

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Profi: Verschiedenes

2023

29 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 1. Januar 2024.

Inhalt

Mandel-Colada im Glas	1
Plunderteig	2
Maroni-Grog mit Schuss	3
Kimchi klassisch	4
Basilikum-Pesto	5
Eierlikör	5
Apéro chaud mit Zimt-Mütze	6
Gremolata	6
Saftiges Butter-Rührei 'Profi-Klasse'	7
Das perfekte Rührei	8
Gefüllte Eier	9
Orangen-Eis selbstgemacht	10
Beurre Blanc	10
Trockenrub-Mischung	11
Grillmarinade	11
Perfekte Mayonnaise für Pommes	11
Pochiertes Ei	12
Tsatziki	12
Marinade für Geflügel-Fleisch	12
Pasta-Variationen	13
Blumenkohl-Brokkoli-Dip	14
Kräuterbutter mit Zitrone	15
French Dressing	15
Brennnessel-Pesto	16
Gewürzsalz	16
Frischkäse-Eier	17

Gemüse-Creme	17
Käse-Fondue mit Dreierlei zum Tunken	18
Halve Hahn	18
Index	19

Mandel-Colada im Glas

Für zwei Personen

Für das Ananas-Chutney:

$\frac{1}{2}$ Babyananas, ca. 150 g $\frac{1}{4}$ rote Chilischote 1 EL Ingwer
1 Limette, Saft

50 g Gelierzucker 1:1

Für den Kokos-Schaum:

2 Eier 75 ml Kokosmilch 2-3 EL Mandellikör
2 Blatt eingew. Gelatine 1-2 EL Kokospulver Chili
Ingwer 25 g Zucker

Für die Garnitur:

Kokospäne getrocknete Ananas-Chips

Für das Ananas-Chutney:

Die Babyananas schälen und würfeln. Chili entkernen und würfeln.

Ingwer schälen und würfeln. Limettenschale reiben, anschließend Saft auspressen und auffangen. Ananas und Gelierzucker, Chili und Ingwer vermengen und mit Limettenschale und -saft abschmecken.

Anschließend kurz aufkochen und 5 Minuten sprudelnd kochen lassen, dabei regelmäßig umrühren, da es leicht überkocht. Chutney im Kühlschrank auskühlen lassen.

Für den Kokos-Schaum:

Ein Ei trennen und Eiweiß und Eigelb separat auffangen. Eiweiß mit dem Handrührgerät zu steifem Schnee schlagen, dabei langsam den Zucker einrieseln lassen.

Zwei Eigelb mit Zucker in eine Schüssel geben und aufschlagen. Likör leicht erwärmen, Gelatine darin auflösen. Kokosmilch und Kokospulver unterrühren. Mischung im Kühlschrank oder auf Eis leicht (mindestens 30 Minuten) gelieren lassen. Eiweiß unterheben.

Für die Garnitur:

Mandel-Colada in Gläser füllen, mit Kokospäne und Ananas-Chips garnieren. Die Garnitur kurz mit einem Küchenbrenner goldbraun abflämmen.

Johann Lafer am 28. Dezember 2023

Plunderteig

Vorteig:

175 g Mehl 1 Päckchen Trockenhefe 150 ml kalte Milch, 1,5%

Hauptteig:

850 g Mehl 1 Pck. Trockenhefe 120 g Zucker
1 Prise Salz 325 ml zimmerwarme Milch 120 g zimmerwarme Butter

Außerdem:

Mehl 350 g kalte Butter

Vorteig:

Für den Vorteig Mehl, Trockenhefe und Milch verrühren und über Nacht bei Zimmertemperatur gehen lassen.

Hauptteig:

Für den Hauptteig am nächsten Tag den Vorteig mit Mehl, Trockenhefe, Zucker, Salz, Milch und Butter zu einem glatten Hefeteig verkneten (Bild 1). In eine Schüssel geben, mit Frischhaltefolie abdecken und 1 Stunde bei Zimmertemperatur gehen lassen.

Zubereitung:

Anschließend den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche zu einem Rechteck von 40 x 50 cm ausrollen.

Die Butter in dünne Scheiben schneiden und die Hälfte des Teiges dicht damit belegen. Dann die Butter gleichmäßig dick verstreichen.

Die freie Teighälfte über die Butterseite legen und die Ränder fest andrücken, damit die Butter komplett eingeschlossen ist.

Tournieren:

Den Teig vorsichtig zu einem Rechteck von 30 x 40 cm ausrollen. Die linke Seite über die Mitte falten und dann die rechte Fläche darüber falten, sodass 3 Schichten entstehen (einfache Tour). Mit Frischhaltefolie abdecken und für 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.

Den Teig erneut auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche, immer von der Mitte aus zum Rand, zu einem Rechteck von 30 x 40 cm ausrollen und wie oben beschrieben, in 3 Schichten falten.

Den Vorgang noch 2-mal wiederholen.

Die Teigplatte halbieren und je nach Bedarf gleich weiterverarbeiten oder in Frischhaltefolie eingeschlagen, kalt stellen oder einfrieren.

NN am 26. Dezember 2023

Maroni-Grog mit Schuss

Für zwei Personen

Für die Maronensuppe (Grog):

80 g vorgek. Maronen	1 kleine Karotte	1 Stange Staudensellerie
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
100 ml Sahne	50 ml Weißwein	2 cl weißer Portwein
300 ml Gemüfefond	4 Zweige Rosmarin	4 Zweige Thymian
3 Zweige Salbei	Salz	Pfeffer

Für die Fertigstellung:

100 ml Sahne	4 cl Rum
--------------	----------

Für die Maronensuppe (Grog):

Die Maronensuppe grob hacken. Karotten schälen und fein hacken.

