

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Sören Anders

2012-2020

129 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 27. Juli 2022.

Inhalt

Beilagen	1
Dörrobst-Polenta	2
Gurkengemüse mit Dill und Speck	2
Pommes klassisch	3
Dessert	5
Apfel-Pfannkuchen mit Zimt-Eis	6
Beeren-Butterkeks-Dessert	6
Buttermilch-Gelee mit Rhabarber und Erdbeeren	7
Christstollen-Parfait mit Glühwein-Sabayon	8
Erdnuss-Schokoladen-Creme im Glas	9
Glühweinkuchen im Glas mit Gewürz-Orangen	10
Gratinierte Gewürz-Birne	11
Heiße Liebe einmal anders	11
Karamellisierte Limetten-Tarte mit Ananas-Salat	12
Panna Cotta	13
Rosmarin-Creme brûlée mit Zitrus-Früchten	13
Schwarzwälder-Kirschtorte im Glas	14
Zitronen-Tarte mit Brickteig-Blättern	15
Fisch	17
Bachsaibling, Gurken-Nudeln und Tomaten-Salat	18
Confierter Lachs mit Chicorée und Passionsfrucht-Butter	19
Fisch-Curry	20
Fisch-Filet mit Kräuter-Kruste und Gemüse	21
Forelle mit Topinambur und Birne	22

Forelle Müllerin mit Salzkartoffeln und Kopfsalat	23
Gebratener Wolfsbarsch mit Tomaten-Konfitüre	24
Gebratener Zander mit fruchtiger Soße und Gemüse-Chips	25
Geschmorter Kürbis mit Mohn und Zander-Filet	26
Gurken-Kaltschale mit Dill und Lachs-Roulade	27
Kabeljau mit Linsen und Speck-Schaum	28
Kartoffel-Puffer mit Räucherlachs und Sahne-Meerrettich	29
Lachs-Filet mit Erbsen-Püree, Minze und Joghurt	30
Lachs-Spinat-Maultasche mal anders	31
Saibling mit Mangold, Linsen, Granatapfel und Haselnuss	32
Zander auf Sauerkraut mit Riesling-Schaum	33
Zander mit Kompott von Berglinsen und Ingwer	34
Geflügel	35
Enten-Brust mit Dörrobst-Polenta und Mandarinen-Soße	36
Gänse-Keulen mit Rotkohl und Maronen	37
Hähnchen-Brust in Essig-Soße mit Polenta-Zwiebeln	38
Hühner-Frikassee	39
Spargel-Creme-Suppe mit Mais-Poularden-Brust	40
Zweierlei vom Huhn	41
Hack	43
Geröstete Maultaschen	44
Kohlrouladen	45
Schmand-Klopse mit Senf-Soße	46
Wildschwein-Frikadellen mit Ringelbete-Kohlrabi-Salat	47
Kalb	49
Kalb-Filet mit Schwarzwurzel-Ragout und Haselnuss-Gnocchi	50
Kalb-Röllchen mit Parmesan-Spinat-Füllung	51
Saltimbocca mit Blumenkohl-Erbsen-Püree	52
Vitello Tonnato	53
Zürcher Kalb-Geschnetzelttes mit Käse-Rösti	54

Lamm	55
Lamm-Kotelett mit Lakritz-Soße und Süßkartoffel-Püree	56
Lamm-Ragout mit Avocado	57
Meer	59
Portugiesische Gazpacho mit gebratenen Garnelen	60
Warmer Nudel-Salat mit Garnelen	61
Rind	63
Rinder-Koteletts mit Ofen-Kartoffel und Guacamole	64
Roastbeef, Remouladen-Soße, Bratkartoffel-Salat	65
Saftiges Rinder-Gulasch mit Petersilien-Semmel-Knödeln	66
Süßkartoffel-Pommes mit Feigen-Aioli und Rumpsteak	67
T-Bone-Steak vom Büffel, grüner Spargel, Mozzarella	68
Tafelspitz mit Grüner Soße	69
Salat	71
Asiatischer Gurkennudel-Salat	72
Caesar Salad	73
Lauwarmer Kürbis-Apfel-Salat mit gebratener Wachtel	74
Schwein	75
Grill-Spezialitäten	76
Marinierte Spareribs mit Kartoffel-Ecken und Sauerrahm	77
Soßen	79
Curry-Kokos-Soße	80
Mandarinen-Soße	80
Portwein-Soße	80
Remouladen-Soße	81
Tomaten-Soße	81

Suppen	83
Eintopf von Winter-Gemüse mit Kabeljau und Spätzle	84
Französische Zwiebelsuppe	85
Gazpacho, der Klassiker	86
Gurken-Joghurt Kaltschale	87
Kartoffel-Creme-Suppe mit Fleisch-Bällchen	87
Kartoffel-Suppe	88
Melonen-Süppchen mit Paprika-Croutons	88
Suppe von dicken Bohnen und Speck	89
Weißer Zwiebel-Schaumsuppe mit gebratener Blutwurst	89
Vegetarisch	91
Frischkäse-Ravioli, getrocknete Tomaten, Parmesan-Schaum	92
Gefüllte Kartoffel-Plätzchen mit Sauerampfer-Soße	93
Gefüllte Kartoffel-Taschen	94
Gefüllte Kohlrabi, Grünkern-Plätzchen, Curry-Kokos-Soße	95
Gefüllte Reis-Bällchen auf Herbst-Gemüse-Ragout	96
Gefüllte Tomate	97
Kartoffel-Puffer mit Apfel-Birnen-Mus	98
Käse-Knöpfe mit Spinat	99
Käse-Spätzle aus dem Ofen	100
Kohlroulade mit Pilzfüllung	101
Kürbis-Kartoffel-Cannelloni	102
Offene Lasagne mit Trüffel und Spinat	103
Pasta mit Gemüse-Streifen und Käse-Soße	104
Perlgraupen-Bällchen mit Schalotten-Confit	105
Pfifferling-Tomaten-Salat	106
Pizza	107
Pizza	108
Rahm-Penne mit Brokkoli	109
Rahm-Pfifferlinge mit Crêpe	110
Ravioli mit Maronen-Füllung, Pilzen und Bergkäse	111

Reibekuchen	112
Ricotta-Ravioli in Tomaten-Sud mit Artischocken	113
Rösti mit Spitzkohl-Salat	114
Rote Ravioli mit Auberginen, Tomaten-Soße und Pecorino	115
Spaghetti mit grünen Bohnen, Kartoffeln und Pesto	116
Spargel auf 3 Arten	117
Spinat-Lasagne mit Pilzen	118
Spinat-Ricotta-Tortellini mit Tomaten-Soße	119
Tortellini mit Kräuter-Füllung, Tomaten-Pinienkern-Sugo	120
Ziegenkäse-Graupen-Bällchen mit Bohnen-Gemüse	121
Zitronen-Thymian-Gnocchi, Basilikum-Schaum, Gemüse	122
Verschiedenes	123
Gebrannte Mandeln	124
Kräuter-Dip	124
Vorspeisen	125
Gazpacho mit Ziegenkäse-Cracker	126
Miesmuscheln in Tomaten-Soße	127
Miesmuscheln in Weißwein mit warmem Käsetoast	128
Tafelspitz-Sülze mit Frankfurter grüner Soße	129
Topinambur-Schaum mit Muschel-Praline	130
Wild	131
Jäger-Schnitzel vom Wildschwein mit Pilz-Soße, Salat	132
Kaninchen-Ragout mit Lagerfeuer-Kartoffeln	133
Maibock-Reh-Rücken mit Szechuan-Pfefferjus und Rübchen	134
Reh-Medaillons mit Parmesan-Kruste und junger Roter Bete	135
Reh-Rücken mit Gorgonzola, Preiselbeerbirne, Portwein-Soße	136
Reh-Rücken mit Topinambur und Rote Bete-Sauce	137
Reh-Schnitzel mit Quitten und Pistazien-Creme	138
Wildschwein-Reh-Terrine mit Schalotten-Konfitüre	139

Wurst-Schinken	141
Bratapfel mit gebratener Blutwurst, Kartoffel-Püree	142
Calzone mit Salami	143
Flammkuchen und Bratwürste	144
Flammkuchen	145
Hot Dog	146
Pasta mit Linsen, Hackbällchen und mariniertem Apfel	148
Index	149

Beilagen

Dörrobst-Polenta

Für 4 Personen

250 ml Milch	250 ml Sahne	120 g Polenta
60 g geriebener Parmesan	50 g getrocknete Aprikosen	50 g Walnüsse
60 g getrocknete Pflaumen	50 g getrocknete Birnen	50 g getrocknete Äpfel
Salz, Pfeffer		

Für die Polenta Milch und Sahne in einem Topf zum Kochen bringen. Dann die Polenta unterrühren und bei schwacher Hitze garen. Das Dörrobst und die Walnüsse in feine Würfel schneiden und gemeinsam mit dem Parmesan unter die Polenta ziehen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Sören Anders am 25. Oktober 2013

Gurkengemüse mit Dill und Speck

Für 4 Personen

2 Salatgurken	100 g Speck	30 g Butter
1 EL Zucker	Salz	Pfeffer
3 TL Mehl	75 ml Weißwein	300 ml Gemüsebrühe
1/2 Bund Dill	1/2 Bund glatte Petersilie	150 g saure Sahne
1 Spritzer Apfelessig		

Salatgurken waschen, schälen und der Länge nach halbieren.

Das Kerngehäuse mit einem Teelöffel auslösen und das Fruchtfleisch in fingerdicke Stücke schneiden.

Den Speck fein würfeln. In einem Topf Butter schmelzen, den Speck zugeben und anbraten.

Gurkenstücke und Zucker zugeben und einige Minuten dünsten, bis die ausgetretene Flüssigkeit wieder verdampft ist. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Mehl dazu in den Topf sieben und kurz mitschwitzen.

6 Mit dem Wein ablöschen und die Brühe zugießen. Die Gurken ca. 15 Minuten bei schwacher Hitze schmoren.

In der Zwischenzeit Dill und Petersilie abbrausen, trocken tupfen und fein schneiden.

Die saure Sahne unter die Schmorgurken rühren, mit etwas Apfelessig abschmecken und die Kräuter unterheben. Dazu passt Fisch oder Geflügel.

Sören Anders am 13. März 2020

Pommes klassisch

Für 4 Personen

1 kg festk. Kartoffeln 6 EL Weißweinessig 1,5 l Speiseöl
Meersalz

Für die Pommes frites Kartoffeln schälen und waschen. Kartoffeln in ca. 5 cm lange, dünne Stifte schneiden. Stifte in eine Schüssel mit kaltem Wasser legen.

4 L Wasser mit Essig aufkochen, Kartoffelstifte in jeweils 2 Portionen ins kochende Essigwasser geben, 6-8 Minuten vorkochen.

Kartoffeln mit einer Schaumkelle herausheben und auf einem mit einem Küchentuch ausgelegten Blech 5 Minuten gut abtropfen lassen rundherum trocken tupfen.

Inzwischen das Öl in einem hohen Topf oder einer Fritteuse auf 200 Grad erhitzen.

Pro Frittierportion nur 1 gute Handvoll Pommes mit einer Schaumkelle in das Fett geben, sodass sie genügend Platz zum Bräunen haben und die Fetttemperatur nicht unter 180 Grad sinkt. Jede Portion etwa 40 Sekunden goldgelb vorfrittieren.

Die Pommes mit der Schaumkelle herausheben und auf einem mit Küchenpapier belegten Backblech abtropfen lassen.

Sobald alle Kartoffelstifte vorfrittieren sind, diese 30 Minuten bei Zimmertemperatur abkühlen lassen.

Für das 2. Frittieren das Fett erneut auf 200 Grad erhitzen und die Pommes wiederum in Portionen diesmal pro Portion ca. 3 Minuten goldbraun und knusprig fertig frittieren.

Die Pommes dann mit der Schaumkelle herausheben, kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen und in eine vorgewärmte Schüssel geben. Salzen, gut durchmischen und möglichst heiß servieren.

Sören Anders am 14. Februar 2020

Dessert

Apfel-Pfannkuchen mit Zimt-Eis

Für 4 Personen

Für das Zimteis:

350 ml Milch	350 g Sahne	2 Stangen Zimt
6 Eigelbe	100 g Zucker	50 g Traubenzucker
1 Prise Salz		

Für die Apfelpfannkuchen:

3 Äpfel (z. B. Boskoop)	1-2 TL Zitronensaft	150 g Mehl
2 Eier	250 ml Milch	40 g Zucker
Zimt	1 Prise Salz	4 EL Butter

Für das Zimteis:

Milch, Sahne und Zimtstangen aufkochen und ca. 10 Minuten ziehen lassen. In der Zwischenzeit Eigelbe mit Zucker und Traubenzucker hellcremig rühren, Sahnemilch durch ein Sieb unter die Eimasse rühren. Alles zurück in den Topf geben und unter rühren erwärmen, bis die Masse beginnt cremig zu werden. Danach in eine gefriergeeignete Schüssel geben und leicht abkühlen lassen. Anschließend die Crème in einer Eismaschine zubereiten oder mindestens 8 Stunden gefrieren lassen. Dabei ab und zu umrühren, damit ein cremige Eis entsteht.

Für die Pfannkuchen:

Die Äpfel waschen und trockenreiben. Äpfel schälen, vierteln, entkernen und würfeln. Zitronensaft darüber träufeln, abdecken und beiseite stellen. Mehl, Eier, Milch und Zucker in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig verrühren. Mit etwas Zimt und 1 Prise Salz würzen. Die Apfelwürfel untermischen. Butter portionsweise in einer Pfanne erhitzen. Aus dem Teig ca. 8 goldbraune Pfannkuchen backen. Herausnehmen. Je zwei Pfannkuchen mit etwas Zimteis anrichten.

Sören Anders 18. Januar 2013

Beeren-Butterkeks-Dessert

Für 4 Personen

80 g Butterkekse	50 g weiche Butter	400 g frische Beeren
2 EL Puderzucker	200 g Sahne	250 g Magerquark
1 EL Zucker	1 Pck. Vanillezucker	

Für den Boden die Butterkekse fein zerkrümeln. Butter in einem Topf bei niedriger Temperatur schmelzen. Beides miteinander vermischen. Den Boden von 4 Dessertgläser zunächst mit den zerbröselten Butterkekse bedecken und diese leicht andrücken.

Die Beeren abbrausen und evtl. putzen. 2/3 der Beeren und Puderzucker pürieren.

