren den Salat mit dem Dressing anmachen. Die Hälfte der Plätzchen mit Ziegenkäse belegen, mit Schnittlauch bestreuen, darauf die restlichen Plätzchen legen. Gefüllte Plätzchen auf Tellern mit dem Salat anrichten und gleich servieren. (Man kann die Plätzchen auch vorbacken, erst kurz vor dem Servieren mit dem Käse und Schnittlauch belegen und im heißen Ofen unter der Grillschlange noch mal erwärmen.)

Vincent Klink 12. April 2012

## Kräuter-Feta-Rösti mit Gurken-Rettich-Salat

### Für 2 Personen

1 Salatgurke	1 roter Rettich	Salz
3 Stängel glatte Petersilie	3 Stängel Liebstöckel	4 Zweige Thymian
100 g Feta	400 g Kartoffeln, vorw. fest	2-3 EL Olivenöl
Pfeffer	1/2 Bund Schnittlauch	1 TL Apfelessig
1 EL Sonnenblumenöl	1 TL Zucker	

Gurke schälen, halbieren und die Kerne austreichen. Rettich putzen und waschen. Gurke und Rettich fein hobeln, in eine Schüssel geben und salzen. Alles in einen großen Suppenteller geben, darauf einen zweiten gleich großen Teller geben, fest beide Teller zusammendrücken und kräftig schütteln. Petersilie, Liebstöckel und Thymian abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Feta zerbröseln und mit den Kräutern vermischen. Die Kartoffeln schälen und grob reiben. Die Kartoffelspäne in ein Küchentuch geben und fest ausdrücken. Eine Pfanne mit 2-3 EL Olivenöl erwärmen. Kleine Kartoffelhäufchen in die Pfanne setzen, etwas Käse mit Kräutern darauf geben, darauf wieder Kartoffelspäne geben und die kleinen Rösti etwas flachdrücken. Langsam von beiden Seiten braten. Kurz vor dem Anrichten mit Salz und Pfeffer würzen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Das entstandene Fruchtwasser von Gurke und Rettich abschütten. Dann zu Gurke und Rettich Apfelessig, Sonnenblumenöl, 1 TL Zucker und Schnittlauch geben, alles gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Röst mit dem Salat anrichten.

Vincent Klink 28. Juni 2012

## Mezze-Platte

### Für 6 Personen

200 g Kichererbsen	1 l Gemüsebrühe	2 Auberginen
1 Bund glatte Petersilie	1 Zitrone	2 Knoblauchzehen
Salz	170 ml Olivenöl	1/2 Bund Koriander
2 EL Tahina (Sesampaste)	300 g Blattspinat	100 g griechischer Joghurt
3 Zweige Thymian	150 g Schafskäse	6 Blätter Yufka- oder Filoteig
3 EL Butterschmalz	1 Fleischtomate	1/2 Gurke
1 Frühlingszwiebel	Pfeffer	

Für das Kichererbsenpüree die Kichererbsen über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Dann abgießen und in einem Topf mit 1 l Gemüsebrühe weichkochen. Den Backofen auf 250 Grad (Umluft 240 Grad) vorheizen. Für das Auberginenpüree in der Zwischenzeit die Auberginen waschen, mit einer Gabel mehrmals einstechen, in eine Auflaufform geben und im Ofen ca. 30 Minuten weich garen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Von der Zitrone den Saft auspressen. Knoblauch schälen, fein hacken bzw. mit dem Messer etwas zerdrücken. Die weich gegarten Auberginen halbieren und das Fruchtfleisch auskratzen. Das Fruchtfleisch mit Petersilie, Salz, 30 ml Olivenöl und einer zerdrückten Knoblauchzehe zu einer Paste vermischen, evtl. mit dem Messer noch etwas zerhacken. Evtl. mit einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Die Hälfte der weich gekochten Kichererbsen aus dem Topf nehmen, abtropfen. Koriander abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Abgetropfte Kichererbsen mit Salz, etwas Zitronensaft und Koriander mischen und ca. 50 ml Olivenöl unterrühren. Die restlichen Kichererbsen fein pürieren und mit Salz, Sesampaste und ca. 30 ml Olivenöl abschmecken. Für den Spinatjoghurt Spinat putzen, waschen und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl zusammenfallen lassen. Dann den Spinat auf ein Sieb geben, ausdrücken und fein hacken. Joghurt mit Salz und einer zerdrückten Knoblauchzehe würzen und den gehackten Spinat untermischen. Für die Käsestangen Thymian abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Schafskäse zerbröseln, Thymian untermischen und mit Salz abschmecken. Die Masse auf die Teigblätter geben und zu schmalen Stangen aufdrehen. Diese in einer Pfanne mit Butterschmalz goldbraun braten. Tomate, Gurke und Frühlingszwiebel waschen und in kleine Würfel schneiden. Alles in eine Schüssel geben und mit Salz, Pfeffer, 1 Spritzer Zitronensaft und 2 EL Olivenöl marinieren. Alles auf Tellern oder einer großen Platte anrichten und servieren.

Jacqueline Amirfallah 25. April 2012

# Milch-Reis-Kroketten mit Ananas und Chili-Vanille-Soße

## Für 4 Personen

1 l Milch	150 g Milchreis	Zucker
1/2 frische Ananas	1 Vanilleschote	1 rote Chilischote
200 g Hefezopf vom Vortag	4 Eier	2 EL Mehl
1 EL Butter	1-2 EL brauner Zucker	Butterschmalz

600 ml Milch und den Milchreis in einen Topf geben und aufkochen lassen, dabei öfter umrühren, mit etwas Zucker abschmecken und ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis der Reis weich ist und die Konsistenz des Milchreis relativ dick ist. Dann auskühlen lassen. Milchreis in einen Spritzbeutel mit großer Lochtülle geben und zu ca. 7 cm lange Rollen (Kroketten) auf einen großen Teller oder eine Platte aufspritzen, dann kalt stellen. Ananas schälen, den harten Strunk ausschneiden und das Fruchtfleisch in schöne Stücke schneiden. Die Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herausstreichen. Chili halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch sehr fein hacken. Hefezopf in feine Brösel reiben oder cuttern. Die Eier trennen. Die Milchreisrollen in Mehl wenden, durchs Eiweiß ziehen und mit den Hefezopfbröseln panieren. Eigelbe mit 400 ml Milch, Vanillemark, gehackte Chili und 2 EL Zucker in einen Schlagkessel geben und über dem heißen Wasserbad aufschlagen, bis die Eier binden und die Sauce eine dickliche Konsistenz hat. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Ananasstücke anbraten, braunen Zucker überstreuen und diesen karamellisieren lassen. In einer tiefen Pfanne mit reichlich Butterschmalz die Milchreiskroketten goldbraun ausbraten. Die Milchreiskroketten mit der Vanillesauce und den Ananasstücken anrichten.