Sellerie putzen, Fäden ziehen und fein würfeln. Knoblauch und Schalotte abziehen und würfeln. Alles in einem Topf mit schäumender Butter anschwitzen. Kräuter in kleine Bündel zusammenbinden und mit anschwitzen. Maroni dazugeben. Leicht salzen. Mit Weiß- und Portwein ablöschen und um die Hälfte einkochen lassen. Gemüfefond und Sahne angießen, nochmals um 1/3 einkochen lassen. Rosmarin, Thymian und Salbei herausnehmen und alles im Mixer fein pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sollte die Suppe zu dick geraten sein, mit Gemüfefond verdünnen und warmhalten.

Für die Fertigstellung:

Sahne, wenn gewünscht, mit etwas Rum steif schlagen.

Die Suppe in Gläser füllen und mit Sahne garnieren.

Cornelia Poletto am 21. Dezember 2023

Kimchi klassisch

1 Chinakohl	2-3 EL Salz	4 Frühlingszwiebeln
3-4 cm großes Ingwerstück	4 Knoblauchzehen	1 Nori Algen Blatt
1 Möhre	1 EL Chilipulver	2 TL Paprikapulver
1/2 EL Agavendicksaft oder Reissirup	2 Lorbeerblätter	3 Wacholderbeeren

Außerdem:
Einmachgläser

Vor Beginn alle verwendeten Utensilien gut abwaschen, inklusive der Gläser. Das ist wichtig, damit keine Keime oder Fäulnisbakterien in das Kimchi gelangen.

Den Kohl in der Mitte teilen, den Strunk entfernen und den Kohl in 2-3 cm dicke Stücke schneiden.

Den Chinakohl mit dem Salz in eine Schüssel geben, ihn mit Salzwasser bedecken und für 2-4 Stunden weichen lassen; dabei wird dem Kohl Wasser entzogen.

Den Kohl aus der Salzlake nehmen und ihn mit frischem Wasser abspülen.

Die Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden, die Möhre hobeln, den Ingwer mit einer Küchenreibe in dünne Streifen schneiden, den Knoblauch fein reiben und das Nori Blatt in kleine Stückchen schneiden. Alle Zutaten zu dem Kohl in eine Schüssel geben, die Gewürze gut in die Kohlblätter und in das Gemüse einmassieren.

Den Kohl nun in ein sauberes, steriles Glas und drücken.. Es darf keine Luftkammern zwischen den Schichten geben. Kohl- und Gemüsestücke müssen mit der obigen Salzlake bedeckt sein.

Das Glas nicht komplett verschließen (es muss Gas entweichen können).

Das Glas nun bei Zimmertemperatur für mindestens zwei Tage stehen lassen. Je länger das Kimchi bei Raumtemperatur fermentiert, desto intensiver wird der Geschmack. Im Kühlschrank hält sich das Kimchi bei verschlossenem Glas mehrere Wochen.

NN am 12. Dezember 2023

Basilikum-Pesto

Für 4 Portionen:

3 Knoblauchzehen	100 g Pinienkerne	150 g frisches Basilikum
200 ml mildes Olivenöl	Kalahari-Salz	weißer Pfeffer
50 g Parmesan		

Knoblauchzehen schälen.

Knoblauchzehen in grobe Würfel schneiden.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, dabei öfter umrühren, da sie leicht anbrennen. Anschließend abkühlen lassen.

Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blätter von den Stielen zupfen.

Die Basilikumblätter grob hacken.

Olivenöl abmessen. Alle Zutaten bereit stellen.

Knoblauch, Pinienkerne, Basilikum in einer Küchenmaschine mit Schneidstab geben. Das Olivenöl zufügen. Das ganze zu einer cremigen, nicht zu feinen Masse verarbeiten. .

Parmesan auf der feinen Seite der Haushaltsreibe fein reiben.

Den geriebenen Parmesan untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. .

Tipp I:

Wenn Sie etwas Vitamin C-Pulver unter das Pesto mischen, behält es seine frische grüne Farbe.

Tipp II:

Das Pesto möglichst in dunkle Gläser füllen.

Tipp III:

Wenn das Glas angebrochen ist, das verbliebene Pesto mit einem dünnen Ölfilm bedecken.

Johann Lafer am 08. Dezember 2023

Eierlikör

Für zwei Personen

6 Eier	250 g Kondensmilch	150 ml weißer Rum
1 Vanilleschote	140 g Zucker	

Die Eier trennen und die Eigelbe auffangen. Eigelbe gemeinsam mit dem Mark der ausgekratzten Vanilleschote und Zucker in eine Schüssel geben und über einem Wasserbad cremig aufschlagen. Kondensmilch, sowie Rum dazugeben und etwa 5 Minuten weiterrühren. Anschließend in vorbereitete saubere Flaschen abfüllen.

Alexander Kumptner am 07. Dezember 2023

Apéro chaud mit Zimt-Mütze

Für zwei Personen

Für den Apéro chaud:

1 Orange, Abrieb, Saft	125 ml trockener Weißwein	125 ml Prosecco
20 ml Mandellikör	100 ml Bitter Aperitivo	100 ml naturtrüber Apfelsaft
2 Nelken	4 Sternanis	1 Zimtstange
1 EL Zucker		

Für die Zimt-Mütze:

100 ml Sahne	1 TL gemahl. Zimt
--------------	-------------------

Für den Apéro chaud:

Die Orange heiß abwaschen und die Schale fein abreiben. Abrieb gemeinsam mit dem Apfelsaft in einen kleinen Topf geben. Zusammen mit Nelken, Sternanis und Zimtstange aufkochen und bei mittlerer Hitze leicht köcheln lassen.