Die Hälfte des Pürees auf dem Keksboden der Dessertgläser verteilen.

Für die nächste Schicht etwa gleichgroße Brombeeren dicht nebeneinander in die Gläser einsetzen. Für die Deko 4 Beeren beiseitelegen.

Für die Creme Sahne steif schlagen und mit dem Quark verrühren, dann Zucker und Vanillezucker hinzugeben. Jetzt die Quark-Sahne-Creme in einen Spritzbeutel ohne Tülle geben. Die Creme in die Gläser spritzen. Mit einem Teelöffel glattstreichen.

Restliches Beerenpüree auf der Quarkmasse verteilen. Mit den übrigen Beeren garnieren.

Die Dessertgläser mindestens 30 Minuten im Kühlschrank lagern, bevor sie serviert werden.

Sören Anders am 14. August 2020

Buttermilch-Gelee mit Rhabarber und Erdbeeren

Für 4 Personen

Für das Buttermilch-Gelee:

4 Blatt Gelatine	250 g Buttermilch	50 g Puderzucker
1 Limette	250 g Sahne	2 Eiweiß
20 g Zucker		

Für Rhabarber und Erdbeeren:

250 g Erdbeeren	2 Stangen Rhabarber	Zucker
1 Vanilleschote	20 ml Orangenlikör	Puderzucker

Für das Buttermilch-Gelee:

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Buttermilch mit Puderzucker gut vermischen. Von der Limette den Saft auspressen. Limettensaft erhitzen und die ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Dann mit der Buttermilch vermischen. Sahne fast steif aufschlagen und unter die Buttermilchmasse heben. Zuletzt Eiweiß mit Zucker zu Eischnee aufschlagen und ebenfalls unter die Masse heben. Die Masse mit Frischhaltefolie abgedeckt im Kühlschrank fest stocken lassen.

Für Rhabarber und Erdbeeren:

Erdbeeren, waschen, putzen und im Gefrierfach anfrieren lassen. Rhabarber putzen, waschen und in dünne Stifte schneiden. Diese in einem Topf mit leicht gezuckertem Wasser kurz blanchieren. Dann herausnehmen, abtropfen lassen. Vanilleschote aufschneiden und das Mark herausstreichen. Vanillemark mit Orangenlikör mischen. Die Rhabarberstifte mit Puderzucker bestäuben und etwas Orangenlikör marinieren. Die angefrorenen Erdbeeren ebenfalls mit Puderzucker bestäuben und mit etwas Orangenlikör beträufeln. Aus der gestockten Buttermilchmasse Nocken abstechen und diese mit marinierten Erdbeeren und Rhabarber anrichten und servieren.

Sören Anders am 03. Mai 2013

Christstollen-Parfait mit Glühwein-Sabayon

Für 6 Personen

Für das Parfait:

75 g Stollen	2 Blatt Gelatine	1/2 Vanilleschote
3 Eigelb	40 g Puderzucker	2 EL Kirschwasser
250 g Sahne		

Für den Sabayon:

3 Eigelb	90 g Puderzucker	160 ml guter Glühwein
----------	------------------	-----------------------

Für das Parfait:

Stollen in feine Würfel schneiden. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Das Mark der Vanilleschote austreichen. Eigelbe, 30 g Puderzucker und Vanillemark, über einem heißen Wasserbad cremig schlagen. Kirschwasser erwärmen. Gelatine ausdrücken, im Kirschwasser auflösen und unter die Ei-Zucker Masse rühren. Die Schüssel in Eiswasser stellen und die Masse schlagen, bis sie kalt ist. Sahne steif schlagen. Mit den Stollenwürfeln unter die Eimasse heben. Eine kleine Stollenform (ca. 20 cm Länge, ersatzweise Kastenform) mit Frischhaltefolie auslegen. Parfait-Masse einfüllen und über Nacht einfrieren.

Für den Sabayon:

Eigelbe, Puderzucker und Glühwein in einer Schüssel verrühren und über einem heißen Wasserbad cremig schlagen. Anschließend den Sabayon über einem kalten Wasserbad kalt schlagen. Stollenparfait etwas antauen lassen, aus der Form stürzen und in Portionsstücke schneiden. Mit dem Sabayon anrichten.

Sören Anders am 03. Dezember 2013

Erdnuss-Schokoladen-Creme im Glas

Für 24 Portionen

Für den Schokoladenboden:

100 g Butter	100 g Bitterschokolade	1 Vanillestange
1 EL Mehl	100 g brauner Zucker	3 EL Milch
2 Eier		

Für die Erdnusscreme:

6 Blatt Gelatine	200 g Erdnussbutter	450 g Sahne
60 g Zucker	50 g Bitterschokolade	

Für den Überzug:

200 g Sahne	65 g Glucose (Honig)	65 g Zucker
170 g Zartbitterschokolade	65 g Butter	

Für Verzierung:

20 g geschälte Erdnusskerne	2 Zweige frische Minze	
-----------------------------	------------------------	--

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Für den Schokoladenboden:

Schokolade in grobe Stücke zerkleinern und in einem Schlagkessel über dem heißen Wasserbad zusammen mit der Butter schmelzen. Den Schlagkessel vom Wasserbad nehmen. Vanille der Länge nach halbieren und das Mark herausstreichen. Vanillemark unter die geschmolzene Butter und Schokolade geben, Mehl, braunen Zucker, Milch und Eier zugeben und alles gut verrühren. Den Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech streichen und im vorgeheizten Ofen ca. 12- 15 Minuten backen. Den gebackenen Boden auskühlen lassen und anschließend in Stücke schneiden, die der Größe der vorgesehenen Dessertgläser entspricht.

Für die Erdnusscreme:

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Erdnussbutter, 200 g Sahne und Zucker in einen Topf geben und unter Rühren erhitzen. Die Schokolade in grobe Stücke hacken, mit in den Topf geben und in der heißen Flüssigkeit schmelzen (die Flüssigkeit soll nicht kochen, am Besten den Topf vom Herd nehmen). Die eingeweichte Gelatine ausdrücken und in der warmen Masse auflösen. 250 g Sahne steif schlagen. Etwas geschlagene Sahne mit der Masse vermischen und angleichen, dann alles unter die restliche geschlagene Sahne heben. Die vorbereiteten Teighöden in die Dessertgläser legen und die Erdnusscreme darauf geben und kalt stellen.

Für den Überzug:

Sahne, Glucose und Zucker in einem Topf aufkochen. Die Schokolade in grobe Stücke hacken, mit in den Topf geben und in der heißen Flüssigkeit schmelzen (die Flüssigkeit soll nicht kochen, am Besten den Topf vom Herd nehmen). Wenn die Schokolade geschmolzen ist, Butter in kleinen Stücken dazu geben und mit dem Pürierstab fein untermixen. Die Überzugsmasse ca. 3 mm dick auf die Erdnusscreme gießen und ca. 25 Minuten kalt stellen, dann servieren. Nach Belieben mit geschälten Erdnüssen und etwas Minze verzieren.

Sören Anders am 08. März 2013

Glühweinkuchen im Glas mit Gewürz-Orangen

Für 4 Gläser

Für den Kuchen:

Butter	40 g Zartbitterkuvertüre	40 g weiße Kuvertüre
125 g Weizenmehl (405)	1/2 TL Backpulver	1 Msp. Zimt, gemahlen
1 Msp. Gewürznelkenpulver	1 Msp. Muskatnuss	125 g Butter
2 Eier	50 g Zucker	60 g Rohrohrzucker
1 Päck. Vanillezucker	1 TL Orangen-Abrieb	60 ml Rotwein

Für die Gewürzorangen:

2 Bio-Orangen	3 EL Zucker	1/2 Zimtstange
2 Gewürznelke	1/4 Vanilleschote	

Für die Zimtsahne:

200 g Sahne	1 EL Puderzucker	1 TL Zimt, gemahlen
-------------	------------------	---------------------

Die Einkochgläser (250 ml Inhalt) mit Butter ausfetten.

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die dunkle und weiße Kuvertüre fein hacken.

Eine Orange heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben.

Das Mehl mit dem Backpulver in eine Schüssel schieben, Zimt, Nelkenpulver und Muskatnuss untermischen.

Die Butter in einem Topf schmelzen.

Die Eier trennen. Eiweiß zu cremigem Eischnee aufschlagen, dabei nach und nach Zucker unterschlagen.

Die Eigelbe mit Rohrzucker, Vanillezucker, Orangenabrieb und Wein in eine Schüssel geben und mit den Quirlen des Handrührgeräts verrühren, nach und nach die flüssige Butter unterrühren. Den Eischnee mit einem Teigspatel unter die aufgeschlagene Ei-Butter-WeinMasse heben. Anschließend die Mehlmischung unterheben und zuletzt die gehackte Kuvertüre vorsichtig untermischen.

Die vorbereiteten Gläser etwa zu 2/3 mit Teig füllen und im vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten backen.

Ein paar Minuten vor Ende der Backzeit mit einem Zahnstocher oder einer Messerspitze prüfen, ob der Kuchen fertig gebacken ist. Den gebackenen Kuchen aus dem Ofen nehmen und im Glas auskühlen lassen.

Tipp: Wenn der Kuchen im Glas sofort nach dem Backen mit entsprechendem Gummiring und Deckel fachgerecht verschlossen wird, ist er im Glas etwa 3 Wochen haltbar.

In der Zwischenzeit die Orangen schälen, sodass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch haftet. Über einer Schüssel die Orangenfilets zwischen den Trennhäuten ausschneiden und den entstehenden Saft auffangen. Die Orangenfilets in einer Schüssel beiseite stellen.

Zucker in einem Topf goldgelb karamellisieren, mit dem Orangensaft ablöschen, Zimtstange, Gewürznelken und Vanilleschote zugeben und die Flüssigkeit etwas einköcheln lassen.

Dann den eingekochten Saft durch ein Sieb auf die Orangenfilets gießen und ziehen lassen.

Die Sahne mit Puderzucker und Zimt steif schlagen.

Kuchen im Glas mit einem Klecks Zimtsahne und jeweils einigen Orangenfilets garniert servieren.

Sören Anders am 11. Dezember 2020

Gratinierte Gewürz-Birne

Für 4 Personen

1 Bio-Orangen	1 Bio-Zitrone	300 g Zucker
1 Vanilleschote	1/2 TL Koriander	2 Gewürznelken
1 Sternanis	1 Prise Zimt	3 schwarze Pfefferkörner
2 Birnen	250 ml Milch	3 Eigelb

Die Orange und Zitrone heiß abwaschen, trocknen und jeweils etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. 250 g Zucker mit 80 ml Wasser in einen Topf geben und hellbraun karamellisieren lassen. Orangensaft zugeben und sirupartig einkochen. Von der Vanille das Mark herausstreichen. Koriander, Nelke, Sternanis, Zimt und Pfeffer im Mörser fein zerstoßen und mit 1 Msp. Vanillemark, Orangen- und Zitronenschale zum Sirup geben und mit Zitronensaft abschmecken. Die Birnen schälen, halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Die Birnenhälften in Spalten schneiden zum Sirup geben und pochieren.

Für den Vanilleschaum:

Die Milch mit 50 g Zucker aufkochen. Das restliche Vanillemark und auch die ausgekratzte Schote mit in den Topf geben, einmal gut aufkochen lassen und dann etwas ziehen lassen. Die Vanillestange herausnehmen. Eigelbe verquirlen, mit wenig heißer Milch angleichen, anschließend unter ständigem Rühren in die heiße Milch geben. Wenn die Flüssigkeit beginnt dick zu werden, den Topf vom Herd ziehen und kräftig weiter schlagen. Anschließend durch ein Sieb passieren. Die Grillfunktion des Backofens einschalten oder auf 200 Grad Oberhitze vorheizen. Die pochierten Birnenspalten in 4 kleine Gratinförmchen geben, mit dem Vanilleschaum übergießen und kurz gratinieren.

Sören Anders am 14. November 2013

Heiße Liebe einmal anders

Für 4 Personen

100 g weiße Kuvertüre	250 g Sahne	1 Vanilleschote
1 EL Crème-fraîche	2 Eiweiß (ca. 60 g)	2 Tropfen Minzöl
250 g gefrorene Himbeeren	80 g Rohrzucker	20 g Honig

Kuvertüre grob hacken. Sahne erwärmen, Kuvertüre zugeben und darin auflösen. Vanilleschote längs halbieren, das Mark herauskratzen. Vanillemark und Crème-fraîche unterrühren. Die Masse auf ca. 80 Grad abkühlen lassen. Eiweiß steif schlagen und unterheben. Mit dem Minzöl abschmecken. Alles in einen mit 2 Patronen befüllten Siphon geben. Siphon im Wasserbad warm stellen. Die gefrorenen Himbeeren, Zucker und Honig mit einem Pürierstab oder Küchenmixer pürieren, so dass eine cremige Masse entsteht. Die gefrorene Himbeermasse auf 4 Gläser verteilen. Darauf die Vanillecreme aus dem Siphon spritzen. Nach Belieben mit frischen Himbeeren, weißen Schokospänen und Minzeblättchen dekorieren.