Jacqueline Amirfallah 15. Februar 2012



## Morchel-Risotto mit Frühling-Zwiebeln

### Für 2 Personen

#### Für den Risotto:

1 Schalotte	4 Frühlingzwiebeln	15 g getrocknete Morcheln
6 frische Morcheln	300 ml Geflügelfond	5 EL Butter
100 g Risottoreis	100 ml trockener Weißwein	Meersalz
20 g Parmesan	Pfeffer	

#### Für die Parmesan Chips:

40 g Parmesan	1 TL Mehl	Pfeffer
1 EL Olivenöl		

#### Für den Risotto::

Die Schalotte schälen und fein hacken. Die Frühlingzwiebeln waschen und das Grüne fein schneiden. Das Weiße in 2 cm lange Stücke schneiden und halbieren. Die getrockneten Morcheln in einem Cutter fein mahlen. Die frischen Morcheln gründlich putzen und waschen. Geflügelfond in einem Topf erhitzen. In einem Topf 1 EL Butter erhitzen und die Schalotte farblos anschwitzen. Den Reis zugeben und mit Weißwein ablöschen. Die Flüssigkeit einkochen lassen und nach und nach mit dem kochend heißen Geflügelfond auffüllen und den Risotto unter ständigem Rühren bissfest garen. Für die Parmesan Chips In der Zwischenzeit für den Parmesanchip den Parmesan fein reiben, mit Mehl mischen und mit Pfeffer würzen. In eine heißen beschichteten Pfanne Olivenöl geben und den Parmesan dünn verteilt einstreuen. Von beiden Seiten goldbraun ausbacken lassen. Die frischen Morcheln in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen und mit Salz würzen. In einer weiteren Pfanne mit 1 EL Butter die weißen Zwiebellauchstangen anschwitzen, leicht salzen. Risotto mit dem Morchelpulver abschmecken. Übrigen Parmesan fein reiben. Parmesan und die restliche Butter nach und nach unter den Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Anrichten den geschnittenen grünen Lauch dazugeben. Risotto anrichten, Morcheln zugeben und angeschwitzten Frühlinglauch über das Gericht geben. Zum Schluss mit Parmesan Chip garnieren.

Jörg Sackmann 27. März 2012

## Ofen-SchlupferSoufflé mit Schoko-Soße

### Für 4 Personen

30 g Haselnüsse	ca. 110 g Zucker	300 g Hefezopf
2 Äpfel, Boskoop	Butter	1 Vanilleschote
5 Eier	500 ml Milch	40 g dunkle Kuvertüre (70%)
120 ml Sahne	10 ml Mandellikör	Puderzucker

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 170 Grad) vorheizen. Haselnüsse grob hacken und mit 20 g Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen. Aus der Pfanne nehmen, auf einem Backbrett auskühlen lassen und nochmals hacken. Hefezopf in dünne ca. 6 cm große Würfel, Äpfel schälen, entkernen, in Spalten und dann in Würfel schneiden. 4 Souffléformen (Durchmesser ca. 12 cm) ausbuttern und zuckern. Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herausstreichen. Die Eier trennen. Eigelb und Vanillemark mit der Milch verrühren und geschnittenen Hefezopf, Apfelwürfel und gehackte Haselnüsse unterheben. Eiweiß zu Schnee schlagen, dabei nach und nach 80 g Zucker unterrühren. Eischnee unter die vorbereitete Masse heben und alles bis 1 cm unter den Formenrand in die Souffléformen füllen. Eine ofenfeste Form ca. 2 cm hoch mit Wasser füllen, die Souffléformen darauf stellen und so im heißen Ofen ca. 20 Minuten garen. Für die Schokosauce die Kuvertüre fein hacken. Sahne und Mandellikör erhitzen, die Kuvertüre zugeben und bei geringer Hitze unter ständigem Rühren langsam schmelzen. Mit etwas Puderzucker abschmecken. Die gegarten Soufflés vorsichtig aus der Form stürzen, auf Tellern anrichten und die Schokosauce angießen.

Vincent Klink 08. März 2012

## Pochierte Eier auf Erbsen-Püree mit Frühling-Gemüse

### Für 4 Personen

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
1 Prise Zucker	400 g frische Erbsen, gepuhlt	100 ml Milch
100 ml Sahne	Salz, Pfeffer	80 g Zuckerschoten
1 Bund junge Frühlingszwiebeln	2 weiße Rübchen	1 Bund junge Möhren
2 kleine Artischocken	80 g frische große Bohnenkerne	4 frische Bio-Eier
3 Stängel glatte Petersilie	4 Stängel Kerbel	2-3 EL Olivenöl
50 ml Hühnerbrühe	1 Prise Piment d'Espelette	1 EL geschlagene Sahne

Schalotte und Knoblauch schälen und sehr fein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Butter Schalotte und Knoblauch anschwitzen, 1 Prise Zucker und die Erbsen zugeben. Kurz andünsten, dann mit Sahne und Milch auffüllen und die Erbsen weich kochen, bis die Flüssigkeit fast vollständig eingekocht ist. Dann die Erbsen fein pürieren, durch ein Sieb streichen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für das Gemüse von den Zuckerschoten die Fäden ziehen, die Schoten in gleichmäßige Rauten schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in 4 cm lange Stücke schneiden. Rübchen und Karotten waschen, schälen, in Scheiben und dann in Rauten schneiden. Artischocken putzen, tournieren und in feine Spalten schneiden. Von den frischen Bohnenkerne die äußere Haut und den Keim entfernen. 4 Souffléformen (6 x 4,5 cm) mit hitzebeständiger Klarsichtfolie so auslegen, dass die Folie übersteht. Die Eier trennen, dabei darauf achten, dass das Eigelb nicht ausläuft. Eiweiß mit einer Prise Salz zu Schnee schlagen. Eischnee in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen und etwas Eischnee an den Boden und die Ränder der Souffléformen spritzen. Rohe Eigelbe vorsichtig in die Mitte setzen. Mit restlichem Eischnee bedecken. Förmchen mit überstehender Folie bedecken. In ein 80 Grad warmes Wasserbad stellen und im vorgeheizten Ofen bei 86 Grad 6 Minuten pochieren. Petersilie und Kerbel abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. In einer beschichteten Pfanne mit Olivenöl die vorbereiteten Gemüse kurz anbraten, sie sollen leicht Farbe bekommen, aber noch knackig sein. Kurz vor dem Anrichten Geflügelbrühe angießen, Petersilie und Kerbel untermischen und mit Salz, Pfeffer und Piment d' Espelette abschmecken. Das Erbsenpüree nochmal erwärmen, geschlagene Sahne unterheben und in der Tellermitte anrichten. Die Eier aus der Folie nehmen und auf das Püree setzen. Gemüse dekorativ darum herum verteilen, den Kräutersud angießen und sofort servieren.

Harald Wohlfahrt 02. April 2012

# Quark-Nockerln mit Rhabarber-Kompott

**Für 4 Personen**

**Für die Quarknocken:**

350 g Quark	150 g Weißbrot ohne Rinde	60 g Butter
50 g Puderzucker	1 Eigelb	1 Ei 1 Msp. Zitronenabrieb
300 ml Milch	3 EL Zucker	1 Vanilleschote

**Für den Krokant:**

80 g Haselnüsse	2 EL Zucker	1 EL Butter
-----------------	-------------	-------------

**Für das Rhabarberkompott:**

500 g Rhabarber	1/8 l trockener Weißwein	2 EL Zucker
1 Vanilleschote	1 EL Speisestärke	3 EL Orangensaft
30 ml Orangenlikör		

Den Quark gut abtropfen lassen. Das Brot in feine Würfel schneiden. Butter mit Puderzucker, Eigelb, Ei und Zitronenschale in einem Schlagkessel schaumig schlagen. Unter die schaumig geschlagene Masse die Brotwürfel und den Quark heben, die Schüssel mit einer Frischhaltefolie abdecken und im Kühlschrank mindestens 40 Minuten quellen lassen. Für den Nusskrokant die Haselnüsse fein hacken. Dann in einer Pfanne mit 2 EL Zucker und 1 EL Butter hellbraun bräunen. Die Masse auf ein Backpapier aufstreichen und auskühlen lassen. Wenn sie erkaltet ist, vorsichtig vom Papier lösen und wieder zerhacken. Für das Kompott den Rhabarber schälen und in 3 cm lange Stücke schneiden, mit dem Wein, Zucker und Vanillemark in einen Topf geben und 5 Minuten pochieren. Stärke mit Orangensaft verrühren, zum Rhabarber geben, noch einmal kurz aufkochen, mit Orangenlikör abschmecken und abkühlen lassen. Milch mit Zucker in einen Topf geben. Vanilleschote längs halbieren und das Mark austreichen. Vanillemark und ausgekratzte Vanilleschote in den Topf geben und aufkochen. Aus der Quarkmasse Nocken abstechen und diese in der Vanillemilch ca. 15 Minuten pochieren. Die Quarknocken anrichten, mit Krokant bestreuen und mit dem Rhabarberkompott servieren.