Orange schälen, dann die Filets herausschneiden. Die restliche Orange in den Topf mit dem Apfelsaft auspressen. Hitze reduzieren und den Sud 15 Minuten ziehen lassen. Zucker, Weißwein, Prosecco und Mandellikör dazugeben. Erst zum Schluss mit Bitter Aperitivo auffüllen. Apéro chaud durch ein feines Sieb in einen Topf abgießen und bis zum Servieren warmhalten, aber nicht kochen lassen. Auf zwei mit Orangenfilets gefüllte Gläser verteilen.

Für die Zimt-Mütze:

Schlagsahne an-, aber nicht steif schlagen. Über einen Löffelrücken auf das Getränk gießen, sodass zwei Schichten entstehen. Anschließend mit gemahlenem Zimt abstäuben.

Mario Kotaska am 29. November 2023

Gremolata

Für 4-6 Portionen

2 Bio-Zitronen	4 Zehen Knoblauch	1 großes Bund Petersilie
----------------	-------------------	--------------------------

Die zerkleinerten Zutaten werden einfach miteinander vermengt.

Zunächst 2 Bio-Zitronen heiß abwaschen und abtrocknen. Anschließend die Zitronenschale mit einer Küchenreibe fein reiben.

4 Knoblauchzehen schälen und diese anschließend sehr fein hacken.

Nun 1 großes Bund Petersilie waschen und fein hacken.

Petersilie mit der Zitronenschale und dem Knoblauch mischen. Fertig ist die Gremolata.

Neben Petersilie dürfen auch Kräuter wie Rosmarin, Thymian oder Zitronenmelisse verwendet werden. Sehr fein schmeckt die Würzmischung auch mit geriebener Orangenschale.

NN am 27. November 2023

Saftiges Butter-Rührei 'Profi-Klasse'

Für 2 Portionen

4 große Eier 1 TL, gehäuft Butter Schnittlauch, 1 Halm
1 Prise Meersalz wenig Pfeffer 1 Schuss Olivenöl, natives

Es kommt hier auf Temperaturen, Technik der Zutatenvermischung und Ablauf an.

Bereitstellen:

Zwei Müslischüsseln, eine davon für's fertige Rührei leicht vorwärmen.

Eine kleine Schüssel für die zu schmelzende Butter.

Die Pfanne sehr stark vorheizen - genau timen bis zum Start. Die Pfanne beim Erhitzen mit einem 5-Markstück-großen Klecks Olivenöl versehen, diesen sofort mit einem Küchenpapier großzügig bis zum obersten Rand verreiben - überall muss kräftig Öl glänzen. Weiter erhitzen, wirklich sehr sehr heiß.

Vorbereitung der Eier:

Ganz einfach, aber mit Trick. Wir wollen hier ein Butteraroma wie in den besten Restaurants. Jedoch hat Butter die Eigenschaft, schnell zu verbrennen - dennoch soll das echte Aroma her. Gleichzeitig soll die Konsistenz saftig sein und das Eigelb neben der Flüssigkeit der Butter ebenfalls noch einen Hauch Flüssigglanz beibehalten.

Dazu die 4 Eier in eine Müslischüssel geben, dazu eine Prise Meersalz (kurz fein gemahlen), einen kleinen Hauch frisch geschnittenen Schnittlauch (nur ca. 1 Halm in feinen Röllchen, maximal 2 Halme) und evtl. einen halben Gewürzmühlendreher schwarzen Pfeffers.

Parallel dazu das Stückchen Butter in einem kleinen Schälchen in der Mikrowelle zum Schmelzen bringen bei 150 Watt, dabei zuschauen, nur leicht schmelzen.

Jetzt kommt's:

Wir geben die flüssige Butter bei kräftigem Schlagen zu den Eiern, sodass sich das Rührei schon vor der Pfanne mit der Butter verbindet. Die Butter kommt also nur kurz mit der sehr heißen Pfanne in Berührung, ihr volles Aroma kann sich entfalten, aber sie brennt nicht an.

Eine für die Pfanne nicht zu große Menge der Eier in der Nähe des Griffes eingießen - es zischt, ein Teil erstarrt sofort von unten. Die Pfanne mit der Hand am Griff etwas hoch heben und neigen, damit sich die restliche Flüssigkeit entlang der Schräge nach unten über den weiteren heißen Pfannenboden ergießt, gleichzeitig mit einem Holzspatel in der anderen Hand die sich leicht ablösende, erstarrte Masse in krausen Falten sofort die Schräge hoch zum Pfannenrand ziehen. Die dabei weiter nach unten fließende Masse erstarrt parallel wieder ebenso schnell. Auch diese sofort wieder in krausen Falten mit dem Spatel die Schräge hinaufziehen. Dieser Abschnitt dauert nur ca. 5 Sekunden, wenn die Pfanne heiß genug ist.

Ist die erstarrte, krause Masse bereits gut und nicht zu saftig - sofort raus damit in die vorgewärmte Müslischüssel. Was noch zu flüssig ist, kurz innerhalb einer einzigen Sekunde so eben noch einmal gewendet und mit glänzender Oberfläche raus aus der Pfanne. Schnell raus, ausschütten oder mit dem Spatel rasch aushebeln. Das Ei ist so heiß, dass es in der Schüssel noch etwas nachgart.

Bei einer größeren Pfanne kann man dies mit dem gesamten Ei so durchführen, bei einer kleineren nur mit einem Teil, der Vorgang muss dann mit dem restlichen Ei so oft wiederholt werden, bis man in der fertigen Schüssel ein saftiges Butterrührei präsentieren kann - dieses muss sofort auf den Tisch.