Sören Anders am 09. August 2013

Karamellisierte Limetten-Tarte mit Ananas-Salat

Für 12 Stücke:

250 g Mehl	190 g Puderzucker	125 g kalte Butter
5 Eier	1 Vanilleschote	100-150 g Zucker
Saft von 4 Limetten	Saft von $\frac{1}{2}$ Orange	175 g Sahne
1 Ananas	1 Passionsfrucht	3 EL Akazienhonig
2 Stiele Minze	100 ml Kokosmilch	100 ml Ananassaft
50 ml Rum	1 Msp Kaltsaftbinder	4 EL brauner Zucker
500 g getr. Erbsen		

Mehl, 90 g Puderzucker, kalte Butter, 1 Ei und das Mark der Vanilleschote zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig in Klarsichtfolie wickeln und mindestens 30 Minuten kalt stellen. Eine Tarteform (ca. 26 cm Durchmesser) einfetten und mit etwas Mehl bestäuben. Den Backofen auf 180 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Den Teig anschließend etwa 3 mm dick ausrollen und in die Tarteform geben. Den Teig etwas andrücken. Den Teigboden mit Backpapier belegen. Getrocknete Hülsenfrüchte darauf verteilen und im heißen Ofen ca. 10 Minuten blind backen (vorbacken). Herausnehmen, Backpapier und Hülsenfrüchte entfernen und im Ofen bei gleicher Temperatur fertig backen. Herausnehmen und in der Form abkühlen lassen. Backofen auf 120 Grad herunterschalten. Die übrigen 4 Eier, Zucker, Limetten- und Orangensaft und 125 g Sahne mit dem Zauberstab verrühren. Den Schaum abschöpfen und die Masse bis 2 mm unter dem Tarterand auf den vorgebackenen Teigboden gießen. Die Tarte im heißen Ofen ca. 30 Minuten fertig backen. Herausnehmen und kalt stellen. Ananas dünn schälen und in Würfel schneiden und in eine Schale geben. Die Passionsfrucht halbieren. Saft und Kerne auffangen. Ein Drittel der Ananaswürfel mit 100 g Puderzucker und Honig pürieren und durch ein Sieb streichen. Minzeblättchen von den Stielen zupfen. Die Blättchen fein schneiden und unter den Salat mischen. Ananassaft und Passionsfrucht über die Würfel geben und etwa 30 Minuten marinieren. Für den Pina-Colada-Schaum die Kokosmilch, Ananassaft, übrige 50 g Sahne, Rum und den Kaltsaftbinder mit dem Zauberstab verrühren. Alles in einen, mit 2 Patronen gefüllten Sahnesyphon (Espumafflasche) geben und kühl stellen (Wer keinen Syphon hat, schlägt die Sahne steif. Verrührt Kokosmilch, Saft, Rum und Kaltsaftbinder miteinander und schlägt die Masse mit dem Pürierstab schaumig). Die Tarte mit braunem Zucker bestreuen und mit karamellisieren. Mit Ananassalat und Pina-Colada-Schaum anrichten.

Sören Anders am 05. April 2013

Panna Cotta

Für 4 Personen

4 Blatt Gelatine	550 g Sahne	1 Vanilleschote
3 EL Zucker	400 g gemischte Beeren	2 EL Puderzucker

Hinweis: Die Creme muss über Nacht auskühlen und gelieren.

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen.

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

Die Sahne sacht erhitzen und 23 Minuten offen köcheln lassen.

Die Vanilleschote entfernen. Die eingeweichte Gelatine gut ausdrücken und in der heißen, nicht mehr kochenden Sahne auflösen.

Dann die heiße Sahne in 4 Gläser oder Sturzförmchen verteilen. Die Förmchen mit Frischhaltefolie abdecken und zunächst bei Zimmertemperatur auskühlen lassen.

Panna Cotta dann über Nacht im Kühlschrank fest werden lassen.

Am Serviertag die Beeren putzen, gegebenenfalls waschen und abtropfen lassen.

Beeren mit Puderzucker mischen und fein pürieren.

Die gelierte Panna Cotta mit einer Messerspitze vorsichtig vom Formrand lösen und auf Dessertteller stürzen. Die Beerensauce angießen.

Sören Anders am 10. Juli 2020

Rosmarin-Creme brûlée mit Zitrus-Früchten

Für 4 Personen

3 Zweige Rosmarin	2 Zweige Minze	1 Zitrone
500 ml Sahne	3 Blatt Gelatine	80 g Zucker
3 Eigelb	1 Orange	1 Limette
1 Blutorange	1 Grapefruit	ca. 50 ml Rohrzucker

Rosmarin und Minze abspülen und trocken schütteln. Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben. Die Sahne erwärmen Rosmarinzweige und abgeriebene Zitronenschale mit in den Topf geben bei milder Hitze und ca. 15 Minuten ziehen lassen. Dann durch ein feines Sieb passieren. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die aromatisierte Sahne mit Zucker und Eigelben auf ca. 80 Grad erwärmen, dies geht am besten in einer Schüssel auf dem Wasserbad. Ausgedrückte Gelatine zugeben und darin auflösen. Dann die Masse in 4 tiefe, flache Schälchen oder Suppenteller verteilen und kühlstellen. In der Zwischenzeit Orange, Limette, Blutorange und Grapefruit schälen, dass keine weiße Haut mehr zu sehen ist, dann die Fruchtfilets ausschneiden. Wenn die Crème erkaltet ist, dünn den Rohrzucker überstreuen und mit einem Küchenbrenner karamellisieren. Mit den Zitrusfrüchten und Minzeblättchen ausgarnieren.

Sören Anders 02. November 2012

Schwarzwälder-Kirschtorte im Glas

Für 4 Personen

Für den Schoko-Boden:

3 Eier	60 g Puderzucker	80 g Butter
80 g dunkle Kuvertüre	60 g Zucker	70 g Mehl

Für die Kirschen:

250 ml Kirschsafft	50 g Zucker	1 Prise Zimt
2 EL Kirschwasser	2 EL Speisestärke	500 g Sauerkirschen

Für die Schoko-Mousse:

2 Blatt Gelatine	150 g Zartbitter-Schokolade	50 g Sahne
------------------	-----------------------------	------------

Für die Kirschwasser-Sahne:

125 g Sahne	1 Pck. Vanillezucker	1 TL Kirschwasser
-------------	----------------------	-------------------

Eier trennen. Kuvertüre grob hacken, über einem heißen Wasserbad schmelzen. Eigelbe, Puderzucker und weiche Butter schaumig schlagen. Kuvertüre unterrühren. Mehl sieben und unter den Teig heben. Backofen auf 180 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Eiweiß und Zucker steif schlagen, ebenfalls unter den Teig heben. In eine Springform (18 cm Durchmesser) geben und ca. 25 Minuten backen. Herausnehmen und abkühlen lassen. In der Zwischenzeit Kirschsafft, Zimt und Kirschwasser (bis auf 2 EL) erhitzen. Stärke und übrigen Kirschsafft verrühren und unter den Saft rühren. Aufkochen lassen. Kirschen zugeben, kurz erhitzen und abkühlen lassen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Dunkle Schokolade grob hacken und in eine Schüssel geben. Schokolade über einem heißen Wasserbad auflösen. Gelatine ausdrücken und unter die Schokolade rühren. Masse abkühlen aber nicht fest werden lassen. Sahne steif schlagen und unter die abgekühlte Schokolade rühren. Für die Kirschwasser-Sahne die Sahne halb steif schlagen. Nach Geschmack mit etwas Kirschwasser und Vanillezucker abschmecken. Schokoboden fein zerbröseln und einen Teil auf je 4 weite Gläser verteilen. Danach eine Schicht Schokomousse darauf geben. Mit weiteren Bröseln bedecken. Danach mit Kirschen füllen. Mit einem weiteren Bröseln bestreuen. Zuletzt mit Kirschwasser-Sahne abschließen.

Sören Anders am 10. Juni 2013

Zitronen-Tarte mit Brickteig-Blättern

Für ca. 6 Stück:

Für den Mürbeteig:

50 g Butter	40 g Zucker	130 g Mehl
1 Ei	1 Prise Salz	1 Prise Backpulver
300 g Hülsenfrüchte		

Für die Zitronencreme:

2 Blatt Gelatine	2 Eier	100 ml Milch
1 EL Vanillepuddingpulver	Mark von 1/4 Vanilleschote	60 g Zucker
Schale von 1/2 Zitrone	1 TL Zitronensaft	Puderzucker
1 Brickteigblatt	20 g Läuterzucker	

Für den Mürbeteig:

Backofen auf 180 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen. 40 g Butter, Zucker, 120 g Mehl, Ei, Salz und Backpulver zu einem glatten einen Mürbeteig verkneten. In Folie wickeln und etwa 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen. Ein Backblech mit Backpapier belegen, einen Tortenring (15 cm Durchmesser) mit 10 g Butter einfetten und mit 10 g Mehl bestäuben. Auf das Backblech setzen. Den Mürbeteig zu einem Kreis (ca. 19 cm Durchmesser) ausrollen. Teig in den Tortenring legen, dabei einen 2 cm hohen Rand formen und diesen gut andrücken. Den Teig mit Backpapier abdecken, mit Hülsenfrüchten beschweren und im vorgeheizten Backofen 10 – 15 Minuten backen. Herausnehmen, Hülsenfrüchte und Backpapier entfernen. Teig abkühlen lassen.

Für die Zitronencreme:

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Eier trennen. Milch in einen Topf gießen und das Vanillepuddingpulver darin auflösen. Vanillemark, Eigelbe, 30 g Zucker sowie die Zitronenschale zugeben, alles bei kleiner Hitze unter ständigem Rühren aufkochen lassen. Gelatine ausdrücken und unter die heiße Crème rühren. Topf vom Herd nehmen. Eiweiß mit dem restlichen Zucker steif schlagen. Eischnee unter die Crème heben. Mit etwas Zitronensaft abschmecken. Crème auf dem Mürbeteig verteilen, sofort mit Puderzucker bestäuben und kühlen. Brickteig auf beiden Seiten mit Läuterzucker bestreichen. Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und im 180 Grad heißen Backofen auf der mittleren Schiene ca. 10 Minuten kross backen. Teig herausnehmen, etwas abkühlen lassen und anschließend in grobe Stücke brechen. Teigblätter dekorativ in die Zitrontarte stecken. Alles mit Puderzucker leicht bestreuen und sofort servieren, damit die Brickteigblätter nicht durchweichen.

Sören Anders am 06. Mai 2013

Fisch

Bachsaibling, Gurken-Nudeln und Tomaten-Salat

Für 4 Personen:

4 Scheiben Bachsaibling à 60 g Butter

Für die Gurken-Nudeln:

1/2 junge Salatgurke 125 g saure Sahne Saft 1/2 Zitrone
1 TL Dill

Für den Tomaten-Salat:

500 g Ochsenherztomaten 80 g Schalotten Olivenöl
50 ml weißer Balsamico-Essig 20 g Zucker 1 Minzezweig
1 Basilikumzweig geriebener Meerrettich Meersalz
Cayennepfeffer Dillspitzen

Für die Gurken-Nudeln eine Schüssel mit Eiswürfeln zum Abschrecken bereitstellen.

Die Gurke schälen und der Länge nach in 2-3 mm dicke Scheiben hobeln oder schneiden. Diese zu Nudeln schneiden, dass sie etwas so breit wie Tagliatelle sind. Dann in sprudelnden Salzwasser 30 Sekunden blanchieren, sofort in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Die saure Sahne mit Salz, Cayennepfeffer und Zitronensaft pikant abschmecken. Die Gurken- Nudeln und den Dill unter die saure Sahne mischen und den Salat gut durchziehen lassen.

Für den Tomaten-Salat den Strunk der Tomaten entfernen. Die Tomaten in Ecken schneiden und leicht salzen. Die Schalotten fein würfeln und in etwas Olivenöl anschwitzen. Mit Zucker und Essig würzen. Die Zwiebeln mit dem Sud über die Tomaten gießen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Minze und Basilikum in feine Streifen schneiden und unter den Salat mischen.

Für den Bachsaibling den Backofen auf 80°C vorheizen.

Die Filets sorgfältig entgräten und auf beiden Seiten leicht salzen.

Einen ofenfesten Teller mit etwas Butter einfetten. Die Filets nebeneinander darauflegen und mit etwas Butter bestreichen.

Fest mit Klarsichtfolie verschließen und den Fisch auf der untersten Schiene des Ofens 10-12 Minuten garen. Dann aus dem Ofen nehmen und einige Minuten nachziehen lassen.

Zum Anrichten die Gurken-Nudeln auf Tellern verteilen, den Saibling daraufgeben und Meerrettich darüber reiben. Den Tomaten-Salat auf den Fisch geben und mit Dillspitzen garnieren.

Sören Anders am 10. Oktober 2013

Confierter Lachs mit Chicorée und Passionsfrucht-Butter

Für 4 Personen

4 Lachsfilets à 150 g	Salz, Pfeffer	ca. 200 ml Olivenöl
600 g Chicorée	1 Zitrone	120 g Butter
3 EL Zucker	100 ml Süßwein	70 g Ingwer
300 ml Passionsfruchtsaft	1 TL Speisestärke	Tabasco

Die Lachsfilets von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. In einem Topf das Öl auf ca. 70 Grad erwärmen und den Lachs darin ca. 15-20 Minuten garen, die Lachsstücke sollten gerade so mit Öl bedeckt sein. In der Zwischenzeit den Chicorée klein schneiden. Von der Zitrone den Saft auspressen. 20 g Butter in einem Topf schmelzen, 2 EL Zucker zugeben und diesen leicht karamellisieren lassen. Chicorée mit in den Topf geben, mit Zitronensaft ablöschen, Süßwein angießen und den Chicorée weich köcheln. Für die Passionsfruchtbutterm Ingwer schälen und fein reiben. Ingwer, bis auf ca. 1 TL mit dem Passionsfruchtsaft in einen Topf geben und die Flüssigkeit um die Hälfte einkochen lassen. Dann 100 g Butter unterrühren. Stärke mit 1 EL Wasser anrühren und die Passionsfruchtbutterm damit binden. Anschließend mit Tabasco einem Spritzer Zitronensaft, Salz und Zucker abschmecken. Den geschmorten Chicorée mit übrigem Ingwer, Salz, Zucker und Tabasco abschmecken. Chicorée anrichten, den Lachs oben aufgeben und die Passionsfruchtbutterm angießen und servieren.

Sören Anders am 08. März 2013

Fisch-Curry

Für 4 Personen

2 Limetten	5 g Ingwer	600 g weißes Fischfilet
1 Prise gemahl. Koriander	300 g Basmatireis	Salz
1 Zwiebel	2 Frühlingszwiebeln	3 Tomaten
2 EL Pflanzenöl	1 EL rote Currpaste	400 ml Kokosmilch
8 Mini-Maiskölbchen	1 EL asiat. Fischsauce	Pfeffer
2 Stiele Korinader		

Von den Limetten den Saft auspressen. Ingwer schälen und fein reiben.

Fischfilet in Stücke von ca. 25 g schneiden.

Gerieben Ingwer ausdrücken und den Saft auffangen. Diesen Ingwersaft sowie den Limettensaft über die Fischstücke träufeln, mit gemahlenem Koriander würzen und ca. 30 Minuten ziehen lassen.

Den Reis nach Packungsangabe in Salzwasser kochen.

Tipp: Das Kochwasser kann man aromatisieren. Dazu einfach z.B. ein Stückchen Ingwer, eine Stange Zitronengras, 1 Kaffir-Limettenblatt und/oder eine Kardamomkapsel zugeben.

Die Zwiebel schälen und vierteln.

Die Frühlingszwiebel putzen, waschen und in 3-4 cm lange Stücke, anschließend in feine Streifen schneiden.