Vincent Klink 31. Mai 2012

# Ragout von Schwarzwurzeln und Walnüssen

## Für 4 Personen

1 kg Kartoffeln, mehlig	1 kg Schwarzwurzeln	1 Spritzer Essig
2 Schalotten	3 EL Butterschmalz	Salz
1 Lorbeerblatt	evtl. 50 ml Gemüsebrühe	100 g Walnusskerne
6 Datteln	3 EL Sonnenblumenöl	4 Blätter Frühlingsrollenteig
1/2 Bund glatte Petersilie	2 Stängel Majoran	150 ml Milch
1 EL Butter	Muskatnuss	100 ml Sahne

Die Kartoffeln waschen und weich kochen. Für die Schwarzwurzeln eine flache große Schüssel mit kaltem Wasser bereitstellen. Einen Spritzer Essig oder Zitronensaft unter das Wasser mischen. Die Schwarzwurzeln schälen und ins vorbereitete Wasser legen, damit sie nicht braun werden. Schalotten schälen und fein würfeln. Die Schwarzwurzeln in ca. 10 cm lange Stücke schneiden und diese dann der Länge nach halbieren oder vierteln. Die Schalotten in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen, die Schwarzwurzeln zugeben und ca. 10 Minuten mit dünsten. Mit Salz würzen und ein Lorbeerblatt einlegen. Darauf achten, dass die Schwarzwurzeln nicht braun werden, sondern schön hell bleiben, falls nötig Gemüsebrühe zugeben. Die Walnüsse und die Datteln fein hacken. Die Hälfte der gehackten Walnüsse mit 3 EL Sonnenblumenöl fein pürieren. Die Frühlingsrollenteigblätter auslegen, mit dem pürierten Walnussöl bestreichen und mit den Datteln bestreuen. Jedes Blatt zu einer dünnen Rolle aufrollen. Petersilie und Majoran abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Milch erwärmen. Die Petersilienblätter mit der Milch pürieren und unter die Kartoffeln mischen. Die gekochten Kartoffeln pellen und durch die Presse geben, 1 EL Butter untermischen und mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Wenn die Wurzeln bissfest sind, Sahne zugeben und nochmals einige Minuten köcheln lassen. Die vorbereiteten Teigrollen in einer Pfanne mit Butterschmalz goldbraun braten. Majoran fein hacken. Die Schwarzwurzeln abschmecken, die restlichen gehackten Walnüsse und den Majoran zugeben. Das Schwarzwurzelragout mit dem Püree und der gebratenen Dattel-Walnuss-Stange servieren.

Jacqueline Amirfallah 18. Januar 2012

## Ricotta-Ravioli in Tomaten-Sud mit Artischocken

### Für 4 Personen

250 g Hartweizenmehl	150 g Nudelmehl	Salz
4 Eier	5, 5 EL Olivenöl	10 Tomaten
1 Knoblauchzehe	2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian
Pfeffer	1 Bund Basilikum	250 g Ricotta
4 kleine Artischocken	1-2 EL Butter	8 Kirschtomaten
Basilikum		

Aus den beiden Mehlen, 1 Prise Salz, den Eiern und 1 TL Olivenöl einen glatten Nudelteig kneten. Den Teig in Frischhaltefolie verpackt mindestens 2 Stunden (am besten über Nacht) im Kühlschrank ruhen lassen. Die Tomaten waschen und den Strunkansatz ausschneiden. Dann die Tomaten vierteln und in einem Mixer grob pürieren. Pürierte Tomaten mit einer geschälten Knoblauchzehe, je einem Zeig Rosmarin und Thymian, 2 EL Olivenöl in einen Topf geben und kurz aufkochen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Masse mit dem Stabmixer fein pürieren und anschließend durch ein feines Sieb mit Passiertuch passieren. Dabei die Masse nur abtropfen lassen, beim Passieren keinen Druck ausüben, dann bleibt der Fond klar. Den Tomatensud mit Salz und Pfeffer abschmecken. Basilikum abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Ricotta gut ausdrücken und mit Basilikum mischen. Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken. Den Nudelteig mit einer Nudelmaschine dünn ausrollen und Kreise von ca. 8 cm ausstechen bzw. ausschneiden. Auf die Hälfte der Teigkreise jeweils 1 TL Ricottamasse geben, die anderen Teigkreise darauf geben und die Ränder gut zusammendrücken (evtl. die Teigränder zuvor ganz leicht mit einem Pinsel anfeuchten). Die Ravioli in einem Topf mit kochendem Salzwasser ca. 3-4 Minuten kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. Die Artischocken putzen, äußere harte Blätter und harte Blattspitzen entfernen. Dann achteln und in einer Pfanne mit 3 EL Olivenöl goldbraun braten. Ebenfalls je 1 Zweig Rosmarin und Thymian für das Aroma mit in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Ravioli evtl. in einer Pfanne mit 1-2 EL Butter vorsichtig warm schwenken. Den Tomatensud erwärmen. Ravioli zusammen mit den Artischocken in tiefen Tellern anrichten. Den Tomatensud angießen. Nach Belieben mit Kirschtomaten und Basilikum garnieren.

Sören Anders 14. Mai 2012

## Rohr-Nudeln mit Apfelmus und Vanille-Soße

**Für 4 Personen**

**Für die Rohrnudeln:**

400 ml Milch	20 g Hefe	80 g Zucker
500 g Mehl	100 g Butter	2 Eier
1 Prise Salz	1/2 TL Zitronenschale	Für das Apfelmus
1/4 l Weißwein oder Apfelsaft	5 Äpfel (Boskoop)	3-5 EL Zucker
1 Zimtstange		

**Für die Vanillesauce:**

1 Vanilleschote	60 g Zucker	400 ml Milch
3 Eigelb	1 EL Sahne	

Für die Rohrnudeln Den Ofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. 200 ml Milch mit der Hefe und einer Prise Zucker verquirlen und bei Raumtemperatur 10 Minuten gehen lassen. Dann den restlichen Zucker, Mehl, 80 g Butter, Eier, 1 Prise Salz und die Zitronenschale hinzugeben und zu einem glatten Teig kneten. Eine Stunde gehen lassen, dann nochmal durchkneten und tischtennisballgroße Kugeln formen. Die Kugeln in einen gefetteten backofengeeigneten Topf oder Bräter geben. Restliche Milch darüber gießen und alles mit Butter bepinseln. Für ca. 30 Minuten in den Ofen schieben. Für das Apfelmus Wein oder Apfelsaft in einen Topf geben. Die Äpfel waschen und ungeschält mit dem Kerngehäuse (viel Pektin drin) in grobe Würfel oder Spalten schneiden. Zucker und die Zimtstange mit den Äpfeln in den Topf geben. Alles aufkochen und bei geschlossenem Deckel 15 Minuten dünsten. Nach Geschmack noch etwas Zucker dazugeben. Wenn die Äpfel weich sind, alles durch ein grobes Sieb oder die Flotte Lotte passieren. Für die Vanillesauce Die Vanilleschote horizontal einschneiden und das Mark herauskratzen. Zucker und Vanillemark mit der Milch aufkochen. Gut durchkochen und noch einige Zeit ziehen lassen. Die Eigelbe mit einem Esslöffel Sahne kurz aufschlagen. Eigelbe in die heiße, nicht mehr kochende Milch einschlagen. Auf schwachem Feuer oder im Wasserbad mit dem Schneebesen ständig am Topfboden rühren, bis die Flüssigkeit beginnt dick zu werden. Jetzt heftig schlagen, dabei den Topf vom Feuer nehmen, und solange weiter schlagen, bis der Topfboden seine Hitze abgegeben hat. Die Rohrnudeln mit dem Apfelmus und der Vanillesauce anrichten.