Wer mag, schüttet das fertige JetSet Rührei der Spitzenklasse wieder zurück in die nun leere Müslischüssel der rohen Eiermasse - das Eigelb dort verleiht zusätzliche Saftigkeit, wird jedoch ausreichend vom Rührei erhitzt.

Fazit: Es muss alles superschnell gehen. Die Konsistenz wird in Folge (positiv gemeint) leicht lappig und mehrlagig leicht zusammenhängend. Die Oberfläche des Eies wird dadurch sehr saftig

- ist aber dennoch gefahrlos 'durch'.

Die Saftigkeit und der Glanz resultieren aus der gebundenen Butter im Ei und kleinen Resten des an der Oberfläche nicht ganz erstarrten Eigelbes. Zum Vergleich: Ganz genau so, wie beim Eierkochen oftmals ein sogenanntes wachswiches Eigelb gewünscht wird, das ebenfalls als Kunstgriff nicht ganz fest ist. Die hohe Pfannentemperatur und das 'Nachreifen' der Masse in der Schüssel verhindern hier erfolgreich, dass das Rührei zu fest, trocken oder bröselig wird.

NN am 06. November 2023

Das perfekte Rührei

Für 2 Personen

4 Eier	1 kleine Zwiebel	1 große Tomate
2 Stängel Petersilie	Muskatnuss	1/2 TL Paprikapulver
Salz, Pfeffer	4 EL Schmand	Butter

Die Zwiebel schälen. Tomate und Zwiebel fein würfeln. Die Petersilienblätter abzupfen und hacken.

Die Eier trennen, wobei die Schüssel für das Eiweiß die größere sein muss.

In die Eigelb-Schüssel alle Zutaten außer dem Schmand zugeben und verquirlen. Erst, wenn alles gut vermengt ist, den Schmand unterrühren.

Das Eiweiß in der anderen Schüssel zu Schaum aufschlagen und den Inhalt der Eigelbschüssel unterrühren.

Butter in der Pfanne zerlassen und die Eimasse hineingeben.

Unter ständigem, langsamem Schieben mit einem Holzspatel die Eimasse stocken lassen.

NN am 06. November 2023

Gefüllte Eier

Für zwei Personen

6 Eier	250 ml Rote-Bete-Saft	200 g Frischkäse
2 cm Meerrettich	1 Radieschen	5 Halme Schnittlauch
2-3 Gewürzgurken	4 EL Röstzwiebel	2 TL Worcestershiresauce
1 EL Senf	Shisokresse	1 Prise Rauchalz
1 Prise schwarzer Pfeffer		

Alle Eier 10 Minuten hart kochen und danach pellen. Anschließend zweierlei Eier mit zweierlei Füllungen vorbereiten.

Dafür eine Hälfte der Eier einfärben, d.h. einen Teil der gepellten Eier in eine Schüssel geben und bis auf einen kleinen Rest mit Rote-Bete-Saft übergießen.

Nach wenigen Minuten die rot gefärbten Eier aus dem Rote-Bete-Saft herausnehmen und mit den übrigen ungefärbten Eiern auf der Arbeitsfläche verteilen. Danach alle Eier halbieren und aus den gefärbten und ungefärbten Eierhälften die Eigelbe entfernen und in eine Schüssel geben. Für die Füllung Frischkäse zu den Eigelben in die Schüssel geben.

Worcestershiresauce hinzufügen und vermengen. Senf dazugeben und mit Salz und Pfeffer glattrühren. Die cremige Masse in zwei Schüsseln aufteilen, um anschließend daraus zwei Füllungen herzustellen.

Für die erste Füllung Gewürzgurken und Schnittlauch hacken. Beides mit Salz und Pfeffer in eine der Schüsseln in die Masse geben und verrühren.

Für die zweite Füllung 2 EL vom übrigen Rote-Bete-Saft zur anderen Masse in die Schüssel geben und vermengen. Meerrettich schälen und ein wenig hineinreiben.

Beide Füllungen in den Spritzbeutel geben. Die erste hellere Füllung in die ungefärbten Eierhälften füllen und die zweite rosafarbene Füllung in die rötlich gefärbten Eierhälften füllen.

Die Eierhälften mit in Scheiben geschnittenen Radieschen, Kresse und geriebenem Meerrettich garnieren.

Die ungefärbten Eierhälften mit gerösteten Zwiebeln, Kresse und etwas Pfeffer garnieren.

Zora Klipp am 06. Oktober 2023

Orangen-Eis selbstgemacht

Für 2 Personen:

2 Blatt Gelatine 5 unbehandelte Orangen 70 g Zucker
1/2 Zitrone 200 g Sahne

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Jeweils das obere Drittel von vier Orangen abschneiden. Sieb auf eine Schüssel setzen. Fruchtfleisch aus den übrigen vier Orangendritteln mithilfe eines Löffels herauslöfeln, bis kein Fruchtfleisch mehr in der Frucht ist. Fruchtfleisch in das Sieb geben. Saft aus dem Orangenfruchtfleisch durch das Sieb in den Topf ausdrücken und den Saft der abgeschnittenen, oberen Orangendrittel ebenfalls dazugeben.

Dann den Topf mit dem Orangensaft auf den Herd stellen, etwas Orangenschale von der noch ganzen Orangen abreiben und zum Orangensaft geben. Zucker und Saft der halben Zitrone dazugeben. Eingeweichte Gelatine ausdrücken, zum Orangensaft geben und unter Rühren kurz aufkochen lassen. Anschließend auf 250 ml einköcheln lassen. Abgemessene Flüssigkeit in eine Schüssel geben, erst ca. 15 Minuten bei Raumtemperatur abkühlen lassen, dann im Kühlschrank auskühlen lassen.

Anschließend geschlagene Sahne unter die Orangenflüssigkeit rühren und das Ganze in die ausgehöhlten Orangen gießen. Dann die gefüllten Orangen ins Gefrierfach stellen und durchfrieren lassen.