Tomaten waschen, den Strunk entfernen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in Streifen schneiden.

Das Öl in einer tiefen Pfanne oder einem Wok erhitzen.

Die Fischstücke etwas abtropfen lassen, die Marinade auffangen und beiseitestellen. Fischstücke ins heiße Öl legen und rundherum goldgelb anbraten, dann den Fisch herausnehmen.

Dann die Zwiebelviertel im Öl andünsten bis sie glasig sind. Tomaten und die Frühlingszwiebeln dazugeben und mit andünsten.

Die Currypaste unter ständigem Rühren in das Gemüse mischen, bis sie sich komplett aufgelöst hat.

Das Ganze mit Kokosmilch ablöschen, Mini-Mais zugeben und ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Zuletzt die Limettenmarinade in den Wok geben, mit Fischsauce und Pfeffer abschmecken. Fisch wieder einlegen.

Koriander abrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Sören Anders am 01. April 2020

Fisch-Filet mit Kräuter-Kruste und Gemüse

Für 4 Personen

150 g Hokkaido-Kürbis	150 g Möhren	100 g Petersilienwurzel
100 g Lauch	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
2 Zweige Thymian	4 EL Butter	Salz
2 EL Mehl	350 ml Gemüsebrühe	Pfeffer
Muskat	$\frac{1}{2}$ Bio-Zitrone	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
1 Brötchen vom Vortag	4 Zanderfilets ohne Haut à 150 g	

Kürbis waschen und die Kerne entfernen. Möhren und Petersilienwurzel schälen. Lauch putzen und waschen.

Gesamte vorbereitete Gemüsesorten in kleine Würfel scheiden.

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden. Thymian waschen, trocken schütteln, die Blättchen abstreifen und fein schneiden.

Eine Auflaufform mit etwas Butter einfetten. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze (Umluft: 160 Grad) vorheizen.

Gemüsewürfel in kochendem Salzwasser kurz blanchieren, dann abgießen, in reichlich kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.

Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel darin andünsten. Knoblauch dazugeben kurz mit andünsten. Das Mehl überstäuben und kurz anschwitzen.

Unter Rühren mit Gemüsebrühe ablöschen. Thymian untermischen und Rühren, bis das Mehl abgebunden hat. Danach bei schwacher Hitze ca. 3 Minuten köcheln lassen. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Das Gemüse in die Auflaufform geben, die Sauce darüber gießen. Mit grobem Pfeffer bestreuen und ca. 10 Minuten im Ofen gratinieren.

Zitrone heiß waschen, trocken reiben und die Schale fein abreiben. Petersilie abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

Das Brötchen grob würfeln und mit Petersilie im Mixer fein zerkleinern, Zitronenschale untermischen.

Die Auflaufform aus dem Ofen nehmen. Die Fischfilets kalt waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Filets auf das Gemüse legen. Die Kräuterbrösel darüber streuen, sodass die ganze Form bedeckt ist. Restliche Butter in kleinen Stücken darauf verteilen.

Alles nochmals ca. 12–15 Minuten im vorgeheizten Backofen garen.

Vor dem Servieren kurz abkühlen lassen, anrichten.

Sören Anders am 23. November 2018

Forelle mit Topinambur und Birne

Für 4 Personen

Für die Forellen-Päckchen:

2 Birnen	100 ml heller Balsamico-Essig, mild	Zucker
Salz	Piment-d'Espelette	100 g gesalzene Butter
8 Forellenfilets	Pfeffer	8 Sch. Serrano-Schinken
Butter	3 Toastscheiben ohne Rinde	

Für die Topinambursauce:

200 g Topinambur	50 g Butter	50 ml Weißwein
200 ml Geflügelfond	100 ml Sahne	1 EL Crème fraîche
Salz	Zitronensaft	1 Prise Piment-d'Espelette

Birnen schälen, vierteln und in feine Spalten schneiden.

Balsamico-Essig in einem Topf erhitzen. 1 TL Zucker zugeben, mit Salz und Piment d Espelette würzen. 50 g Butter in Stückchen untermixen.

Die Birnenspalten zugeben und sacht garen.

Währenddessen die Forellenfilets kalt abbrausen, trocken tupfen und eventuell noch vorhandene Gräten sorgfältig entfernen.

Filets mit Salz und Pfeffer würzen. Hälfte der Filets auf einer Arbeitsfläche ausbreiten.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Birnenspalten kurz abtropfen lassen. Je eine Lage Birnen auf den Filets verteilen. Mit der übrigen Butter in feinen Scheiben belegen. Die restlichen Filets auflegen. Übrige Birnenspalten beiseitestellen.

Die Doppelfilets nun mit Schinkenscheiben unwickeln und in eine mit Butter ausgestrichene ofenfeste Form legen.

Filets in den Ofen schieben und etwa 6-8 Minuten garen.

Inzwischen Topinambur schälen, waschen, abtropfen lassen und klein schneiden.

Butter in einem Topf erhitzen. Topinambur darin anbraten. Mit Weißwein ablöschen und kräftig einkochen lassen.

Dann mit Geflügelfond auffüllen und Topinambur zugedeckt weichkochen.

Toastscheiben in sehr feine Streifen schneiden.

Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Toaststreifen darin goldbraun und knusprig rösten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Topinambur mit Sahne und Crème fraîche verfeinern. Würzen, fein mixen und passieren.

Die fertig gegarten Forellenfilets jeweils in die Mitte von vorgewärmten Tellern setzen. Mit restlichen Birnenspalten und gerösteten Brotstreifen anrichten.

Die Topinambursauce mit einem Pürierstab aufschäumen und angießen oder dazu reichen.

Sören Anders am 22. Dezember 2020

Forelle Müllerin mit Salzkartoffeln und Kopfsalat

Für 4 Personen

800 g Kartoffeln	4 Forellen (à 300 g)	Salz, Pfeffer
2 Eier	ca. 4 EL Mehl	ca. 200 g Mandelblättchen
ca. 5 EL Sonnenblumenöl	ca. 2 EL Butter	1 Kopfsalat
8 Radieschen	1/2 Zitrone	100 g Joghurt
2 EL heller Balsamico	6 EL Olivenöl	1 Prise Zucker
1/2 Bund Schnittlauch		

Kartoffeln schälen, abwaschen und in leicht gesalzenem Wasser ca. 18–20 Minuten kochen.

Die Forellen innen und außen gründlich kalt abspülen, trocken tupfen. Eier in einem großen tiefen Teller verquirlen. Forellen mit Salz und Pfeffer würzen. Die Fische in Mehl wenden, überschüssiges Mehl vorsichtig abklopfen, dann kurz im verquirlten Ei wenden und vorsichtig mit Mandeln panieren.

Den Backofen auf 170 Grad Umluft (180 Grad Ober- und Unterhitze, Gas Stufe 3) vorheizen.

Öl in einer großen, backofengeeigneten Pfanne nicht zu stark erhitzen. Die Forellen darin sacht von beiden Seiten goldgelb anbraten. Etwas Butter zugeben und die Pfanne in den heißen Backofen stellen. Die Forellen darin etwa 14 Minuten garen. (Wer keine backofengeeignete Pfanne besitzt, kann die Forellen auch in einer Auflaufform im Backofen garen.)

In der Zwischenzeit Kopfsalat putzen, waschen und abtropfen lassen. Den Kopfsalat in mundgerechte Stückchen zupfen. Radieschen putzen, waschen, abtropfen lassen und in feine Scheiben schneiden

Für das Salatdressing von der Zitrone den Saft auspressen. Joghurt, Zitronensaft, Balsamico und Olivenöl in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen verquirlen. Das Dressing mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Den Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden. Schnittlauch unter das Dressing rühren.

Gekochte Kartoffeln abgießen, kurz ausdampfen lassen. Salat mit dem Dressing marinieren.

Forellen mit Salat und Salzkartoffeln anrichten.

Sören Anders am 08. eptember 2016

Gebratener Wolfsbarsch mit Tomaten-Konfitüre

Für 4 Personen

Für die Tomatenkonfitüre:

500 g Tomaten	1 Schalotte	2 Knoblauchzehen
1 Chilischote	100 ml weißer Balsamico	130 g Rohrzucker
2 Sternanis	2 Gewürznelken	Salz
1 EL Paprikapulver, edelsüß	3 Stängel Basilikum	

Für den Fisch:

1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	4 Wolfsbarschfilets à 150 g
Salz, Pfeffer	1 TL Mehl	2 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehe	1 EL Butter	

Für die Kartoffeln:

600 g Kartoffeln, fest	4 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
1 Prise Muskat	2 Zweige Rosmarin	

Tomaten am Strunkansatz einritzen, kurz in kochendes Wasser geben, kalt abschrecken und die Haut abziehen. Schalotte und Knoblauch schälen und fein schneiden. Chili waschen, halbieren, das Kerngehäuse austreichen und das Fruchtfleisch fein schneiden. Balsamico mit Zucker, Sternanis und Nelken in einen Topf geben und aufkochen. Schalotte, Knoblauch und zugeben und ca. 2 Minuten kochen lassen. Die geschälten Tomaten grob schneiden, zugeben und zu einer konfitüreartigen Konsistenz einkochen. Sternanis und Nelken wieder herausnehmen und alles mit Salz und Paprikapulver abschmecken und abkühlen lassen. Basilikum abspülen trocken schütteln, fein schneiden und untermischen. Die Kartoffel schälen und in 5 mm große Würfel schneiden. In einer Pfanne mit 4 EL Olivenöl die Kartoffelwürfel bei milder Hitze ca. 15 Minuten goldbraun braten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Rosmarin abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Für den Fisch Thymian und Rosmarin abspülen und trocken schütteln. Wolfsbarschfilets mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Hautseite mit Mehl bestäuben. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl die Fischfilet zuerst auf der Hautseite goldbraun anbraten. Angedrückte Knoblauchzehe, Thymian und Rosmarin mit in die Pfanne geben. Filets wenden, 1 EL Butter mit in die Pfanne geben und kurz gar ziehen lassen. Gehackten Rosmarin unter die Kartoffelwürfel mischen. Etwas Tomatenkonfitüre auf Teller verteilen, das Fischfilet anlegen und mit den Kartoffeln servieren.

Sören Anders am 29. August 2014

Gebratener Zander mit fruchtiger Soße und Gemüse-Chips

Für 4 Personen

Für den Zander:

2 Knollen Rote Bete	Salz	2 Möhren
2 Pastinaken	1 Kartoffel	1 Topinamburknolle
100 g Champignons	5 EL Butter	Pfeffer
4 Zanderfilets mit Haut à 120 g	1 EL Mehl	2 EL Olivenöl
500 g Frittierfett	1 Prise Zucker	

Für die Sauce:

100 g Ingwer	1 TL weiße Pfefferkörner	250 g Hackfleisch
2 EL Olivenöl	1 EL Honig	50 g Rohrzucker
1 EL Senfkörner	100 ml Grapefruitsaft	200 ml Orangensaft
150 ml Sherry-Essig	300 ml Rinderjus	200 ml Tomatensaft
Salz, Pfeffer	1 TL Speisestärke	

Für den Zander:

Eine Rote Bete waschen und ungeschält in einem Topf mit Salzwasser bissfest kochen. Dann herausnehmen, schälen, in Scheiben und dann in Rauten schneiden. Möhren und Pastinaken schälen, in Scheiben dann in Rauten schneiden und in einem Topf mit Salzwasser nacheinander blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen.

Für die Sauce:

Ingwer schälen und würfeln. Pfefferkörner im Mörser grob zerstoßen. Hackfleisch in einem Topf mit 2 EL Olivenöl kräftig anbraten, dass es schön geröstet ist. Dann Honig, Rohrzucker, Ingwer, Senfkörner, Pfeffer, Grapefruit- und Orangensaft, Essig, Jus und Tomatensaft zugeben. Alles um mehr als die Hälfte einkochen, dann die Sauce durch ein Sieb passieren und abschmecken. Nach Belieben 1 TL Stärke mit 1 EL Wasser vermischen und die Sauce damit abbinden.

Für die Gemüsechips:

Die Kartoffel, Topinambur und übrige Rote Bete schälen und in hauchdünne Scheiben hobeln. Die Champignons putzen, vierteln und in einer Pfanne mit 2 EL Butter braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Fischfilets von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer, auf der Haut Seite leicht mit Mehl bestäuben. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl die Fischfilets zuerst auf der Hautseite knusprig anbraten, dann wenden, 1 EL Butter zugeben und bei milder Hitze gar ziehen lassen. Für die Gemüsechips in einem Topf mit heißem Frittierfett (ca. 130 Grad) die Gemüsescheiben goldbraun ausbacken. Dann mit einer Siebkelle herausnehmen und auf Küchentrepp kurz abtropfen lassen. Gemüsechips mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne 2 EL Butter erhitzen und die vorbereiteten Gemüserauten darin warm schwenken. Mit einer Prise Zucker, Salz und Pfeffer würzen und abschmecken. Das Gemüse mit den Pilzen auf Tellern verteilen. Gebratenen Zander anlegen, die Sauce angießen und die Gemüsechips obenauf geben.

Sören Anders am 26. November 2013

Geschmorter Kürbis mit Mohn und Zander-Filet

Für 4 Personen:

Für den Kürbis:

0,5 l Karottensaft	100 ml Orangensaft	800 g Hokkaidokürbis
Pflanzenöl	1 Limette	Salz
Ras el Hanout	1 EL Butter (gewürfelt)	

Für den Zander:

4 Stück Zanderfilet á 150 g	1 EL Mehl	2 EL Pflanzenöl
2 Zweige Thymian	1 EL Butter	Salz

Außerdem:

1 EL weiße Mohnsaat	1 EL kalte Butter, gewürfelt	6 Sauerampferblätter
---------------------	------------------------------	----------------------

Karotten- und Orangensaft in einen Topf geben und offen auf ca. 200 ml einkochen.

Den Kürbis waschen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Den Kürbis anschließend in feine, lange Spalten schneiden.

Etwas Pflanzenöl in einer großen Pfanne stark erhitzen, die Kürbisspalten darin von beiden Seiten kurz stark anrösten.

Die Temperatur reduzieren und die eingekochte Saftmischung angießen. Den Kürbis bei schwacher Hitze zugedeckt sacht garen.

Von der Limette den Saft auspressen.

Kürbis mit Salz, Limettensaft und Ras el Hanout abschmecken. In der Sauce abkühlen lassen.