Vincent Klink 12. Januar 2012

## Schwarzwurzel-Rösti mit Endivien-Salat

### Für 4 Personen

800 g Kartoffeln, vorw. fest	1 Zitrone	1 TL Mehl
8 Schwarzwurzeln	Salz	2 Tomaten
1 Kopf Endiviensalat	1 Knoblauchzehe	3 EL Balsamico
5 EL Sonnenblumenöl	1 Prise Zucker	Pfeffer
4 Schalotten	100 ml Weißwein	150 g Butter
200 g Gruyere	1 Prise Muskatblüte	2-3 EL Butterschmalz
2 Eigelb		

Die Kartoffel in der Schale bissfest kochen, abkühlen lassen und schälen. Von der Zitrone den Saft auspressen. Für die Schwarzwurzeln eine Schüssel mit kaltem Wasser bereitstellen. Etwas Zitronensaft und Mehl unter das Wasser mischen. Die Schwarzwurzeln schälen, in ca. 7 cm große Stücke schneiden und ins Mehl-Zitronenwasser legen, damit sie nicht braun werden. In einem Topf mit kochendem Salzwasser und einem Spritzer Zitronensaft die Schwarzwurzelstücke weich garen, herausnehmen und abtropfen lassen. Tomaten am Stielansatz einritzen, in kochendem Salzwasser blanchieren, abschrecken und die Haut abziehen. Die Tomaten vierteln, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Salat putzen, in feine Streifen schneiden, waschen und gut abtropfen lassen. Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Knoblauch, Essig und Sonnenblumenöl mit einer Prise Zucker, Salz und Pfeffer zu einer Vinaigrette verrühren. Schalotten schälen, eine Schalotte in feine Würfel, den Rest in dünne Streifen schneiden. Die gewürfelten Schalotten in einem Topf mit Weißwein aufkochen, dann etwas abkühlen lassen und durch ein Sieb passieren. Die Butter in einen Topf geben und klären. Käse grob reiben. Gekochte Kartoffeln auf der groben Reibe reiben. Mit Salz, Pfeffer und Muskatblüte abschmecken. In einer Pfanne mit Butterschmalz aus den gewürzten Kartoffelspänen kleine Rösti ausbacken. Die Rösti von beiden Seiten goldbraun braten, herausnehmen und warm stellen. In der Pfanne die Schalottenstreifen anbraten. Den passierten Weißwein in einen Schlagkessel geben, Eigelbe zugeben und über dem Wasserbad schaumig aufschlagen, bis das Ei zu binden anfängt. Dann vom Wasserbad nehmen und langsam die geklärte Butter unterrühren. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Rösti auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und mit Schwarzwurzeln, Schalottenstreifen und Tomatenwürfeln belegen, etwas Sauce darauf träufeln und mit Käse bestreuen. Unter der Grillschlange oder bei Oberhitze im Backofen kurz gratinieren. Den Salat mit der Vinaigrette marinieren. Jeweils 2-3 belegte Rösti aufeinandergesetzt anrichten, mit der restlichen Sauce beträufeln und den Salat dazu reichen.

Martin Gehrlein 04. Januar 2012



# Spargel-Törtchen

## Für 6 Personen

20-25 Stangen grüner Spargel	Zucker, Salz	1 TL Butter
7-8 Blatt Gelatine	2 Tomaten	150 g Crème-fraîche
1 Zitrone, ausgepresst	1 Bund Basilikum	2-3 EL Olivenöl
400 g Mozzarella		

Spargel am unteren Drittel schälen und die Enden abschneiden. In einem Topf mit Wasser aus den Schalen mit Zucker, Salz und ein wenig Butter einen Spargelfond kochen (ca. 15 Minuten), diesen durch ein Sieb passieren. Im Fond 20 Stangen Spargel bissfest kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. Die Spitzen auf 4-5 cm Länge abschneiden, halbieren und 6 Metallringe (10 cm Durchmesser) damit auskleiden. Die restlichen gekürzten Spargelstangen würfeln. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Tomaten am Stielansatz einritzen, kurz blanchieren, häuten, entkernen und in Würfel. Von dem Spargelfond 400 ml abnehmen, die eingeweichte Gelatine darunter ziehen und auflösen. Crème-fraîche unterrühren und gewürfelten Spargel sowie Tomaten unterheben. Mit Salz und etwas Zitronensaft kräftig abschmecken und die Ringe damit auffüllen, mit Frischhaltefolie abdecken und mindestens 3 Stunden kalt stellen. Basilikum abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Restliche 5 rohe Spargelstangen mit dem Sparschäler längs in lange Streifen schneiden und mit etwas Salz, Zucker, etwas Zitronensaft, Olivenöl und Basilikum mischen. Mozzarella würfeln und die Hälfte der Würfel in einer warmen Pfanne kurz schmelzen. Spargeltörtchen vorsichtig aus den Ringen gleiten lassen, auf Tellern anrichten. Warme Mozzarellawürfel, etwas Spargelsalat und kalte Mozzarellawürfel darauf geben und servieren. Dazu Baguette reichen.

Jacqueline Amirfallah 18. April 2012

## Spitzkohl-Roulade auf Bergmann-Spargel in Rahm

### Für 4 Personen

#### Für die Bechamelsauce:

60 g Butter	60 g Mehl, gesiebt	500 ml Milch
1 Prise Muskatnuss	Meersalz, weißer Pfeffer	

#### Für die Spitzkohlroulade:

1 mittelgroßer Spitzkohl	1 Kartoffel, mehlig	Salz
1 Schalotte	5 EL Butter	Pfeffer, Muskat
80 g getrocknete Sauerkirschen	150 ml Portwein	150 ml Rotwein
1 Lorbeerblatt	1 Zweig Rosmarin	

#### Für den Bergmannsspargel:

1 Zitrone	500 g Schwarzwurzeln	Salz
2 Schalotten	1 EL Butter	10 g Mehl
150 ml Gemüsefond	100 ml Sahne	Pfeffer, Muskat

#### Für den Ontario-Apfel:

2 Äpfel (Ontario-Apfel)	200 ml Rotwein	30 g Zucker
20 g Tannenhonig	1 Zimtstange	30 ml Cassislikör
3 Sternanis	1/2 Vanilleschote	Zitronenschale
Orangenschale		

Für die Bechamelsauce Die Butter in einem Topf schmelzen, das Mehl mit einem Schneebesen unterrühren und bei mittlerer Hitze unter kräftigem Rühren anschwitzen. Die erwärmte Milch langsam unterrühren und bei schwacher Hitze zum Kochen bringen, ständig weiterrühren. Sobald der Siedepunkt erreicht ist, die Hitze reduzieren und die Sauce ca. 20 Minuten unter Rühren sanft köcheln lassen. Mit Muskat, Salz und weißem Pfeffer abschmecken. Für die Spitzkohlroulade 10 schöne Außenblätter abzupfen, halbieren und den Mittelstrunk entfernen. Den restlichen Spitzkohl ohne Strunk in feine Streifen schneiden. Die Kartoffel mit der Schale im Salzwasser weich kochen. In der Zwischenzeit einen großen Topf mit gesalzenem Wasser zum Kochen bringen, die Spitzkohlblätter darin weich kochen, anschließend im Eiswasser abschrecken und auf ein Küchentuch legen. Im gleichen Wasser den fein geschnittenen Spitzkohl kurz kochen und im Eiswasser abschrecken. In ein Sieb geben und gut abtropfen lassen. Ein Küchentuch auf ein Schneidebrett legen und die gekochten Spitzkohlblätter leicht überlappend auslegen, im Format 20 x 30 cm. Ein zweites Küchentuch darüber legen und mit einem Nudelholz unter Druck darüber rollen, damit sich die einzelnen Blätter miteinander festigen. Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. 2 EL Butter in einem Topf erhitzen, Schalottenwürfel darin farblos anschwitzen. Den fein geschnittenen Spitzkohl hinzugeben und unter Rühren erhitzen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die gekochte Kartoffel pellen, durchpressen und zur Bindung dazugeben. Die Spitzkohlmatte auf der Längsseite gerade schneiden, dünn mit etwas Béchamelsauce bestreichen. Darauf eine 5 - 6 mm dicke Schicht des Spitzkohlgemüses verteilen. Die Kirschen in drei gleichmäßigen Bahnen entlang der geraden Außenkante der Spitzkohlmatte darauf setzen. Mit Hilfe des Küchentuchs zu einer straffen Roulade formen, ähnlich wie einen Strudel. Die Roulade in Frischhaltefolie einwickeln und im Kühlschrank kalt stellen. Den Backofen auf 120 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Die Roulade aus der Folie packen und in 4 gleichmäßige Stücke schneiden, in eine Pfanne geben, mit 3 EL Butter belegen. Portwein, Rotwein, Lorbeerblatt und Rosmarin zugeben und im vorgeheizten Backofen ca. 15 Minuten erhitzen. Für den „Bergmanns-Spargel“ Eine Schüssel mit kaltem Wasser und etwas Zitronensaft vorbereiten. Die Schwarzwurzeln schälen, längs halbieren, in Rauten schneiden und diese für einige Minuten in das Zitronenwasser legen, damit sie nicht braun werden. In Salzwasser 4 – 6 Minuten garen, dann abgießen. Die Schalotten schälen, fein würfeln, in der Butter glasig schwitzen, mit etwas