Steffen Henssler am 28. September 2023

Beurre Blanc

Für 4 Personen:

1 Lorbeerblatt 10 weiße Pfefferkörner 250 ml Weißwein, trocken
1 Schalotte 250 g Butter, kalt 1/2 Zitrone
1 Msp. Pfeffermix 1 Msp. Gewürzsalz

Lorbeerblatt, Pfefferkörner und Weißwein in einen Topf geben. Schalotte in feine Scheiben schneiden und ebenfalls mit in den Topf geben. Weißwein bei hoher Hitze einmal aufkochen, anschließend den Weißwein bei mittlerer Hitze auf die Hälfte reduzieren.

In der Zwischenzeit die Butter in feine Würfel schneiden, auf einen Teller geben und im Kühlschrank kaltstellen.

Den Weißwein durch ein feines Sieb abgießen. Die Weißwein-Reduktion zurück in den Topf geben und erhitzen. Erste kalte Butterwürfel dazugeben, einmal aufkochen und die Hitze dann wieder reduzieren. Die Butter mit einem Stabmixer im Topf schaumig mixen.

Nach und nach unter ständigem Mixen die übrigen kalten Butterwürfel dazugeben und diese mit dem Stabmixer komplett auflösen. Beurre Blanc von der Hitze nehmen, mit Zitronensaft, Pfeffermix und ordentlich Gewürzsalz abschmecken und nochmals mit dem Stabmixer durchmischen.

Steffen Henssler am 27. Juli 2023

Trockenrub-Mischung

Für 1-2 kg Fleisch:

3 EL Salz	3 EL brauner Zucker	2 EL Kreuzkümmel
2 EL Koriandersamen	2 EL Rosmarin	2 EL geräucherte Paprika
1 EL Senfkörner	1 EL Knoblauchpulver	1 EL Zwiebelpulver
1 EL Madras Curry	1 EL Cayennepfeffer	½ EL Zimt

Alle Zutaten in eine beschichtete Pfanne geben und bei mittlerer Hitze ca. 2 Minuten unter ständigem Rühren anrösten. Anschließend die Gewürze in einem Mörser zu einem Pulver verarbeiten.

Frederik Wußler am 27. Juli 2023

Grillmarinade

Für ca. 800 g Grillfleisch:

2 Knoblauchzehen	1 getr. Chilischote	1 EL Honig, 35 g
3 EL Olivenöl, 25 g	3 EL Sojasauce, 40 g	3 EL Weißwein, 30 g
1 EL dunklen Balsamico-Essig	1 TL Zitronensaft	1 TL Senf
2 TL Tomatenmark	2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Oregano
1 gstr. TL Salz	1 TL Pfeffer	1 TL Paprikapulver, edelsüß

Honig, Öl, Sojasauce, Wein, Essig, Zitronensaft, Senf, Tomatenmark, Rosmarin-Nadeln, Oregano Blättchen, Salz, Pfeffer und Paprika zugeben, 15 Sekunden | Stufe 4 verrühren, anschließend 3 Minuten | 50°C | Stufe 1 erhitzen und abkühlen lassen.

Das Fleisch von allen Seiten damit einpinseln und mindestens zwei Stunden marinieren, bestenfalls über Nacht.

Tipp:

Diese Marinade paßt zu allen Fleischsorten und auch Gemüsespießen.

Frische Kräuter dürfen auch durch 1 TL getrockneten Rosmarin und 1 TL Oregano ersetzt werden.

NN am 20. Juli 2023

Perfekte Mayonnaise für Pommes

Für 4 Personen:

2 Eigelb	1/2 Zitrone	1 TL Senf
200 ml Rapsöl	2 EL Crème-fraîche	1 Msp. Gewürzsalz
1/2 TL Paprikapulver	1 TL Worcestersauce	1/2 TL Chilisauce
1 Msp. Würzkraft		

Eigelb in eine Schüssel geben. Zitronensaft über die Eigelbe träufeln und Senf dazugeben, mit einem Schneebesen verrühren. Das Rapsöl nach und nach in einem dünnen Strahl unter weiterem Rühren in die Schüssel laufen lassen. Sobald das gesamte Öl dem Mayonnaise-Ansatz zugefügt wurde, noch einmal alles kräftig verrühren, bis eine dickflüssige Emulsion entsteht.

Die Mayonnaise mit Crème fraîche, Gewürzsalz, Paprikapulver, Worcester-, Chilisauce und Würzkraft verfeinern. Alles gut verrühren, bis sich alle Zutaten miteinander verbunden haben. Mayonnaise zum Beispiel zusammen mit knusprigen Pommes Frites servieren.

Steffen Henssler am 18. Juli 2023

Pochiertes Ei

Für 2 Personen:

300 ml Branntweinessig 2 Eier 1 Msp. Gewürzsalz

1,5 L Wasser und Essig gemeinsam in einem Topf erhitzen (Verhältnis 5:1).

Ei auf einer ebenen Fläche anschlagen und das Ei aus der Schale vorsichtig in ein kleines Schälchen geben.

Sobald das Wasser am Siedepunkt ist, das Schälchen samt Ei vorsichtig ins Wasser tauchen und das Ei herausgleiten lassen. Mit einem Kochlöffel das Eiklar vorsichtig in Richtung Eigelb schieben. Das Wasser einmal kurz aufkochen und dann die Hitze reduzieren.

Das Ei 3-4 Minuten im heißen Wasserbad garen.

Das Ei mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, das Essig-Wasser kurz verdampfen lassen und die dünnen Eiweiß-Ränder mit einem Messer wegschneiden.