Aus dem Zanderfilet eventuell noch vorhandene Gräten sorgfältig entfernen. Filets kalt abbrausen, gründlich trocken tupfen. Die Hautseite mit wenig Mehl bestäuben.

l in einer Pfanne erhitzen und die Fischfilets darin auf der Hautseite goldbraun anbraten. Die Herdplatte ausschalten und den Zander wenden.

Den Thymian und die Butter zugeben und den Fisch ca. 4 Minuten ziehen lassen. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen und salzen.

Den Mohn in einer trockenen Pfanne ca. 5 Minuten rösten.

Die Kürbisspalten in der Sauce erhitzen, auf den vorgewärmten Tellern anrichten und mit dem Mohn bestreuen.

Die kalte Butter in die Sauce einrühren, nochmals abschmecken und Sauce zwischen den Kürbisspalten angießen.

Sauerampfer abbrausen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden. Sauerampfer auf dem Kürbis verteilen und pro Teller ein Stück gebratenen Zander aufsetzen.

Sören Anders am 13. Oktober 2020

Gurken-Kaltschale mit Dill und Lachs-Roulade

Für 4 Personen

2 Salatgurken	30 g Dill	20 g Minze
400 g Naturjoghurt	100 ml Mineralwasser	10 ml Himbeeressig
100 ml Olivenöl	1/2 Knoblauchzehe	Salz, Pfeffer, Zucker
1 Schalotte	250 g frisches Lachsfilet	1 Zitrone

Gurken waschen, schälen. Von einer Gurke der Länge 12 dünne Scheiben abschneiden bzw. mit dem Sparschäler abhobeln. Rest Gurke und auch die andere Gurke, halbieren und das Kerngehäuse mit einem Löffel entfernen. Dann die Gurken grob schneiden. Dill und Minze abspülen, trocken schütteln und grob schneiden. Gurkenstücke mit Dill, Minze, Joghurt, Mineralwasser, Himbeeressig, Olivenöl, geschälter halber Knoblauchzehe in einen Mixbecher geben und alles fein pürieren. Die Suppe mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und kalt stellen. Schalotte schälen und sehr fein schneiden. Lachsfilet ebenfalls sehr fein würfeln. Von der Zitrone den Saft auspressen. Lachs mit Schalotte in eine Schüssel geben, mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen und alles gut vermischen. Auf die Gurkenscheiben etwas Lachstatar geben und zu Rouladen aufrollen. Zum Anrichten pro Portion 3 Lachsrollchen in tiefe Teller geben und dann mit der kalten Gurkensuppe aufgießen. Nach Belieben mit Dill verzieren.

Sören Anders 16. Juli 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-Puffer mit Räucherlachs und Sahne-Meerrettich

Für 4 Personen

80 g frischer Meerrettich	1 Spritzer Zitronensaft	Salz
1 Prise Zucker	100 g Sahne	3 Zweige Dill
700 g Kartoffeln	1 kleine Zwiebel	1 Ei
1 Prise Muskat	5 EL Butterschmalz	100 g Räucherlachs

Meerrettich schälen, waschen und fein reiben.

Geriebenen Meerrettich mit Zitronensaft, 1 Prise Salz, Zucker und Sahne cremig pürieren und nochmal abschmecken.

Dill abrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Die Kartoffeln schälen und auf der feinen Reibe reiben. Die Kartoffelmasse gut ausdrücken, die Flüssigkeit in einer Schüssel auffangen, die Stärke absetzen lassen.

Den Kartoffelsaft abschütten und die Stärke zu den geriebenen Kartoffeln geben.

Die Zwiebel schälen und ebenfalls fein reiben, dann zusammen mit dem Ei zu den Kartoffeln geben und alles gut vermischen. Die Kartoffelmasse mit Salz und einer Prise Muskat würzen.

In einer Pfanne reichlich Butterschmalz erhitzen, mit einem Esslöffel etwas Kartoffelmasse in die Pfanne geben, zu Puffern flach drücken und von beiden Seiten knusprig braten. Nach und nach goldbraune Puffer ausbacken.

Kartoffelpuffer auf Teller geben, einen Klecks Sahne-Meerrettich zugeben, etwas Lachs obenauf geben und mit Dill bestreut servieren.

Sören Anders am 11. Dezember 2020

Lachs-Filet mit Erbsen-Püree, Minze und Joghurt

Für 4 Personen

Für das Lachsfilet:

400 g Lachsfilet 150 ml Olivenöl

Für das Erbsenpüree:

200 g Erbsen (Tk) 60 g Sahne 1 EL Butter
1 EL Crème Fraîche Brühe 2 Stiele Minze
Salz, Pfeffer, Muskat

Für Joghurt und Curryschaum:

100 g Joghurt Salz, Pfeffer 2 Schalotten
100 g Knollensellerie $\frac{1}{2}$ Stange Lauch 2 EL Curry
130 g Butter 50 ml Weißwein 150 ml Brühe
200 g Sahne Muskat, Ananassaft Orangensaft

Für das Lachsfilet:

Backofen auf 65 Grad vorheizen. Das Lachsfilet trockentupfen und in 4 Stücke teilen. eine feuerfeste Form legen. Olivenöl darüber geben, so dass das Filet bedeckt ist. Den Lachs im Backofen ca. 30 Minuten garen (konfieren). Lachs herausheben, abtropfen lassen und mit Salz und pfeffer würzen.

Für das Erbsenpüree:

Die Erbsen abspülen und in der Butter ca. 5 Minuten schmoren. Sahne zugeben und würzen. Erbsen solange garen, bis sie weich sind. Minzeblättchen von den Stielen Zupfen. Mit Crème-fraîche zu den Erbsen geben und alles pürieren. Püree durch ein Sieb passieren. Anschließend, nach Belieben mit etwas Brühe anpassen und würzen.

Für Joghurt und Curryschaum:

Joghurt mit Salz und Pfeffer verrühren. Abdecken und kühlen. Für den Curryschaum Schalotten schälen und würfeln. Sellerie und Lauch putzen und klein schneiden, 1 TL Butter in einem Topf erhitzen. Schalotten, Lauch und Sellerie darin anrösten. Curry zugeben und mit schmoren. Anschließend 1 EL Butter unterrühren. Mit Weißwein ablöschen. Brühe und Sahne unterrühren und kurz köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und etwas Orangensaft würzen. Die Sauce etwa einkochen lassen. Die Sauce durch ein Sieb passieren zurück in den Topf passieren. Kalte Butter unterrühren, abschmecken und mit einem Pürierstab aufschäumen. die Soße passieren, fertig abschmecken. Vor dem Anrichten mit kalter Butter montieren und mit einem Mixstab aufschäumen. Lachsfilet, Erbsenpüree, Joghurt und Curryschaum anrichten.

Sören Anders am 24. Mai 2013

Lachs-Spinat-Maultasche mal anders

Für 4 Personen

250 g Hartweizenmehl	150 g Weizenmehl, Type 405	Salz
6 frische Eier	3-4 Eigelb	600 g Lachsfilet
ca. 500 ml Olivenöl	500 g Blattspinat	2 Schalotten
1 Knoblauchzehe	4 EL Butter	Pfeffer
1 Prise Muskat	2 Stangen Staudensellerie	1 EL Pflanzenöl
Muskatblüte	300 ml Geflügel-oder Gemüsebrühe	200 g Sahne
1 Spritzer Essig	1/2 Bund Kerbel	

Aus den beiden Mehlen, 1 Prise Salz, 2 Eiern und Eigelben einen glatten Nudelteig kneten. Den Teig in Frischhaltefolie verpackt mindestens 2 Stunden (am besten über Nacht) im Kühlschrank ruhen lassen. Den Backofen auf 65 Grad Ober- und Unterhitze (Gast Stufe 1) vorheizen. Das Lachsfilet abspülen, trocken tupfen, in 4 Portionsstücke teilen, in eine Auflaufform legen und soviel Olivenöl angießen, dass die Fischfilets vollständig bedeckt sind. Im vorgeheizten Ofen den Fisch ca. 15 Minutenglasig garen. Den Nudelteig mit einer Nudelmaschine dünn ausrollen und Quadrate von ca. 14 cm . ausschneiden. Die Nudelplatten in einem Topf mit kochendem Salzwasser portionsweise ca. 2-3 Minuten bissfest garen, herausnehmen und abtropfen lassen. Spinat putzen, abwaschen und abtropfen lassen. Schalotte n und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. 1 EL Butter in einem Topf erhitzen, eine gewürfelte Schalotte und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Den Spinat zugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und unter Wenden zusammenfallen lassen.

Für die Schaumsauce:

Staudensellerie waschen und ebenfalls fein würfeln. In einem Topf mit 1 EL Öl restliche Schalotte und Sellerie anschwitzen. Muskatblüte zugeben und mit der Brühe ablöschen, Sahne angießen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Saucenansatz um etwa die Hälfte einkochen lassen.

Für die pochierten Eier:

Einen Topf mit reichlich Wasser (ca. 2 l) aufsetzen, etwas Salz und Essig zugeben und zum Kochen bringen. Die Hitze sofort herunter drehen. Das Wasser soll kurz unter dem Siedepunkt sein. Ein Ei in einer kleinen Tasse aufschlagen und von der Tasse (ein kleiner Schöpflöffel geht auch gut) langsam in das Wasser gleiten lassen. Diesen Vorgang mit den restlichen Eiern wiederholen. Die Eier 4 - 6 Minuten (je nach Vorliebe für die Konsistenz eines Eies) in dem Essigwasser ziehen lassen. Den Saucenansatz durch ein passieren, restliche Butter in Stückchen mit einem Pürierstab untermixen und die Sauce abschmecken. Pochierte Eier mit einer Schaumkelle vorsichtig herausheben.

Nudelplatten, Spinat und Lachs auf vorgewärmten Teller dekorativ anrichten, je ein pochiertes Ei obenauf geben und die Sauce angießen. Nach Belieben mit frischem Kerbel garnieren.

Sören Anders am 11. April 2014

Saibling mit Mangold, Linsen, Granatapfel und Haselnuss

Für 4 Personen:

Für die Linsen:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	30 g Butter
70 g Belugalinsen	Currypulver	0,5 TL
Ras el-Hanout	2 EL Balsamicoessig	300 ml Gemüfefond
1 TL Speisestärke	30 g kalte Butter	5 Stiele Petersilie
Salz		

Für den Mangold:

50 g Haselnusskerne	0,5 Granatapfel	1 Schalotte
300 g Baby-Mangold	1 EL Butter	Salz
Muskatnuss	4 Saiblingsfilets	2 EL Sonnenblumenöl

Für die Linsen die Schalotte abziehen und würfeln. Den Knoblauch abziehen und fein reiben.

Die Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin sacht andünsten.

Die Linsen verlesen, abbrausen, abtropfen lassen.

Linsen, Currypulver und Ras el-Hanout in den Topf geben und mit andünsten.

Mit dem Essig ablöschen und diesen vollständig einkochen lassen.

Dann mit Fond aufgießen, aufkochen. Die Linsen sacht gar köcheln lassen. Gegebenenfalls zwischendurch noch etwas Fond angießen.

Währenddessen für den Mangold Haselnüsse in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett rösten, auf einem Teller auskühlen lassen.

Granatapfelkerne auslösen.

Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden.

Mangold putzen, abbrausen und abtropfen lassen.

Für die Linsen Speisestärke und 2 EL kaltes Wasser anrühren.

Angerührte Stärke unter ständigem Rühren zu den gegarten Linsen geben, kurz köcheln lassen.

Die kalte Butter fein würfeln und unterrühren. Die Linsen sollen jetzt nicht mehr kochen.

Die Petersilie abbrausen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken.

Petersilie unter die Linsen mischen. Linsen mit Salz abschmecken, kurz warm halten.

Für den Mangold die Butter in einem Topf erhitzen und sacht bräunen.

Die Schalottenwürfel zugeben und darin andünsten. Den Mangold zugeben und alles kurz durchschwenken. Mit Salz und Muskatnuss würzen.

Haselnüsse hacken und mit Granatapfelkernen unter den Mangold schwenken.

Saiblingsfilets abbrausen und gründlich trocken tupfen.

Das Sonnenblumenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen.

Den Saibling salzen und mit der Hautseite nach unten bei mittlerer Hitze 2 Minuten anbraten.

Dann die Filets wenden und etwa 30 Sekunden fertig braten.

Mangold und Linsen auf vorgewärmten Tellern anrichten. Das Saiblingsfilet anlegen und alles servieren.

Sören Anders am 21. Oktober 2020

Zander auf Sauerkraut mit Riesling-Schaum

Für 2 Personen

1 Apfel	1 Zwiebel	3 EL Butter
400 g frisches Sauerkraut	300 ml Weißwein (Riesling)	Salz, Pfeffer
1 Prise Zucker	1 Lorbeerblatt	2 Wacholderbeeren
400 g Kartoffeln, mehlig	1 Schalotte	50 g Staudensellerie
50 g Lauch	200 ml Gemüsebrühe	80 g Sahne
Muskat	150 ml Milch	300 g Zanderfilet mit Haut
1 EL Sonnenblumenöl	1 EL kalte Butter	

Den Apfel schälen und in feine Würfel schneiden. Zwiebel schälen und fein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Butter die Zwiebel und Apfelwürfel anschwitzen, das Sauerkraut zugeben und mit 200 ml Weißwein ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen, Lorbeerblatt und Wacholderbeeren zugeben und bei geringer Hitze ca. 30 Minuten mit geschlossenem Deckel kochen. Für das Püree die Kartoffeln schälen, in Salzwasser weich kochen. Für die Sauce Schalotte schälen und fein würfeln. Staudensellerie und Lauch putzen, waschen und fein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Butter Schalotte mit Lauch und Sellerie hell anschwitzen. Mit restlichem Wein ablöschen, Brühe und Sahne angießen, aufkochen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Alles ca. 10 Minuten köcheln lassen. Die Milch in einem Topf erwärmen. Die gekochten Kartoffeln abschütten, durch die Presse drücken und mit heißer Milch und 1 EL Butter zu einem Brei mischen. Mit Salz und Muskat abschmecken. Zanderfilet portionieren, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Sonnenblumenöl zuerst kurz auf beiden Seiten, dann überwiegend auf der Haut braten, damit diese schön kross wird. Den Saucenansatz durch ein feines Sieb passieren und abschmecken. Kalte Butter mit dem Pürierstab unter die Sauce arbeiten und aufschäumen. Sauerkraut und Kartoffelpüree auf Tellern anrichten, den Fisch obenauf geben und die Sauce angießen.