Mehl bestäuben, mit Gemüsefond und Sahne auffüllen und mit Salz, Pfeffer sowie etwas Muskat abschmecken. Schwarzwurzel zugeben und eventuell mit Hilfe von etwas Mehl nachdicken. Für die Apfelbeilage Äpfel schälen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und in Spalten schneiden. Wein mit den restlichen Zutaten und der abgeriebenen Zitronen- und Orangenschale aufkochen. Apfelspalten zugeben und 5 Minuten in der leicht kochenden Flüssigkeit ziehen lassen. Wenn Sie mit einem kleinen Messer mühelos in die Apfelspalten stechen können, sind sie fertig. Äpfel vom Herd nehmen, über Nacht ziehen lassen. Die Spitzkohlroulade auf die Teller geben, mit dem rahmigen Bergmanns-Spargel und den Ontario-Äpfeln anrichten.

Frank Buchholz 06. Februar 2012

## Variationen vom Spargel

### Für 2 Personen

#### Für die Ei-Vinaigrette:

2 Stängel glatte Petersilie	2 Stängel Estragon	3 Halme Schnittlauch
1/2 Zitrone	3 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer, Zucker
1 Ei, hartgekocht		

#### Für die Kerbel-Hollandaise:

1 Bund Kerbel	3 EL Butter	100 ml Weißwein
1 EL Balsamico	2 Eigelb	Salz, Pfeffer

#### Für den Spargel:

500 g weißer Spargel	500 g grüner Spargel	Salz, Zucker
2,5 EL Butter	50 g Parmesan	100 g feine Weißbrotbrösel
1-2 Eier	1 EL Mehl	

Für die Vinaigrette Petersilie, Estragon und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Von der Zitrone den Saft auspressen. Olivenöl mit Zitronensaft und den Kräutern gut vermischen, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Das Ei schälen, fein hacken und unter die Vinaigrette mischen. Weißen Spargel schälen und die Enden abschneiden. Vom grünen Spargel die trockenen Enden abschneiden und das untere Drittel schälen. Die weißen Spargelstangen in mit Salz, Zucker und 1 TL Butter gewürztem Wasser ca. 8 Minuten kochen. Da die grünen Spargelstangen in der Regel etwas dünner sind, werden sie 2 Minuten später zum Kochen mit in den Topf gegeben. Für die Kerbelhollandaise Kerbel abspülen, trocken schütteln und fein hacken. 3 EL Butter in einem Topf bräunen. Weißwein, Balsamico und die Eigelbe in einen Schlagkessel geben und über dem heißen Wasserbad aufschlagen, bis die Masse anfängt zu binden. Dann den Kessel vom Wasserbad nehmen und die flüssige braune Butter nach und nach mit einem Schneebesen unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und den Kerbel unterrühren. Gekochten Spargel aus dem Topf herausnehmen, abtropfen lassen. Grünen Spargel auf Küchentrepp legen, damit sie möglichst trocken werden. Weißen Spargel in ein feuchtes Tuch gewickelt warm stellen. Parmesan fein reiben und mit den Brotbröseln vermischen. Ei in einer flachen Schale verquirlen. Den grünen Spargel an den Spitzen festhalten und die Stangen in Mehl wenden, durchs gequirlte Ei ziehen und anschließend in den Bröseln mischen. In einer Pfanne mit 2 EL Butter die panierten Spargelstangen rundum bei kleiner Hitze braten. Weißen und grünen Spargel auf Tellern anrichten, die Enden des weißen Spargels mit der Kerbelhollandaise begeben, die Ei-Vinaigrette an die Enden des panierten grünen Spargels geben.

Vincent Klink 10. Mai 2012

## Variationen von der Möhre mit Sauerampfer-Soße

### Für 2 Personen

600 g Möhren	1 Zitrone	1 Zwiebel
1 EL Butterschmalz	Salz, Zucker	150 ml Geflügelbrühe
5 g Agar Agar	3 EL Butter	1 EL Olivenöl
8 junge Bundmöhren mit Grün	1 Schalotte	1 Bund Sauerampfer
200 g Crème fraiche		

350 g Möhren schälen, in kleine Stücke schneiden. Von der Zitrone den Saft auspressen. Die Zwiebel schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Die Möhrenstücke zugeben, mit Salz und einer Prise Zucker würzen, 150 ml Geflügelbrühe angießen und zugedeckt weich dünsten. Anschließend fein pürieren und 5 g Agar Agar zugeben, kurz weiter kochen. 1 EL Butter und einen Spritzer Zitronensaft untermischen, nochmal abschmecken und dann in eine rechteckige Form (ca. 25 x 15 cm) gießen und erkalten lassen (ca. 3-4 Stunden). Restliche Möhren schälen, der Länge nach in dünne Streifen schneiden (mit dem Sparschäler oder der Brotschneidemaschine). Möhrenstreifen in eine Schüssel geben, etwas Salz, 1 Prise Zucker, 1 EL Olivenöl, etwas Zitronensaft darüber geben und alles gut vermischen und ziehen lassen. Die Bundmöhren so putzen, dass etwas Grün oben stehen bleibt. Die Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Butter anschwitzen. Möhren zugeben und weich dünsten. Mit Salz und einer Prise Zucker würzen. Sauerampfer abspülen, trocken schütteln und klein schneiden. Dann Sauerampfer mit Crème-fraîche mischen, fein pürieren, abschmecken und nach Bedarf durch eine Sieb passieren. Das Möhrengellee aus der Form stürzen und in Rechtecke schneiden. Möhrengellee, marinierte Möhrenstreifen und gedünstete Bundmöhren auf Tellern anrichten, die Sauerampfersauce angießen und servieren. Dazu passt Baguette mit Olivenöl.