Das pochierte Ei nach Wunsch mit Gewürzsalz würzen.

Steffen Henssler am 01. Juli 2023

Tsatziki

3 kl. Becher griech. Joghurt	4 Knoblauchzehen	1 EL Olivenöl
Dill	1 kl. Zwiebel	1 TL Salz
$\frac{1}{2}$ TL Pfeffer	1 EL Zucker	1 TL Zitronensaft
1 Salatgurke		

Die Salatgurke schälen, halbieren, entkernen und auf einer Gemüsereibe raspeln. Dann mit etwas Salz mischen und etwa 30 Minuten stehen lassen, damit die Gurke Wasser verliert.

Danach auspressen und beiseite stellen.

Währenddessen die Zwiebel schälen, halbieren und in sehr feine Würfel schneiden.

Alle Zutaten in einer Schüssel gut vermischen und zum Schluss die geraspelte Gurke hinzugeben.

Das fertige Tsatziki zum Durchziehen abgedeckt in den Kühlschrank stellen.

Vor dem Servieren nochmals abschmecken.

NN am 28. Juni 2023

Marinade für Geflügel-Fleisch

Für 2 Portionen:

200 g Hühnerfleisch	3 EL Sojasauce	3 EL Weißwein
3 EL Orangensaft, frisch	1 TL Speisestärke	1 TL Zucker
1 $\frac{1}{2}$ TL Currypulver, mild	Salz und Pfeffer	

Sojasauce, Weißwein, Orangensaft und Speisestärke gut miteinander verrühren. Zucker, Currypulver, Salz und Pfeffer begeben und noch mal gut verrühren.

Das Fleisch, in 1 cm dicke mal 3 cm breite und 4 cm lange Streifen geschnitten, begeben und mischen. Etwa 30 Minuten darin marinieren.

NN am 11. Juni 2023

Pasta-Variationen

Für zwei Personen

Für den Sugo:

800 g aromatische Strauchtomaten	800 g geschälte Dosentomaten	1 große Gemüsezwiebel
2 Knoblauchzehen	Peperoncini	3 Zweige Basilikum
2 EL Olivenöl	1 Prise Zucker	Meersalz

Spaghetti alla puttanesca:

200 g Spaghetti	2 Sardellenfilets, in Öl	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	50 g schwarze Oliven	2 EL Kapern
150 ml Tomatensugo (s.o.)	50 g Parmesan	4 Zweige Petersilie
$\frac{1}{2}$ TL getrock. Oregano	2 EL Olivenöl	Meersalz, Pfeffer

Rigatoni alla matriciana:

200 g Rigatoni	60 g luftgetrock. Speck	1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe	2 getrock. rote Chilischoten	60 g Pecorino
150 ml Tomatensugo (s.o.)	1 EL Olivenöl	Meersalz

Penne all arrabbiata:

200 g Penne	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 getrock. Chilischote	150 ml Tomatensugo (s.o.)	50 g Pecorino
4 EL Olivenöl	Meersalz, zu Würzen	

Für den Sugo:

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und in Würfel schneiden.

Einen großen Topf erhitzen. Olivenöl zugeben und die Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin glasig anschwitzen. Zucker zufügen und leicht karamellisieren lassen.

Strauchtomaten waschen, den Blütenansatz entfernen und in grobe Stücke schneiden. Mit den Pelati Tomaten zu den Zwiebeln geben.

Basilikum abbrausen und trockenwedeln. Peperoncini klein schneiden und mit den Basilikumzweigen zu den Tomaten geben.

Alles aufkochen, danach die Hitze reduzieren und die Sauce 20 Minuten köcheln lassen.

Basilikumzweige entfernen. Sugo mit Salz abschmecken, dann durch ein Passiersieb oder eine flotte Lotte passieren.

Bei Bedarf in sterile Einmachgläser füllen, verschließen und nach Wunsch einwecken.

Spaghetti alla puttanesca:

Pasta in kochendem Salzwasser nach Packungsanleitung bissfest garen.

Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Sardellenfilets abtropfen lassen und fein hacken.

Eine Pfanne erhitzen und Olivenöl hineingeben. Schalotten, Knoblauch, Sardellen und Oregano darin 2-3 Minuten andünsten. Tomatensugo zufügen und aufkochen lassen. Oliven hacken und mit Kapern untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen von den Stielen befreien und fein schneiden.

Spaghetti mit einer Pastakralle direkt aus dem Topf in die Pfanne geben und mit der Sauce vermischen. Petersilie unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit frisch geriebenem Parmesan oder Pecorino bestreuen.

Rigatoni alla matriciana:

Rigatoni in reichlich mit Meersalz gewürztem Wasser bissfest garen.

Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Chilischoten zerbröseln. Speck in Würfel schneiden und im heißen Olivenöl einige Minuten unter gelegentlichem Rühren anbraten. Zwiebeln, Knoblauch und Chili zufügen und kurz mit andünsten. Tomatensugo dazu gießen und

einige Minuten einkochen lassen.

Rigatoni mit einer Pastakralle direkt aus dem Topf zur Sauce geben, die Hälfte des Pecorinos unterheben und vermischen.

Mit Salz und Olivenöl abschmecken und in einer vorgewärmten Schüssel mit dem restlichen Pecorino sofort servieren.

Penne all arrabiata:

Schalotten und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Chilischote fein hacken. Eine Pfanne erhitzen. Schalotten, Knoblauch und Chilischote mit Öl andünsten. Tomatensugo zufügen und aufkochen.

Penne in reichlich mit Meersalz gewürztem Wasser bissfest garen. Penne mit einer Pastakralle direkt aus dem Topf zur Arrabiata-Sauce geben und schnell vermischen. Mit Salz und 2 EL Olivenöl abschmecken und in einer vorgewärmten Schüssel mit dem Pecorino sofort servieren.