Sören Anders am 30. Januar 2015

Zander mit Kompott von Berglinsen und Ingwer

Für 4 Personen

Für das Linsenkompott:

150 g Berglinsen	4 Schalotten	1 Knoblauchzehe
25 g frischer Ingwer	30 g Butter	1 EL milder Curry
300 ml Tomatensaft	2 Limettenblätter	Saft und Schale 1 Limette
1 Stiel Minze	1 Stiel Koriander	

Für den Zitronengrasschaum:

2 EL Kokosflocken	1 Schalotte	1 EL Rapsöl
4 Stiele Zitronengras	1 TL milder Curry	200 ml Fischfond
200 ml Wermut	100 ml Kokosmilch	Zitronensaft
Meersalz		

Für den Zander:

600 g Zanderfilet mit Haut	3 EL Rapsöl	2 EL Butter
1 Zweig Thymian	grobes Meersalz	

Für das Linsenkompott:

Die Linsen in ca. 500 ml kaltem Wasser über Nacht einweichen. Linsen abgießen, das Wasser dabei auffangen. Linsen gut abtropfen lassen. Schalotten, Knoblauch und Ingwer schälen, fein würfeln und in der Butter glasig andünsten. Linsen zugeben und kurz anschmoren. Currypulver darüber stäuben und kurz mitbraten. Tomatensaft, etwas Meersalz und die Limettenblätter zugeben. Die Linsen bei schwacher Hitze ca. 15 Minuten weich garen. Nach Belieben etwas Einweichfond in kleineren Mengen nach und nach zugeben. Es sollte eine sehr sämige Konsistenz entstehen. Mit Limettensaft und -schale sowie etwas Meersalz abschmecken.

Für den Zitronengrasschaum:

Für den Schaum, Kokosflocken in einer Pfanne ohne Fett rösten. Schalotte fein würfeln. Rapsöl in einem Topf erhitzen, die Schalotte darin anbraten. Vom Zitronengras die äußeren harten Blätter, das Wurzelende und die Spitzen entfernen. Zitronengras sehr fein schneiden, zu den Schalotten geben und kurz mit anbraten. Currypulver und Kokosflocken zugeben und kurz mit anbraten. Mit Fond und Wermut ablöschen und alles langsam um die Hälfte einkochen. Sauce durch ein feines Sieb passieren. Kokosmilch zugeben, erhitzen und mit Zitronensaft und Meersalz abschmecken.

Für den Zander:

Zanderfilet entgräten, abspülen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Zander in 4 Portionen teilen. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen. Zander auf der Hautseite knusprig und hellbraun braten. Die Temperatur herunterschalten. Zander wenden, Butter und Thymian zugeben und etwa 4 Minuten ziehen lassen. Mit Meersalz würzen. Minze und Koriander abspülen, trocken schütteln und die Blättchen von den Stielen zupfen. Die Blättchen in feine Streifen schneiden und unter die Linsen rühren. Die Linsen (in einem Metallring) auf warme Tellern geben. Den Zander darauf anrichten. Zitronengrassauce aufschäumen und neben den Linsen anrichten.

Sören Anders am 05. April 2013

Geflügel

Enten-Brust mit Dörrobst-Polenta und Mandarinen-Soße

Für 4 Personen

Für die Entenbrust:

4 Entenbrüste (á ca. 200 g) Salz, Pfeffer

Für die Dörrobstpolenta:

250 ml Milch	250 ml Sahne	120 g Polenta
60 g geriebener Parmesan	50 g getrocknete Aprikosen	50 g Walnüsse
60 g getrocknete Pflaumen	50 g getrocknete Birnen	50 g getrocknete Äpfel

Salz, Pfeffer

Für die Mandarinensoße:

1 L Mandarinensoße	2 Limetten	80 g Ingwer
50 g Butter	Tabasco, Zucker, Salz	

Backofen auf 100 Grad vorheizen. Die Entenbrust auf der Hautseite mit einem scharfen Messer einschneiden. Auf ein Backblech legen und im Backofen ca. 25 Minuten garen. Herausnehmen und in einer Pfanne ohne Fett zuerst auf der Hautseite knusprig braten. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen. Für die Polenta Milch und Sahne in einem Topf zum Kochen bringen. Dann die Polenta unterrühren und bei schwacher Hitze garen. Das Dörrobst und die Walnüsse in feine Würfel schneiden und gemeinsam mit dem Parmesan unter die Polenta ziehen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Für die Sauce Den Mandarinensoße in einem Topf um 1/3 einkochen lassen. Die Limetten halbieren, auspressen und zum Mandarinensoße geben. Den Ingwer schälen und in die Sauce reiben und köcheln lassen. Kalte Butter stückchenweise in die Mandarinensoße rühren und die Sauce damit binden. Danach die Sauce durch ein Sieb passieren und mit Tabasco, Zucker und Salz abschmecken. Entenbrust mit Dörrobstpolenta und Mandarinensoße anrichten. Mit Preiselbeeren und bis sfest gegarten Brokkoliröschen anrichten. (Als Deko bitte Preiselbeeren und Brokkoli... besorgen)

Sören Anders am 25. Oktober 2013

Gänse-Keulen mit Rotkohl und Maronen

Für 4 Personen

Für die Gänsekeulen:

5 Schalotten	2 Stangen Staudensellerie	2 EL Gänseschmalz
4 Gänsekeulen	Salz	Pfeffer
1 Bio-Orange	1 Gewürznelke	1 Lorbeerblatt
1 TL Ingwerpulver	100 ml Rotwein	250 ml Fleischbrühe
1 EL Honig		

Für den Rotkohl:

1/2 Kopf Rotkohl	2 Schalotten	30 g Gänseschmalz
1 Lorbeerblatt	1 TL grüner Pfeffer	3 EL Apfelessig
1/8 l kräftiger Rotwein	2 Wacholderbeeren	1 Pimentkorn
1 Gewürznelke	Salz	50 g Preiselbeer-Konfitüre
50 g Johannisbeer-Konfitüre		

Für die glasierten Maronen:

2 EL Butter	1 EL Zucker	200 g gegarte Maronen
60 ml Geflügelbrühe	60 g Sahne	

Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Schalotten schälen und grob würfeln. Sellerie gut waschen und in 1 cm große Stücke schneiden. In einem Bräter das Gänseschmalz erhitzen. Die Gänsekeulen mit Salz und Pfeffer würzen und im Bräter von allen Seiten anbraten. Dabei die etwas fettere Hautseite länger anbraten, um das Fett auszulassen. Anschließend die Keulen aus dem Bräter nehmen.

Das vorbereitete Gemüse im Gänsefett kräftig anrösten. Orange heiß abwaschen, vierteln und mit in den Topf geben. Gewürznelke, Lorbeerblatt und Ingwerpulver zugeben.

Gänsekeulen mit der Hautseite nach Oben auf das Gemüse legen. Wein und so viel Brühe angießen, dass nur die fleischige Unterseite der Keulen im Fond gart.

Keulen so zugedeckt im vorgeheizten Backofen ca. 2 Stunden schmoren. Dabei immer mal wieder die Flüssigkeitsmenge überprüfen und evtl. noch etwas Brühe angießen. (Die Keulen sind gar, wenn man auf das Fleisch am Gelenkknochen der Keulen drückt und es sich leicht lösen lässt.)

Die Keulen möglichst im Schmorfond erkalten lassen.

In der Zwischenzeit für den Rotkohl, den Kohl vierteilen, den Strunk ausschneiden. Kohl möglichst fein hobeln oder schneiden. Je feiner der Kohl geschnitten ist, umso kürzer wird die Garzeit, die ca. 30 Minuten beträgt.

Die Schalotten schälen, fein schneiden. In einem Topf etwas Gänseschmalz erhitzen und Schalotten und den geschnittenen Kohl zugeben. Lorbeerblatt, grob gestoßenen grünen Pfeffer, Apfelessig, Rotwein, gestoßene Wacholderbeeren, Piment, Gewürznelke und etwas Salz zugeben.

Den Kohl zugedeckt gar köcheln lassen. Zwischendurch öfter durchrühren.

Nach ca. 15 Minuten Schmorzeit die Konfitüren unter den Kohl rühren. Alles weitere ca. 15 Minuten köcheln lassen.

Dann den Kohl offen bei starker Hitze solange einkochen, bis die Flüssigkeit fast vollständig eingekocht ist. 1-2 EL Gänseschmalz unter das Rotkraut rühren und mit Salz abschmecken.

Die Gänsekeulen aus dem Schmorfond herausnehmen, warm halten.

Den Schmorfond nochmals aufkochen und durch ein feines Sieb streichen. Anschließend Sauce solange einkochen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die glasierten Maronen die Butter bei mittlerer Temperatur in einer Pfanne erhitzen, Zucker zugeben und karamellisieren. Die Maronen untermischen, Geflügelbrühe und Sahne zugeben und alles etwas köcheln lassen, bis die Maronen schön glasiert sind.

Die Grillfunktion des Backofens oder maximale Oberhitze einstellen.

Honig, 1 Prise Salz und 2 EL vom Schmorfond verrühren.

Die Gänsekeulen auf ein Backofengitter setzen und damit einpinseln. Die Keulen unter dem Grill oder bei Oberhitze knusprig rösten.

Die Gänsekeulen und Sauce anrichten, dazu das Rotkraut servieren. Als Beilage passen Kartoffel- oder Semmelknödel.

Sören Anders am 13. November 2020

Hähnchen-Brust in Essig-Soße mit Polenta-Zwiebeln

Für 4 Personen

Für die gefüllten Zwiebeln:

4 weiße Zwiebeln	700 ml Geflügelfond	2 Knoblauchzehen
1 Lorbeerblatt	5 Korianderkörner	Salz
2 Schalotten	2 EL Butter	150 g Maiskörner, gegart
Pfeffer	20 g Polentagrieß	30 g Parmesan
20 g Sahne, geschlagen		

Für das Fleisch:

1 Zwiebel	50 g Bauchspeck	1 EL Zucker
2 EL Butter	30 ml Estragonessig	200 ml Gemüsesfond
2 Zweige Estragon	2 Gewürznelken	1 TL Estragonenf
Salz, Pfeffer	4 Stängel glatte Petersilie	600 g Hähnchenbrustfilet
2 EL Olivenöl		

Weißer Zwiebeln mit der Schale waschen, in einen Topf geben, mit dem Geflügelfond bedecken. Geschälte Knoblauchzehen, Lorbeerblatt, Korianderkörner, Gewürznelken und eine Prise Salz zugeben. Zugedeckt die Zwiebeln weich köcheln. Die gekochten Zwiebeln aus dem Sud nehmen, den Sud durch ein Sieb passieren und zur Seite stellen. Von den Zwiebeln einen Deckel abschneiden und aushöhlen. Das Ausgehöhlte der Zwiebel in kleine Würfel schneiden. Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Schalotten schälen und fein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, Maiskörner zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Mit 150 ml von dem zur Seite gestellten Zwiebelfond aufgießen. Maisgrieß zugeben und unter Rühren garen. Parmesan fein reiben, mit den gehackten gekochten Zwiebeln vermischen. Gegarten Maisgrieß vom Herd ziehen, Parmesan und Zwiebelwürfel unterrühren, geschlagene Sahne unterheben und abschmecken. Die ausgehöhlten Zwiebeln mit der Polenta füllen. Eine Auflaufform mit 1 EL Butter austreichen, die Zwiebeln einsetzen, den Zwiebelfond 1,5 cm hoch angießen und im vorgeheizten Ofen ca. 5 -10 Minuten erwärmen. Zwiebel schälen und fein schneiden. Speck in feine Würfel schneiden. Zucker in einem Topf goldgelb karamellisieren. Die Butter zugeben und schmelzen, die Zwiebeln und Speckwürfel darin anschwitzen. Mit Estragonessig und Gemüsesfond ablöschen. Estragonzweige abspülen, trocken schütteln und mit den Gewürznelken zugeben. Die Flüssigkeit um etwa die Hälfte einkochen, mit Senf, Salz und Pfeffer abschmecken und den Estragonzweig wieder entfernen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Hähnchenbrüste in feine Streifen schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl die Fleischstreifen braten, Petersilie und die Hälfte der Sauce zugeben. Die gefüllten Zwiebeln auf Tellern anrichten, die gebratenen Hähnchenstreifen zugeben und mit der restlichen Sauce beträufelt servieren.

Sören Anders am 02. Dezember 2014

Hühner-Frikassee

Für 4 Personen

1 Zwiebel	1 Freilandhähnchen (1,2 kg)	Salz
1 TL Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt	1 Bund Suppengemüse
200 g Langkornreis	200 g kleine Champignons	2 Karotten
200 g Erbsen, TK	1 Zitrone	1 Schalotte
2 EL Butter	1 EL Mehl	50 g Sahne
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	1 EL Mehlbutter Pfeffer	

Zwiebel schälen und in Achtel schneiden.

Das Hähnchen abspülen, in einen Topf geben und mit Wasser bedecken. Salz, Pfefferkörner, Lorbeerblatt und Zwiebel zugeben. Alles zum Kochen bringen und zugedeckt ca. 45 Minuten leicht köcheln lassen.

Inzwischen das Suppengemüse waschen, schälen oder putzen und in grobe Stücke schneiden. Zum Fleisch geben und alles zugedeckt weitere ca. 20 Minuten gar kochen.

Anschließend den Topf vom Herd nehmen und das Hähnchen in der Brühe auskühlen lassen. Dann herausnehmen und die Brühe durch ein Sieb passieren.

Den Reis in einem Sieb mit lauwarmem Wasser abwaschen und abtropfen lassen. In einem Topf ca. 2 l Wasser aufkochen, 1 TL Salz zugeben und den Reis darin bei mittlerer Hitze zugedeckt gar köcheln lassen.

Das Fleisch von den Knochen ablösen und in mundgerechte Würfel schneiden.

Champignons putzen und in Viertel schneiden.

Karotten schälen, zuerst in Streifen, dann in Rauten schneiden.

Alle vorbereiteten Gemüse, Erbsen und die Pilze in einem Topf mit Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen.

Von der Zitrone den Saft auspressen. Schalotte schälen und fein hacken.

Den gegarten Reis in ein Sieb abschütten und warm abbrausen, dann wieder in den Topf geben und einige Minuten abdampfen lassen.