Jacqueline Amirfallah 20. Juni 2012

## Wirsing-Roulade

### Für 4 Personen

1 Kopf Wirsing	Salz 2 Zwiebeln	3 EL Butterschmalz
300 ml Sahne	Kümmel, Chilipulver	150 g Erdnüsse, ungesalzen
200 g Greyerzer	3 EL Erdnussbutter	1/2 rote Chilischote
1/2 grüne Chilischote	1 EL Butter	1 Spritzer Sojasauce

Den Backofen auf 80 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Die dunklen äußeren Blätter vom Kohlkopf abnehmen und entfernen. Dann den Strunk des Kohlkopfes heraus schneiden und vorsichtig 8 große Kohlblätter ablösen. Diese in einem Topf mit kochendem Salzwasser kurz blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Restlichen Wirsing (ca. 800 g) fein schneiden. Zwiebeln schälen, fein schneiden und in einem Schmortopf mit 1 EL Butterschmalz eine fein geschnittene Zwiebel anschwitzen. Den geschnittenen Wirsing zugeben und braten, bis der Wirsing etwas Farbe angenommen hat. 200 ml Sahne angießen und fast vollständig einkochen lassen. Mit Salz, Kümmel und Chilipulver würzen. 120 g Erdnüsse fein hacken, den Käse fein reiben. 1 EL Erdnussbutter, gehackte Erdnüsse und Käse zugeben, gut verrühren und nochmal abschmecken. Diese Masse auf die 8 großen Wirsingblätter verteilen, die Seitenränder einschlagen und zu Rouladen aufrollen. In einer großen Pfanne mit 2 EL Butterschmalz die Rouladen von allen Seiten goldbraun anbraten, herausnehmen in eine Auflaufform geben und im vorgeheizten Backofen warm stellen. Rote und grüne Chili längs halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein hacken. Die restliche gewürfelte Zwiebel in Rouladenpfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, mit Sojasauce ablöschen, 100 ml Sahne und 2 EL Erdnussbutter zugeben. Gehackte Chili zugeben und mit Salz abschmecken. Die Sauce kurz aufkochen, restliche Erdnüsse zugeben und abschmecken. Die Wirsingrouladen anrichten, mit der Sauce übergießen und servieren. Dazu passt Kartoffelpüree.

Jacqueline Amirfallah 29. Februar 2012



# Verschiedenes

# Nudelteig

## Für 2 Personen

125 g doppelgriffiges Mehl    1 Ei    2 Eigelb  
2 EL Olivenöl                    Salz    1 EL Wasser

Mehl, Ei, 1 Eigelb, 1 EL Öl, eine Prise Salz und Wasser in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig kneten. Ist der Teig zu hart, noch etwas Wasser oder Öl zugeben. Den Teig in Frischhaltefolie verpackt etwa 1 Stunde ruhen lassen. Den vorbereiteten Nudelteig mit der Nudelmaschine dünn ausrollen.

Jörg Sackmann 24. Januar 2012

# Omelette-Soufflée mit Erdbeeren-Kompott, Joghurt-Soße

## Für 1 Person:

300 g reife Erdbeeren    1 Vanilleschote    2 EL Zucker  
150 g Naturjoghurt    2 EL Puderzucker    1 Msp. abger. Zitronenschale  
2 Eier                    1 Prise Salz            1 TL Butter

Für das Erdbeerkompott die Erdbeeren vorsichtig waschen, trocknen, den Stielansatz entfernen und die Beeren halbieren. Die Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herausstreichen. Beeren mit der Hälfte des Vanillemarks und Zucker in einen Topf geben und kurz aufkochen, dann den Topf zur Seite ziehen. Joghurt mit restlichem Vanillemark, 1 EL Puderzucker und abgeriebener Zitronenschale vermischen. Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Für das Omelett-Soufflé die Eier trennen. Das Eiweiß mit einer Prise Salz und 1 EL Puderzucker zu lockerem Eischnee schlagen. Dann die Eigelbe untermischen. In eine backofengeeigneten Pfannen mit 1 TL Butter die Eimasse geben und leicht anziehen lassen, dann, wie beim Omelett typisch, leicht zusammenfallen und ca. 1 Minuten im vorgeheizten Ofen fertig garen. Das Omelett auf dem Teller anrichten, Erdbeerkompott und Joghurtsauce dazugeben und servieren.

Vincent Klink 14. Juni 2012



**Wild**

# Geschnetzeltes vom Reh- Maibock, Spätzle, Kohlrabi-Gemüse

## Für 2 Personen

200 g Mehl	2-3 Eier	Salz
4-6 junge kleine Karotten	1 Kohlrabi	1/2 Bund glatte Petersilie
6 EL Butter	100 ml Kalbsfond	300 g Rehkeule vom Maibock
100 g Champignons	1 Schalotte	3 Wacholderbeeren
Pfeffer	1 TL Mehl	50 ml Weißwein
100 ml braunen Wildfond	100 ml Sahne	Zucker

Für die Spätzle das Mehl in eine Schüssel geben und in der Mitte des Mehlbergs eine Kuhle eindrücken. Die Eier einschlagen und eine Prise Salz zugeben. Alles mit einem Kochlöffel vermengen und so lange schlagen, bis ein glatter Teig entstanden ist. Die Teigschüssel mit einer Klarsichtfolie verschließen und den Teig eine halbe Stunde ruhen lassen. In der Zwischenzeit einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Ein Spätzlebrett kurz in kochendes Wasser tauchen, darauf ca. 2 Esslöffel Teig streichen. Den Teig mit einem ebenfalls angefeuchteten Teigschaber zuerst flach streichen und dann dünne Streifen ins kochende Wasser schaben. Wenn die Spätzle gar sind, steigen sie nach oben. Mit einem Sieblöffel die Spätzle aus dem kochenden Wasser herausnehmen und kurz in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben. Anschließend absieben. Das Ganze so lange wiederholen, bis der Teig aufgebraucht ist. Die Karotten vorsichtig schälen, etwas Grün (ca. 1,5 cm) dran lassen und in einem Topf mit Salzwasser ca. 5 Minuten blanchieren. Herausnehmen und abtropfen lassen. Kohlrabi schälen und in kleine Würfel schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. In einem Topf mit 1 EL Butter Kohlrabi anschwitzen und den Kalbsfond angießen. Zugedeckt ca. 5 Minuten köcheln lassen. Dann den Deckel abnehmen und den Fond einkochen lassen. Das Gemüse mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Petersilie untermischen. Das Rehfleisch in kleine Stücke schneiden. Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Schalotte schälen, fein schneiden. Wacholderbeeren fein hacken. Fleisch mit Salz, Pfeffer und Wacholder würzen und in einer Pfanne mit 2 EL Butter anbraten, Pilze und Schalotten zugeben. Leicht anbraten und mit etwas Mehl bestäuben. Dann alles in ein Sieb über einen Topf abgießen. So kann der Fleischsaft abtropfen. In der Fleischpfanne den Bratensatz mit Weißwein lösen, Wildfond zugeben und etwas einkochen. Dann die Sahne zugeben und aufkochen lassen. Zuletzt den aufgefangenen Fleischsaft zur Sauce geben, auf die gewünschte Konsistenz einkochen und abschmecken. Die Karotten in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwanken, mit Salz und Zucker abschmecken. Die Spätzle in einer Pfanne mit 2 EL Butter warm schwenken. Fleisch und Pilze in die Sauce geben und kurz warm schwenken. Das Geschnetzelte mit den Spätzle, Kohlrabigemüse und Karotten anrichten.

Otto Koch 01. Juni 2012

# Hirsch-Haxe mit Quitten-Essig, Petersilienwurzel-Gemüse

## Für 4 Personen

1 Lorbeerblatt	4 Wacholderbeeren	2 Gewürznelken
6 Körner tasmanischer Pfeffer	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
4 Hirschhaxen	1 l Buttermilch	80 g Zwiebel
80 g Karotte	80 g Sellerie	6 EL Sonnenblumenöl
200 ml Portwein, rot	200 ml Rotwein	100 ml Quittenessig
200 ml Wildfond	Meersalz, weißer Pfeffer	Für das Gemüse
600 g Petersilienwurzel	3 Schalotten	1 Knoblauchzehe
4 EL Weißwein	1 Prise Kümmel, fein gemahlen	1/2 Bund Blattpetersilie
15 g Walnusskerne		