Cornelia Poletto am 09. Juni 2023

Blumenkohl-Brokkoli-Dip

Für 2 Personen:

1 Brokkoli	1 Blumenkohl	1/2 Stange Lauch
1 Knoblauch	2 Zweige Rosmarin	1 Msp. Gewürzsalz
1 Msp. Pfeffermix	100 ml Olivenöl	2 EL Olivenöl
250 ml Gemüsebrühe	100 g Crème-fraîche	1 Zitrone
1 Baguette		

Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen.

Brokkoli- und Blumenkohlröschen jeweils vom Strunk schneiden. Dann die Röschen auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech verteilen. Lauch in dünne Ringe schneiden und das obere Drittel des Knoblauchs quer abschneiden. Lauchringe gleichmäßig auf dem Backblech verteilen und beide Knoblauchhälften mit den Schnittflächen nach oben in die Mitte vom Blech zwischen das Gemüse setzen. Rosmarinzwige dazulegen. Alles mit Gewürzsalz und Pfeffermix würzen und 100 ml Olivenöl darübergießen. Das Blech ca. 30 Min. in den heißen Ofen geben.

Rosmarinzwige vom Blech nehmen. Die Knoblauchzehen aus der Schale in eine Küchenmaschine pressen. Das Gemüse ebenfalls zum Knoblauch in die Küchenmaschine geben und kurz anpürieren. Dann Brühe dazugießen und weiter pürieren. Dip mit Crème fraîche, Zitronensaft, Gewürzsalz und 2 EL Olivenöl abschmecken und nochmals pürieren.

Den Blumenkohl-Brokkoli-Dip zum Beispiel zu einem warmen Baguette reichen und nach Wunsch noch knusprig gebratenen Speck dazu servieren.

Steffen Henssler am 25. Mai 2023

Kräuterbutter mit Zitrone

Für die Kräuterbutter:

250 g Butter
Salz, Pfeffer

1 Zitrone 1 Bund frische Kräuter (1-2 Sorten)

Die Butter in Würfel schneiden, in eine Rührschüssel geben, und in der Küche stehen lassen, bis sie Zimmertemperatur erreicht hat.

Währenddessen die Kräuter waschen, trockentupfen und sehr fein schneiden.

Dann die Butter mit dem Handrührgerät schaumig aufschlagen mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb abschmecken und zuletzt die Kräuter unterheben.

Anschließend in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen und Röschen auf Backpapier aufspritzen und kalt stellen.

Alternativ länglich auf ein mit Frischhaltefolie ausgelegtes Stück Alufolie streichen und zu einer größeren Rolle einrollen.

Diese dann in den Kühlschrank stellen und nach dem Festwerden in Scheiben schneiden.

Durch das vorherige Aufschlagen der Butter ist sie schon nach wenigen Minuten außerhalb des Kühlschranks angenehm cremig weich und kann serviert werden.

Tipps:

Kräuterbutter zu Fisch passt am besten mit fein geschnittenem Dill und Zitrone.

Als Beilage zu Schweinefleisch passt hervorragend die Kombination Orangenabrieb und gemahlener Kümmel.

Für orientalische Gerichte bietet sich Gewürzbutter mit Raz el Hanout oder Curry an.

Die Kräuterbutter eignet sich auch hervorragend als Füllung für Zupfbrot.

In der Grillsaison passt die Kräuterbutter hervorragend zu einem guten Stück Fleisch.

Alexander Herrmann am 17. Mai 2023

French Dressing

Für 4 Personen:

10 g Zucker
1-2 g Gewürzsalz
50 ml weißer Balsamico
250 ml Rapsöl

1/2 Knoblauchzehe
1 Eigelb
1 Zwiebel, in Streifen

1 TL Senf
50 ml Gemüsebrühe
1 Msp. weißer Pfeffer

Zucker, Knoblauch, Senf, Gewürzsalz, Eigelb, Gemüsebrühe, Essig und Zwiebel in ein hohes Gefäß geben. Mit Pfeffer würzen. Alles mit einem Stabmixer gut durchmischen. Dann nach und nach das Öl dazugießen und dabei weitermischen, bis das Dressing eine sämige Konsistenz hat.

Steffen Henssler am 20. April 2023

Brennnessel-Pesto

20 g Walnusskerne	20 g Sonnenblumenkerne	80 g zarte Brennnesseltriebe
1 Knoblauchzehe	50 g Parmesan	100 ml Olivenöl
Salz		

Walnuss- und Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett kurz rösten und abkühlen lassen. Brennnesseltriebe verlesen, gut waschen, abtropfen lassen und mit einem Küchenpapier trocken tupfen.

Knoblauch schälen und vierteln.

Parmesan fein reiben.

Parmesan, Brennnesseln, Walnuss- und Sonnenblumenkerne, Knoblauch, Olivenöl und 1 Prise Salz in einen Mixbecher geben und mit dem Pürierstab zu einem feinen Pesto verarbeiten.

Hinweis:

Damit man die Brennnesseln ohne Irritationen im Mund genießen kann, müssen die Brennhaare abgebrochen werden. Beim Pürieren werden diese mechanisch abgebrochen.

Das Pesto in saubere verschleißbare Gläser füllen. Es hält sich ca. 2-3 Wochen im Kühlschrank.