In einem Topf Butter erhitzen, Schalotte darin anschwitzen, Mehl zugeben, verrühren, mit Sahne ablöschen und mit einem Schneebesen gut verrühren. Mit $\frac{1}{2}$ l passierter Geflügelbrühe aufgießen und 8 Minuten köcheln lassen.

Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken.

Die Sauce im Topf aufmixen, evtl. mit etwas Mehlbutter noch andicken. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Die Gemüsestücke, das Hühnerfleisch und Petersilie zugeben und nochmals erwärmen, nicht mehr kochen lassen.

Das Hühnerfrikassee anrichten, dazu den Reis servieren.

Sören Anders am 01. Februar 2019

Spargel-Creme-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 Huhn

Für 4 Personen

Für die Hähnchenbrüste:

3 Zweige Thymian	6 Stiele Estragon	2 Stiele Petersilie
1 EL Senf	1 Eigelb	2 EL Olivenöl
2 EL Semmelbrösel	4 EL gemahlene Mandeln	Salz
Pfeffer	4 Hähnchenbrustfilets	

Für die Hähnchen-Keulen:

4 Schalotten	2 Knoblauchzehen	$\frac{1}{2}$ Bund Bärlauch
$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	2 EL Gartenkresse	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch
4 Hähnchenschenkel mit Haut	Salz	Pfeffer
1 EL Butterschmalz	50 ml Weißwein	

Für die Filets Kräuter waschen, trocken tupfen und die Blättchen fein hacken.

Senf mit Eigelb, Öl, Semmelbröseln, Mandeln und Kräutern verrühren.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Hähnchenbrustfilets kalt abspülen, trocken tupfen, leicht würzen und mit der Kräutermischung bestreichen. Filets auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen.

Im vorgeheizten Backofen bei 200-225 Grad Ober- und Unterhitze 15-20 Minuten garen.

Für die Keulen Schalotten und Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden.

Bärlauch, glatte Petersilie und Kresse verlesen, waschen, trocken schütteln und grob hacken.

Schnittlauch abspülen, trocken tupfen und in feine Röllchen schneiden.

Gesamte Kräuter mischen. Die Haut von den Hähnchenschenkeln mit der Hand vorsichtig lösen und anheben. Kräutermix auf dem Keulenfleisch verteilen und die Haut wieder darüber ziehen.

Hähnchenschenkeln mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen und die Hähnchenschenkel rundherum leicht braun anbraten. Danach das Fleisch herausnehmen.

Schalotten und Knoblauch im Bratfett andünsten. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

Bratensatz mit Weißwein ablöschen.

Dann die Keulen in den Bratfond einlegen. Zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze etwa 15-20 Minuten gar ziehen lassen.

Hähnchenbrust aus dem Ofen nehmen, vor dem Anschneiden zugedeckt kurz ruhen lassen.

Hähnchenkeulen und jeweils etwas Schmorfond auf Tellern anrichten.

Die Filets aufschneiden und anlegen. Dazu passt frischer Blattsalat.

Sören Anders am 26. März 2020

Hack

Geröstete Maultaschen

Für 4 Personen

Für die Maultaschen:

500 g Spinat	Salz	1 Zwiebel
2 Bund glatte Petersilie	1 EL Butterschmalz	3 EL Semmelbrösel
300 g Hackfleisch	2 Eier	Pfeffer
1 Prise Muskat	300 g frischer Nudelteig	

Für den Salat:

150 g Feldsalat	4 Radieschen	1 TL Honig
1 TL Senf	2 EL Apfelessig	4 EL Sonnenblumenöl
Salz	Pfeffer	

zusätzlich:

4 Eier	50 ml Milch	Pfeffer
Salz	2 EL Butterschmalz	

Für die Maultaschen Spinat waschen, putzen. In einem Topf mit kochendem Salzwasser Spinat kurz blanchieren, abtropfen lassen, gut ausdrücken und fein hacken.

Zwiebel schälen und fein schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen, Zwiebel darin gut anschwitzen, Petersilie untermischen und alles in eine Schüssel geben.

Dann Semmelbrösel, gehackten Spinat, Hackfleisch und ein Ei hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und alles gut durchmengen, damit die Farce eine gute Bindung bekommt.

Den Nudelteig sehr dünn zu einem großen Rechteck ausrollen.

Fleischfarce auf den Teig dünn aufstreichen und wie eine Roulade von der breiten Seite her aufrollen. Den oberen Rand mit etwas verquirltem Ei bepinseln und fest zusammendrücken. Dann ca. 6 cm breite Stücke abschneiden.

Maultaschen in leicht kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten gar ziehen lassen, dann herausnehmen, gut abtropfen lassen und abkühlen.

Tipp: Die Maultaschen können auch schon am Vortag zubereitet werden.

Für den Salat den Feldsalat putzen, waschen und trocken schleudern. Radieschen putzen und in feine Scheiben schneiden. Feldsalat und Radieschen in eine Schüssel geben.

Für das Dressing Honig, Senf, Essig und Sonnenblumenöl verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren den Salat mit dem Dressing vermischen.

Eier und Milch verquirlen und mit Pfeffer und Salz würzen.

Die Maultaschen in etwa 1 cm starke Scheiben schneiden.

Portionsweise in einer kleinen Pfanne (ca. 20 cm Durchmesser) 1 TL Butterschmalz erhitzen.

Die Maultaschenscheiben einlegen und darin kurz schwenken. Mit jeweils $\frac{1}{4}$ der Eimasse übergießen und wie ein Omelett stocken lassen. So nacheinander insgesamt 4 Portionen ausbacken.

Tipp:

Das Maultaschen-Omelett auf einen Teller gleiten lassen und im auf 60 Grad (Umluft) vorgeheizten Ofen warm stellen, bis alle Portionen gebraten sind.

Geröstete Maultaschen anrichten. Salat und Dressing mischen und dazu servieren.

Sören Anders am 04. Dezember 2020

Kohlrouladen

Für 4 Personen

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

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

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

Grobe Blattrippen der Kohlblätter flach schneiden oder eventuell ausschneiden.

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

Speck-Mischung und Brötchenwürfel in eine große Schüssel geben.

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

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

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

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

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

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

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

Rouladen wieder einlegen, noch kurz ziehen lassen.

Rouladen und Sauce anrichten. Dazu schmecken Salzkartoffeln.

Sören Anders am 29. November 2019

Schmand-Klopse mit Senf-Soße

Für 4 Personen

½ Salzhering	600 g gemischtes Hackfleisch	150 g Schmand
50 g Semmelbrösel	1 Ei	Salz
Pfeffer	1 Zwiebel	1 Lorbeerblatt
2 Gewürznelken	1 Bio-Zitrone	3 Pfefferkörner
1 Schalotte	1 EL Butter	1 Prise Zucker
250 ml Fleischbrühe	1 EL scharfer Senf	3 EL eingelegte Kapern
1 TL Mehlbutter		

Salzhering von allen Gräten befreien und klein hacken.

Hackfleisch in eine Schüssel geben.

Gehackten Salzhering, die Hälfte vom Schmand, Semmelbrösel und das Ei zugeben und alles gut vermischen. Die Hackmasse mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Zwiebel schälen und mit einem Lorbeerblatt und zwei Gewürznelken spicken.

Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und mit einem Zestenreißer oder Sparschäler dünn etwas Schale abschälen.

Einen Topf mit reichlich Salzwasser und der gespickten Zwiebel zum Kochen bringen, Pfefferkörner und etwas Zitronenschale zugeben.

Aus der Hackfleischmasse mit angefeuchteten Händen Klopse formen. Die Temperatur des kochenden Wassers etwas reduzieren, die Klopse darin ca. 15 Minuten siedend gar ziehen lassen.

Die gegarten Klopse herausnehmen und warm stellen. Den Kochfond durch ein Sieb passieren und 150 ml davon zur Seite stellen.

Für die Sauce Schalotte schälen, fein schneiden. In einem Topf die Butter schmelzen, die Schalotten darin anschwitzen. Zucker darüber streuen und karamellisieren lassen.

Mit Fleischbrühe und auch ca. 150 ml vom Klopsekochfond aufgießen. Senf und Kapern zugeben. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronenschale abschmecken. Mit Mehlbutter binden. Die Sauce ziemlich dick halten und 5 Minuten köcheln lassen.

Zuletzt restlichen Schmand unter die Sauce ziehen.

Die Klopse anrichten mit der Sauce übergießen und servieren. Dazu passen Rote Bete und Reis.

Sören Anders am 20. Juli 2018

Wildschwein-Frikadellen mit Ringelbete-Kohlrabi-Salat

Für 4 Personen:

Für die Wildfrikadellen:

1 Brötchen vom Vortag	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
3 Stiele glatte Petersilie	3 Stiele Basilikum	1 getrocknete Chilischote
500 g Wildhackfleisch	1 Ei	Salz
1 Msp. Paprikapulver	Worcestershiresauce	Speiseöl

Für den Salat:

4 Ringelbete-Knollen	1 Kohlrabi mit Grün	1 Apfel
30 g Kürbiskerne	1 EL Zitronensaft	1 EL Honig
3 EL Apfelessig	4 EL Apfelsaft	Salz
Pfeffer	4 EL Olivenöl	4 EL Gemüsebrühe

Für die Frikadellen das Brötchen in reichlich lauwarmem Wasser einweichen.

Schalotte und Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln.

Petersilie und Basilikum abbrausen, trocken schütteln, abzupfen und fein hacken.

Die Chilischote putzen und ebenfalls fein hacken.

Das eingeweichte Brötchen gut ausdrücken.

Brötchen, Wildhack, Ei, Schalotte, Knoblauch, Kräuter, Chilistückchen, Salz, Paprikapulver und etwas Worcestershiresauce in eine Schüssel geben und gründlich glatt verkneten.

Aus der Hackmasse mit angefeuchteten Händen kleine Frikadellen formen.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen, die Frikadellen einlegen und bei mittlerer Hitze unter Wenden von beiden Seiten goldbraun und knusprig braten.

Für den Salat Ringelbete und Kohlrabi putzen. Kohlrabiblätter waschen und beiseitelegen. Ringelbete und Kohlrabi schälen. Beim Schälen der Ringelbete evtl. Einmalhandschuhe tragen.

Bete-Knollen und Kohlrabi auf einem stabilen Küchenhobel oder mit der Küchenmaschine in sehr feine Scheiben hobeln oder schneiden.

Apfel waschen, vierteln, entkernen und in sehr feine Würfel schneiden. Die Apfelwürfel sofort mit Zitronensaft mischen.

Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und grob hacken.

Für das Dressing Honig mit Essig, Apfelsaft sowie etwas Salz und Pfeffer verrühren, Dann das Olivenöl und Gemüsebrühe kräftig unterschlagen, sodass ein sämiges Dressing entsteht. Die Apfelwürfel unterheben.

Von den Kohlrabiblättern 23 zarte Blätter in feine Streifen schneiden.

Im Wechsel leicht überlappend 4 Teller mit den Ringelbete- und Kohlrabischeiben auslegen. Das Dressing überträufeln und den Salat zusätzlich mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

Kürbiskerne und Kohlrabigrün über den Salat streuen. Frikadellen darauf geben und servieren. Extra-Tipp von Sören Anders: Zum Wildfleisch passt ebenfalls sehr gut die Süße von eingelegten Kirschen.

Sören Anders am 30. Oktober 2020

Kalb

Kalb-Filet mit Schwarzwurzel-Ragout und Haselnuss-Gnocchi

Für 4 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig	9 EL Butter	100 g gemahlene Haselnüsse
110 g Mehl	40 g Kartoffelstärke	1 Ei
2 Eigelb	Salz, Pfeffer, Muskat	1 Spritzer Essig
1 kg Schwarzwurzeln	100 ml Weißwein	1/2 Zitrone, ausgepresst
Zucker	4 Kalbsfiletmedaillons à 150 g	150 ml Sahne
1 Bund Schnittlauch	2 EL Sonnenblumenöl	

Die Kartoffeln mit der Schale kochen. 4 EL Butter in einen Topf geben und goldbraun schmelzen. Den Backofen auf 150 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Die gekochten Kartoffeln pellen und anschließend kurz im vorgeheizten Ofen ausdampfen lassen. Dann die Hitze des Backofens auf 100 Grad reduzieren. Kartoffeln durch eine Presse drücken und mit Haselnüssen, der geschmolzenen Butter, 100 g Mehl, Stärke, Ei und Eigelben gut vermischen. Die Masse mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Aus der Masse Gnocchi formen, mit einer Gabel Rillen eindrücken und die Gnocchi im kochenden Salzwasser ca. 4 Minuten garen. Herausnehmen und abtropfen. In einer Schüssel kaltes Wasser mit einem Spritzer Essig mischen. Die Schwarzwurzeln gründlich abwaschen und abbürsten, dann schälen, in kleine Stücke schneiden und gleich ins Essigwasser legen, damit sie weiß bleiben. Einen Topf Wasser aufkochen, Weißwein und Zitronensaft aufkochen. Den Sud salzen und mit einer Prise Zucker würzen, die Schwarzwurzelstücke zugeben und ca. 20 Minuten garen. Fleischscheiben auf ein Backgitter geben und ca. 25 Minuten im Ofen bei 100 Grad garen. Die weich gegarten Schwarzwurzelstücke abschütten und den Kochsud auffangen. In einem Topf 3 EL Butter schmelzen, 1 EL Mehl untermischen und hell anschwitzen, 250 ml Schwarzwurzelsud angießen und mit dem Schneebesen gut unterrühren. Sahne angießen und unter Rühren etwas köcheln lassen. Die Schwarzwurzeln zugeben und in der Sauce erhitzen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln, fein schneiden, unter die Schwarzwurzeln mischen. Kalbsfilet aus dem Ofen nehmen und in einer heißen Pfanne mit 2 EL Öl von beiden Seiten scharf anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Gnocchi in einer Pfanne mit 2 EL Butter goldbraun anbraten. Kalbsfilet mit den Gnocchi und dem Schwarzwurzelragout anrichten und servieren.

Sören Anders 17. Dezember 2012

Kalb-Röllchen mit Parmesan-Spinat-Füllung

Für 4 Personen

200 g Blattspinat	1 Schalotte	1 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer	50 g Parmesan im Stück	8 Kalbsschnitzel (á 80 g)
Butterschmalz	300 ml Fleischbrühe	2 TL Speisestärke

Den Spinat putzen, gründlich waschen und abtropfen lassen. Spinat dann grob hacken.