Lorbeerblatt, Wacholder, Nelken, tasmanischer Pfeffer, Rosmarin und Thymian in einem Mörser fein zermahlen. Hirschhaxen in eine Auflaufform geben, die Buttermilch angießen und die Gewürze untermischen. Mit Frischhaltefolie abdecken und im Kühlschrank 48 Stunden ziehen lassen. Dabei die Haxen immer mal wieder drehen. Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen. Zwiebel, Karotte und Sellerie schälen und in Würfel schneiden. Haxen aus der Gewürzmilch nehmen, mit Küchenpapier gut abtropfen. In einem Schmortopf 4 EL Sonnenblumenöl erhitzen und die Haxen von allen Seiten gut anbraten. Haxen herausnehmen und im Bratfett das gewürfelte Wurzelgemüse goldbraun anrösten. Portwein, Rotwein, Quittenessig und Wildfond zugeben, die Haxen wieder einlegen und zugedeckt im Ofen ca. 5 Stunden schmoren. Dabei die Haxen immer wieder mit etwas Schmorfond übergießen und den Garzustand kontrollieren. Die gegarten Haxen im Schmorfond erkalten lassen, dann herausnehmen, das Fleisch vom Knochen lösen und portionieren. Den Fond durch ein feines Sieb streichen und zur gewünschten Konsistenz einkochen. Mit Meersalz, Pfeffer und Quittenessig abschmecken. Für das Gemüse Die Petersilienwurzel schälen, in gleichmäßige Spalten schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. In einer tiefen Pfanne 2 EL Sonnenblumenöl erhitzen, Petersilienwurzeln zugeben und goldgelb anbraten. Schalotten und Knoblauch zugeben, mit Weißwein ablöschen und das Gemüse bissfest bis weich schmoren, mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und die Blätter in feine Streifen schneiden. Walnüsse hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Nüsse und Petersilie unter das Petersilienwurzelgemüse mischen. Die portionierte Hirschhaxen in der Sauce erhitzen und auf den vorgewärmten Tellern verteilen. Petersilienwurzelspalten daneben anrichten

Michael Kempf 03. Februar 2012

## Pfeffer-Steak vom Kürbis mit gebratener Wachtel-Brust

### Für 2 Personen

400 g Muskatkürbis	200 ml Rotwein	75 ml Geflügelfond
100 ml dunkler Holunderbeerensaft	100 g Holunderbeeren (TK)	Meersalz, Pfeffer
1 Spritzer Zitronensaft	3 EL Gewürzmischung	Zucker
3-4 EL geröstetes Sesamöl	8 Wachtelbrüste	

Den Kürbis entkernen, schälen und in vier gleich große Scheiben schneiden. Den Rotwein mit dem Geflügelfond und dem Holundersaft in einen Topf geben und auf die Hälfte einkochen lassen. Die Holunderbeeren dazugeben, nochmals aufkochen und mit einem Stabmixer fein pürieren. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken, durch ein feines Sieb passieren und zur gewünschten Konsistenz einkochen. Die Kürbisscheiben mit Salz, der Mélange noir und einer Prise Zucker würzen und langsam in einer Pfanne mit etwas Sesamöl braten. Die Wachtelbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit etwas Sesamöl etwa 5-6 Minuten braten. Dann die Wachtelbrüste auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Pro Portion zwei Wachtelbrüste in die Mitte des Tellers setzen, darauf das Pfeffersteak vom Kürbis platzieren, zwei Wachtelbrüste dekorativ anlegen und die Holundersauce angießen.

Frank Buchholz 17. Januar 2012

## Reh-Ragout mit Schupf-Nudeln

### Für 2 Personen

#### Für das Ragout:

20 g getr. Steinpilze	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 Karotte	100 g Sellerie	20 g ger. Bauchspeck
450 g Rehschulter	Pfeffer	2 EL Butterschmalz
3 Wacholderbeeren	250 ml Rotwein	2 EL Balsamico
Salz		

#### Für die Schupfnudeln:

300 g mehligk. Kartoffeln	Salz	2 Eigelb
4 EL Mehl	1 Prise Muskat	1 EL Butter

Für das Ragout:

Die getrockneten Pilze in kaltem Wasser zehn Minuten einweichen. Zwiebel, Knoblauch, Karotte und Sellerie schälen. Zwiebel und Knoblauch fein würfeln, das Gemüse in 5 mm große Würfel schneiden. Speck fein würfeln. Die Rehschulter von den größten Sehnen befreien und in 3 cm große Stücke schneiden. Fleischstücke mit Pfeffer würzen und in einem Topf oder einer tiefen Pfanne mit 2 EL Butterschmalz rundum anbraten. Speck, Zwiebel, Knoblauch, Karotte und Sellerie zugeben und anbraten. Die Pilze ausdrücken zugeben und mit dem Einweichwasser und etwas Rotwein ablöschen. Wacholderbeeren andrücken und ebenfalls zugeben. Unter gelegentlichem Umrühren alles zugedeckt ca. 45 Minuten schmoren, dabei immer wieder mit etwas Wein ablöschen.

Für die Schupfnudeln:

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser kochen. Sind sie weich, abschütten und wieder in den Topf zurückgeben. Gut ausdampfen lassen. Die Kartoffeln noch heiß durch eine Pürierpresse drücken. Sofort das Eigelb und anschließend so wenig Mehl wie nötig darunter rühren, so dass ein formbarer Teig entsteht. Mit Salz und Muskat würzen. Den Teig zu kleinen Würstchen mit spitzen Enden drehen. Die Schupfnudeln in schwach kochendem Wasser abkochen, herausnehmen, abtropfen lassen. Die Schupfnudeln kurz vor dem Servieren in einer Pfanne mit 1 EL Butter warm schwenken. Die weich gegarten Fleischwürfel in einen anderen Topf umstechen und die Sauce mixen und mit Balsamico, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch wieder in die Sauce geben und mit den Schupfnudeln anrichten.

Vincent Klink 26. Januar 2012



# Wurst-Schinken

## Gruyere Käse-Krapfen mit Frühling-Salat

### Für 2 Personen

80 g gemischte Kräuter	1 Zwiebel	4 Birnen
5 g Ingwer	1 EL Olivenöl	3 EL Basilikum, weiß
50 g Gelierzucker	$\frac{1}{4}$ Zimtstange	Salz
200 ml Apfelsaft	10 ml Birnenschnaps	4 Scheiben Frühstücksspeck
200 g Gruyere	1/2 Knoblauchzehe	20 g Mehl
1 Msp. Backpulver	10 ml Milch	1 Ei
2 Eiweiß	1 Spritzer Kirschwasser	Pfeffer
2 Scheiben Toastbrot	ca. 500 ml Frittierfett	1 Schalotte
2 EL Rapsöl	1 TL Honig	

Kräuter für den Salat abspülen und trockenschütteln. Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Birnen ebenfalls schälen, das Kerngehäuse entfernen und fein würfeln. Ingwer schälen und fein hacken. In einem Topf mit 1 EL Olivenöl Zwiebeln anschwitzen, 1 EL Balsamico, Gelierzucker, Zimtstange, 1 Prise Salz und Ingwer zugeben und kurz aufkochen. Mit Apfelsaft ablöschen, die Birnen zugeben und die Flüssigkeit sirupartig einkochen. Mit Birnenschnaps abschmecken. Die Speckstreifen in einer Pfanne ohne Fett kross braten. Den Käse fein reiben. Knoblauch schälen und sehr fein schneiden oder pressen. Mehl mit Backpulver mischen und zusammen mit dem Käse in eine Schüssel geben. Milch, Ei, Eiweiß, Kirschwasser und Knoblauch zugeben, leicht pfeffern und alles zu einer homogenen Masse verrühren und mit Frischhaltefolie abgedeckt 1 Stunde ruhen lassen. Aus den Toastbrotstreifen mit einem runden Ausstecher von 5 mm Durchmesser Kreise ausstechen. Auf die Teigkreise mit einem Esslöffel etwas Käsemasse geben und andrücken. Dann in einer tiefen Pfanne mit heißem Frittierfett die Käsekrapfen goldbraun ausbacken. Auf Küchentrepp abtropfen lassen. Für die Salatsauce die Schalotte schälen, fein schneiden. 2 EL Balsamico mit Rapsöl, Honig, 1 Prise Salz und Pfeffer verrühren, Schalotten untermischen. Die Kräuter mit der Sauce marinieren. Die Käsekrapfen auf Tellern anrichten, die Speckstreifen darüber legen, mit einem Löffel aus den gekochten Birnen eine Nocke formen und daneben legen. Etwas Kräutersalat mit anrichten und servieren.