Rainer Klutsch am 20. April 2023

Gewürzsalz

Für 200 g:

Klassisch:

185 g Salz	5 g getrock. Rosmarin	5 g getrock. Oregano
5 g getrock. Thymian		

Zitronensalz:

200 g Salz	2 EL Zitronenabrieb
------------	---------------------

Paprika-Salz:

190 g Salz	1 El Paprikapulver edelsüß	1 TL Paprikapulver scharf
1 Tl Pfeffer	5 g getrock. Rosmarin	

Die Zutaten für die Gewürzsalz-Mischungen einfach in einen Multizerkleiner geben und ein paar Sekunden zerkleinern, bis alle Zutaten gut gemischt sind. Alternativ kann man die Zutaten auch im Mörser miteinander zerstampfen.

Wenn getrocknete Kräuter genutzt werden, hält sich die Mischung lange. Bei frischen Kräutern die Salzmischung im Kühlschrank aufbewahren. Da das Salz den frischen Kräutern die Feuchtigkeit entzieht, kann das Salz mit der Zeit etwas klumpen, aber das tut dem Geschmack keinen Abbruch.

Für das Kräutersalz den frischen Zitronenabrieb für 10 Minuten bei 100°C im Ofen trocknen lassen.

NN am 13. April 2023

Frischkäse-Eier

Für 9 Stück

1/2 Bio-Zitrone	20 g Parmesan	250 g Doppelrahmfrischkäse
Salz	Pfeffer	4 EL Sesam
1 Bund Schnittlauch	3 EL Rote-Bete-Pulver	

Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben. Den Parmesan fein reiben. Parmesan mit Frischkäse und Zitronenabrieb gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Masse kühl stellen.

In der Zwischenzeit Sesam in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten. Herausnehmen und abkühlen lassen.

Schnittlauch abrausen, trocken schütteln und in sehr feine Röllchen schneiden.

Sesam, Schnittlauch und Rote Bete Pulver getrennt jeweils in kleine Schälchen geben.

Aus der Frischkäsemasse z. B. mit zwei Teelöffeln kleine Eier formen (etwa in Wachteleigröße). Jeweils 3 Käse-Eier vorsichtig im Schnittlauch wälzen, 3 im Sesam und die restlichen Frischkäse-Eier im Rote Bete-Pulver.

Die Käse-Eier dekorativ auf einem Teller anrichten. Dazu z. B. Baguette servieren.

Sören Anders am 06. April 2023

Gemüse-Creme

Gemüse-Reste	getrock. Suppen-Gemüse	Pflanzen-Öl
Schmand	Butter	Zitronen-Saft
Ahorn-Sirup	gemahlene Vanille-Schote	Salz, Pfeffer

Die Gemüse-Reste (z. B. Strunk vom Blumenkohl oder Brokkoli) würfeln und mit dem getrockneten Suppen-Gemüse in einer entsprechenden Menge Wasser ca. 10 Minuten kochen.

Sodann abgießen und in etwas Pflanzenöl anbraten. Schmand, Butter hinzufügen und pürieren bis eine cremige Masse entstanden ist.

Die anderen Zutaten hinzufügen, unterrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Creme eignet sich sehr gut als Alternative für Soße.

Das benutzte Wasser liefert eine Gemüsee-Brühe; evt. etwas einkochen.

NN am 24. Januar 2023

Käse-Fondue mit Dreierlei zum Tunken

Für zwei Personen

Für das Käsefondue:

400 g Gruyère AOP	400 g Vacherin Fribourgeois AOP	1-2 Knoblauchzehen
350 ml Weißwein	4 TL Speisestärke	Muskatnuss
1 Prise Cayennepfeffer		

Zum Tunken:

1 Blätterteig	1 Krusten-Roggenbrot	150 g auftranch. Bündnerfleisch
2 Äpfel	1 Ei	1 EL Butter
Salz		

Für das Käsefondue:

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Das Caquelon mit der Knoblauchzehe ausreiben. Anschließend den Knoblauch klein schneiden und in etwas Weißwein aufkochen. Gruyère mit Speisestärke vermischen und zusammen mit dem restlichen Weißwein unter kräftigem Rühren aufkochen.

Die Hitze reduzieren, den Vacherin Fribourgeois begeben und mit Cayennepfeffer und Muskat abschmecken.

Das Fondue auf dem Rechaud nur noch warm halten und ab und zu umrühren.

Zum Tunken:

Blätterteig mit Ei bestreichen, mit Bündnerfleisch belegen, dann aufrollen, schneiden und im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten backen.

Äpfel vom Kerngehäuse befreien und in Würfel schneiden. In Butter dünsten und mit Salz würzen. Brot in Würfel schneiden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Meta Hildebrand am 18. Januar 2023

Halve Hahn

Für zwei Personen

2 Roggenbrötchen	8 Sch. mittelalter Gouda	4 Cornichons
Butter	Senf	Paprikapulver
krause Petersilie		

Das Brötchen halbieren und die Hälften mit Butter bestreichen. Auf jede Hälfte zwei Käsescheiben legen. Mit Paprikapulver bestreuen.

Cornichons einschneiden und auffächern. Auf die Brötchenhälften legen.

Mit Senf und Petersilie ausgarnieren.

Nelson Müller am 17. Januar 2023

Index

Blumenkohl, 14
Brühe, 14, 15
Brokkoli, 14
Brot, 18
Butter, 2, 3, 7, 8, 10, 15, 17, 18

Crème, 11, 14, 17

Dip, 14
Dressing, 11, 12, 15

Fisch, 13
Fleisch, 12, 18

Gurke, 9, 12

Möhren, 3, 4
Marinaden, 11, 12
Maronen, 3
Mayonnaise, 11
mit-Alkohol, 1, 3, 5, 6, 10–12, 18

Nüsse, 8, 18
Nudeln, 13

Obst, 1, 6, 10–12, 14–17

Pesto, 5, 16

Radieschen, 9
Rettich, 9
Rote-Bete, 9, 17

Schoten, 13
Sellerie, 3
sonstige, 11

Teig, 2, 18