Jörg Sackmann 08. Mai 2012



## Herzhaft gefüllte Buchteln mit Kräuter-Soße

### Für 4 Personen

1 Orange, unbehandelt	20 g frische Hefe	1 Prise Zucker
150 ml Milch	400 g Mehl	Salz
2 Eier	50 g flüssige Butter	100 g Chorizo
1/2 Bund Majoran	1 Zwiebel	1/2 Bund Basilikum
5 getrocknete Tomatenviertel	100 g Fetakäse	1 Prise Paprikapulver
1/2 Bund Dill	100 g Räucherforellenfilet	1 TL Meerrettich, gerieben
1 TL Butter zum Ausfetten der Form	1 Zitrone, unbehandelt	200 g Naturjoghurt
150 g Frischkäse	1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund glatte Petersilie
Pfeffer		

Die Orange heiß abspülen, trocknen und etwas Schale abreiben. Hefe mit einer Prise Zucker in der Milch auflösen. Mehl, 1 Prise Salz, Eier, Orangenschale und die flüssige Butter in eine Schüssel geben. Die aufgelöste Milch mit der Hefe zugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Ist der Teig zu feucht noch etwas Mehl unterkneten. Die Teigschüssel abdecken und den Teig ca. 30 Minuten gehen lassen. Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze (170 Grad Umluft) vorheizen. Chorizo fein würfeln. Majoran abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Zwiebel schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Gewürfelte Chorizo und Majoran untermischen und etwas abkühlen lassen. Basilikum abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Getrocknete Tomaten fein hacken. Feta in kleine Würfel schneiden, mit gehackten Tomaten, Basilikum und einer Prise Paprikapulver mischen. Dill abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Räucherforelle klein schneiden mit Dill und ein wenig Meerrettich mischen. Den Hefeteig in ca. 12 Portionen aufteilen und rund formen. In jede Kugel eine Kuhle eindrücken, jeweils 4 Teigkugeln mit einer Füllung füllen, den Teig darüber ziehen und die Kugeln eng aneinander in eine gefettete Kuchenbackform legen. Im vorgeheizten Ofen die Buchteln ca. 20 Minuten backen. Die Zitrone heiß abspülen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. Ebenfalls aus der bereits abgeriebenen Orange den Saft auspressen. Frischkäse mit Joghurt, etwas abgeriebener Zitronenschale, etwas Zitronen- und Orangensaft mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schnittlauch und Petersilie abspülen, trocken schütteln, fein hacken und ebenfalls untermischen. Die gebackenen Buchteln vorsichtig aus der Form lösen und mit der Kräutersauce anrichten.

Jacqueline Amirfallah 23. Mai 2012

# Index

- Apfelmus, 119  
Artischocke, 115, 118  
Aubergine, 101, 111
- Bäckchen, 52  
Bauch, 84  
Blumenkohl, 8, 51  
Bohnen, 8, 62, 63, 94, 106, 115  
Braten, 88  
Bratklops, 38, 42, 43  
Butter, 92
- Chicoree, 27  
Cordon-bleu, 50  
Curry, 108
- Eier, 115  
Eintopf, 95  
Entrecôte, 79, 80  
Erbsen, 73, 103, 105, 111, 115
- Falafel, 103  
Fenchel, 31, 64, 66, 72, 103  
Filet, 53  
Fisch, 7  
Forelle, 7  
Frikassee, 30  
Frischkäse, 104
- Garnelen, 70, 73–75  
Geflügel, 95  
Geschnetzeltes, 89  
Gnocchi, 100  
Gulasch, 80  
Gurke, 7, 17, 31, 59, 105, 109–111
- Hähnchen, 26, 31, 33  
Hähnchen-Brust, 29, 31  
Hähnchen-Schenkel, 26  
Hühner-Brust, 28  
Hackfleisch, 36, 37  
Hecht, 9  
Hering, 8  
Hirsch, 131
- Huhn, 30, 32
- Käse, 110  
Kürbis, 9, 108, 132  
Kabeljau, 10, 11  
Kalb, 47, 48  
Kalb-Schnitzel, 51, 55  
Karree, 62  
Kartoffel, 110  
Kartoffeln, 2  
Keule, 63  
Kohlrabi, 39, 53, 55, 130  
Kotelett, 64, 65  
Kraut, 8, 62, 63, 86, 95  
Krebse, 72  
Kuchen, 121
- Lachs, 13, 15, 16, 21, 22  
Lachs-Tatar, 12, 14  
Lauch, 11, 13, 28, 37, 87, 88, 97, 103  
Linsen, 11, 17, 20, 31, 103
- Möhren, 8, 11, 13, 17, 24, 27, 30, 31, 36, 51,  
54, 55, 64, 66, 73, 86–88, 95, 96, 101,  
105, 115, 124, 130, 131, 133
- Maultaschen, 40  
Meeresfrüchte, 74  
Miesmuscheln, 74
- Nudeln, 102, 119
- Obst, 92, 128  
Ofen-Schlupfer, 114
- Paprika, 17, 23, 31, 72, 79–81, 88, 101, 137  
Pastinaken, 31  
Perlhuhn, 28  
Piccata, 56  
Pilze, 2, 6, 13, 22, 24, 28, 30, 40, 53, 54, 56,  
73, 79, 80, 84, 95, 97, 101, 105, 109,  
113, 130, 133  
Poularde, 27, 32
- Quark, 116

Räucherfisch, 20  
 Rösti, 110, 120  
 Rüben, 66, 67, 86, 95, 115  
 Rücken, 58  
 Radicchio, 75, 106  
 Radieschen, 59, 78  
 Ragout, 54, 67, 108, 117  
 Ravioli, 15, 104, 118  
 Reh, 130, 133  
 Reis, 112  
 Rettich, 67, 110, 137  
 Rind, 95  
 Rinder-Hack, 39, 41  
 Rinder-Steak, 81  
 Risotto, 113  
 Roastbeef, 78  
 Rosenkohl, 41, 84  
 Rote-Bete, 39, 47, 67, 95  
 Rotkraut, 43  
  
 Saibling, 6, 9, 17–19  
 Salat, 136  
 Saltimbocca, 57  
 Sauerampfer, 109, 124  
 Sauerkraut, 20, 42, 85  
 Schinken, 97  
 Schmarrn, 4  
 Schoten, 23, 26, 30, 101, 115  
 Schulter, 66, 67  
 Schwarzwurzeln, 18, 117, 120, 122  
 Schweine-Bäckchen, 86, 87  
 Schweine-Hals, 85  
 Sellerie, 27, 36, 51, 52, 64, 66, 74, 88, 92, 95,  
     101, 105, 131, 133  
 sonstige, 46, 107, 128  
 Spargel, 14, 16, 30, 32, 58, 73, 121–123  
 Speck, 94  
 Spinat, 6, 9, 21, 32, 40, 97, 111  
 Spitzkohl, 86, 122  
 Steckrübe, 86, 95  
  
 Tafelspitz, 55, 59, 60  
 Tintenfische, 71  
 Tomaten, 16, 17, 26, 29, 36, 39, 51, 52, 54,  
     55, 59, 62, 64–66, 71, 74, 75, 78, 81,  
     92, 95, 103, 104, 109, 111, 118, 120,  
     121, 137  
  
 Wachteln, 132  
 Weißkohl, 84  
 Wirsing, 47, 125  
  
 Wolfsbarsch, 23  
  
 Zander, 24  
 Ziegenkäse, 110  
 Zucchini, 13, 23, 27, 29, 81, 95