Die Schalotte schälen und würfeln.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Schalotten darin andünsten. Dann den Spinat zugeben und unter wenden zusammenfallen lassen. Mit wenig Salz und Pfeffer würzen.

Gegarten Spinat auf ein Sieb geben, abtropfen und etwas abkühlen lassen.

Parmesan fein reiben und unter den Spinat mischen.

Die Schnitzel abbrausen, trocken tupfen und sehr dünn klopfen (dann muss man sie nicht mehr mit Faden oder Zahnstocher fixieren).

Schnitzel leicht pfeffern, salzen und mit dem Spinat belegen. Das Fleisch fest aufrollen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Röllchen zunächst mit der Naht einlegen. Bei mittlerer Hitze rundherum goldbraun anbraten. Röllchen dann zugedeckt ca. 10 Minuten weiter-schmoren.

Gebratene Röllchen aus der Pfanne nehmen, kurz warm stellen. Den Bratensatz mit Brühe ablöschen und kurz aufkochen.

Stärke und 2 EL Wasser verrühren, unter den gelösten Bratensatz rühren. Die Sauce einmal kurz aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rouladen in die Sauce einlegen, kurz erwärmen.

Kalbsrouladen und Sauce anrichten. Dazu passen Gnocchi.

Sören Anders am 21. August 2017

Saltimbocca mit Blumenkohl-Erbesen-Püree

Für 4 Personen Für den Blumenkohl:

1 Blumenkohl	Salz	200 g grüne Erbsen
30 g Crème-fraîche	Pfeffer	Muskat

Für das Fleisch:

500 g Kalbfleisch	80 g dünnen Parmaschinken	8 Blätter Salbei
Salz	Pfeffer	2 EL Butter
40 ml ital. Weißwein		

Den Blumenkohl putzen, waschen und in Röschen teilen.

In einem Topf mit gesalzenem Wasser den Blumenkohl zugedeckt ca. 12 Minuten kochen.

In der Zwischenzeit Kalbfleisch kalt waschen, trocken tupfen und in 8 dünne Scheiben schneiden und mit einem Plattiereisen auf ca. 5 mm plattieren.

Je eine Scheibe Schinken und ein Blatt Salbei auf den Fleischscheiben verteilen, das Fleischstück überklappen und fest zusammendrücken. Fleisch eventuell mit einem Zahnstocher fixieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Erbsen nach ca. 12 Minuten Kochzeit zum Blumenkohl geben und 5 Minuten mit garen.

Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen. Das Fleisch darin von beiden Seiten anbraten, mit Weißwein ablöschen und sacht fertiggaren.

Blumenkohl-Erbesen-Mix abgießen, Crème fraîche zugeben und mit einem Kartoffelstampfer fein zerstampfen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Saltimbocca, jeweils etwas Weifond und Blumenkohlpüree auf Teller verteilen und servieren.

Sören Anders am 19. Juni 2020

Vitello Tonnato

Für 4 Personen

800 g Kalbsrücken	1 Zwiebel	1 Lorbeerblatt
1 Gewürznelke	50 g Möhre	50 g Sellerie
50 g Lauch	Salz	

Für die Sauce:

300 g Thunfisch in Öl	300 g Mayonnaise (50%)	1 Zitrone
1 Bund Basilikum	1 TL scharfer Senf	1 EL eingel. Kapern
2 Sardellen	1 EL Weißwein	

zum Garnieren:

1/2 Bund Rauke	1/2 Bund Basilikum	6 Kirschtomaten
----------------	--------------------	-----------------

außerdem:

Küchengarh

Den Kalbsrücken kalt abspülen, trocken tupfen, dann eventuell noch aufliegende Sehnen entfernen. Das Fleischstück mit Küchengarh rund binden.

Zwiebel schälen und mit dem Lorbeerblatt und der Gewürznelke spicken.

Möhre, Sellerie und Lauch putzen bzw. schälen und würfeln.

In einem großen Topf reichlich Wasser, etwas Salz, die gespickte Zwiebel und das Gemüse aufkochen.

Kalbsrücken einlegen, die Temperatur reduzieren und das Fleisch bei schwacher Hitze ca. 45 Minuten sacht garen (das Fleisch sollte innen noch rosa bleiben).

Fleisch im Fond erkalten lassen.

Thunfisch abtropfen lassen.

Thunfisch zerzupfen und mit der Mayonnaise in einen Mixer geben.

Die Zitrone auspressen und den Saft mit in den Mixer geben.

Basilikum abspülen, trocken schütteln und grob schneiden.

Senf, Kapern, Sardellen, Basilikum und Weißwein zur Thunfischmayonnaise geben und alles zu einer sämigen Sauce pürieren.

Den Kalbsrücken abtropfen lassen und in dünne Scheiben schneiden.

Fleischscheiben leicht überlappend auf Tellern anrichten.

Großzügig mit der Thunfischsauce überziehen.

Rauke und Basilikum abbrausen, trocken schütteln. Kirschtomaten waschen und halbieren. Nach Belieben zusätzlich mit Kapern, Rauke, Kirschtomaten und etwas Basilikum garnieren.

Tipp: Für eine selbstgemachte Mayonnaise 2 frische Eigelbe mit Senf vermischen. Langsam unter ständigem Rühren mit einem Schneebesen ca. 200 ml Sonnenblumenöl zugeben, bis eine feste Mayonnaise entsteht. Die Zutaten sollten alle Zimmertemperatur haben. Die Mayonnaise mit Salz, einem Spritzer Zitronensaft und Cayennepfeffer abschmecken.

Sören Anders am 10. Juli 2020

Zürcher Kalb-Geschnetzeltes mit Käse-Rösti

Für 4 Personen

400 g Kalbfleisch	3 Schalotten	Pfeffer, Paprika
1 EL Butterschmalz	1 EL Butter	120 g Sahne
100 ml Weißwein	150 ml Kalbsjus	1 Zitronen-Abrieb
1 Bund Petersilie	Salz	500 g Kartoffel (fest)
150 g Greyer (Hartkäse)	2 Zwiebeln	Muskat
2 EL Pflanzenöl		

Kalbfleisch abspülen, trockentupfen. Schalotten schälen und fein würfeln. Kalbfleisch in 1/2 cm dicke Streifen schneiden. Mit Pfeffer und Paprikapulver würzen, Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Das Fleisch darin bei starker Hitze von beiden Seiten kurz anbraten. Alles in ein Sieb geben und den Bratensaft auffangen. 1 El Butter in die Pfanne geben und die Schalotten darin hellbraun braten. Weißwein hinzugeben und einkochen lassen. Sahne, den Bratensaft und Jus zugeben und die Sauce cremig einkochen Fleisch zugeben und 10 bis 15 Min. in der Sauce ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie abspülen, trockenschütteln und die Blättchen fein hacken. Mit der Zitronenschale zum Fleisch geben. Abschmecken.

Kartoffeln schälen und auf der groben Seite der Haushaltsreibe raspeln. Backofen mit einem Backblech auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Greyer in 1/2 cm große Würfel schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln. Kartoffeln in ein Sieb geben und kräftig ausdrücken. Zwiebeln und den Greyer untermischen mit Salz, Muskat und Pfeffer würzen. Öl in eine Pfanne geben, darin nun die Rösti von beiden Seiten anbraten. Alles auf ein Blech geben und im heißen Ofen bei 220 Grad auf der mittleren Schiene fertig backen. Geschnetzeltes und Rösti anrichten.

Sören Anders am 15. März 2013

Lamm

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
Salz, Pfeffer		

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-Ragout mit Avocado

Für 4 Personen

3 rote Zwiebeln	2 Knoblauchzehen	700 g Lammfleisch
2 EL Olivenöl	100 ml Rotwein	500 ml Tomatensaft
1 Bio-Zitrone	2 Zweige Zitronenthymian	Kreuzkümmel, gemahlen
1 TL Harissa	Salz	10 g Zartbitterschokolade
3 Stängel Minze	250 g Joghurt aus Schafsmilch	30 g Tortillachips
1 reife Avocado	Pfeffer	

Die roten Zwiebeln und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Das Fleisch fein würfeln.

In einem Topf Olivenöl erhitzen, die Fleischwürfel darin nach und nach kräftig anrösten. Dann aus dem Topf nehmen und abtropfen lassen.

Im Bratfett die Zwiebel- und Knoblauchwürfel goldbraun anrösten, dann mit Rotwein und der Hälfte des Tomatensaftes ablöschen und aufkochen lassen. Die Fleischwürfel wieder zugeben und zugedeckt bei niedriger Hitze schmoren.

In der Zwischenzeit Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. Zitronenthymian abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden.

Kreuzkümmel, Harissa, Salz, Zitronenthymian, etwas Zitronenschale und -saft sowie die Schokolade zum Schmoransatz geben und ca. 1 Stunde schmoren, bis das Fleisch weich ist. Immer wieder mit restlichem Tomatensaft aufgießen und zuletzt nochmal abschmecken.

Minze abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und in feine Streifen schneiden. Joghurt mit etwas Zitronenschale, 1 Prise Salz und Kreuzkümmel würzen und Minze unterrühren. Die Tortillachips grob hacken.

Die Avocado kurz vor dem Servieren schälen, halbieren, den Kern entfernen, Avocado in Spalten schneiden, diese mit etwas Zitronensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Lammragout in den vorgewärmten tiefen Tellern anrichten. Die Avocadospalten darauf anrichten. Den Joghurt mit einem Teelöffel dazwischen verteilen und zum Schluss die gehackten Chips darüber streuen.

Sören Anders am 06. Mai 2016

Meer

Portugiesische Gazpacho mit gebratenen Garnelen

Für 2 Personen

Für die Gazpacho:

125 g altes Weizenbrot	ca. 200 ml eisgekühlte Gemüsebrühe	5 Tomaten
1 Gurke	2 Stangen Staudensellerie	2 rote Paprika
2 gelbe Paprika	2 Bund Basilikum	4 EL Olivenöl
60 ml weißer Balsamico	15 ml Himbeeressig	600 ml Tomatensaft
20 g Tomatenmark	Zucker, Salz, Pfeffer	1 Prise Piment-d'Espelette
1 Spritzer Tabasco		

Für die Garnelen:

$\frac{1}{2}$ Bio-Zitrone	2–3 Stiele Basilikum	2 Knoblauchzehen
6–8 große Garnelen	2 EL Olivenöl	

Für die Gazpacho Brot in kleine Stücke schneiden, in der Brühe einweichen. Tomaten überbrühen, abziehen und entkernen. Gurke schälen. Staudensellerie, Paprika und waschen und putzen. Basilikum abspülen, trocken schütteln.

Gemüse würfeln und mit Basilikumblättern in einen Mixer geben. Öl, Balsamico, Himbeeressig, Tomatensaft und Tomatenmark zugeben. Alles fein mixen und durch ein Sieb passieren. Dann eingeweichtes Brot zugeben und alles nach Belieben nochmals kurz pürieren.

Die Suppe mit etwas Zucker, Salz, Pfeffer, Piment d'Espelette und Tabasco abschmecken und kalt stellen.

Für die Garnelen Zitrone heiß waschen, trocken reiben und in Scheiben schneiden. Basilikum abbrausen, trocken schütteln und abzupfen. Knoblauch schälen, in Scheiben schneiden. Garnelen abbrausen, am Rücken längs aufschneiden und den dunklen Darmfaden entfernen.

Öl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch und Garnelen darin unter Wenden ca. 1 Minute braten. Zitronenscheiben und Basilikum zugeben und alles nochmals kurz durchschwenken. Gut gekühlte Suppe und Garnelen anrichten.

Sören Anders am 22. Juni 2016

Warmer Nudel-Salat mit Garnelen

Für 4 Personen

Für den Glasnudelsalat:

200 g Glasnudeln	50 g Mungbohnsensprossen	2 Zucchini
2 Karotten	1/2 Bund Koriander	1 Chilischote
5 g Ingwer	2 Bio-Limetten	4 EL Pflanzenöl
4 EL Sojasauce	Salz	Pfeffer
2 EL Sesam		

Für die Riesengarnelen:

4 Riesengarnelen (Schale)	2 Knoblauchzehen	3 EL Sesamöl
Salz	Pfeffer	

Glasnudeln in einer Schüssel in reichlich kaltem Wasser 10 Minuten einweichen.

Mungbohnsensprossen verlesen, waschen abtropfen lassen. In reichlich kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Sprossen kalt abschrecken, abtropfen lassen.

Die Zucchini waschen, die Karotten schälen und waschen. Beides mit einem Spiralschneider zu langen, dünnen Gemüsespaghetti drehen.

Den Koriander abrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und grob schneiden.

Die Chilischoten waschen, der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und Chili klein schneiden.

Den Ingwer schälen und fein reiben. Limetten heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

In einer Schüssel das Pflanzenöl, die Sojasauce und Limettensaft verrühren.

Etwas Abrieb der Limette und frisch geriebenen Ingwer dazugeben. Das Dressing mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Glasnudeln abgießen, gut abtropfen lassen und unter das Dressing mischen. Alles miteinander gut vermengen und zum Ziehen zur Seite stellen.

Die Sesamkörner in einer Pfanne ohne Fett kurz rösten.

In der Zwischenzeit Garnelen entlang des Rückens aufschneiden, den schwarzen Darmfaden entfernen. Garnelen waschen und trocken tupfen.

Den Knoblauch schälen.

In einer Pfanne das Sesamöl erhitzen und die Knoblauchzehen im Ganzen durch das warme Öl schwenken. Danach die Zehen wieder herausnehmen und die Garnelen in das Öl geben. Die Garnelen unter Wenden ca. 3-4 Minuten braten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Kurz vor dem Servieren den Glasnudelsalat mit den Chilistücken, dem Koriander und den Sprossen locker vermengen und auf Tellern anrichten. Sesam darüberstreuen.

Glasnudelsalat und gebratenen Garnelen anrichten.

Sören Anders am 14. August 2020

Rind

Rinder-Koteletts mit Ofen-Kartoffel und Guacamole

Für 4 Personen

Für den Kräuterdip:

½ Bund Petersilie	½ Bund Schnittlauch	½ Bund Liebstöckel
2 Gewürzgurken	1 EL saure Sahne	150 g Joghurt
100 g Quark	1 TL Senf	1 TL Zitronensaft
Salz Pfeffer		

Für die Guacamole:

2 reife Avocados	1 Knoblauchzehe	80 g Crème-fraîche
1 Schalotte	Saft von ½ Zitrone	Salz, Pfeffer
Pimente d'Espelette		

Für die Ofenkartoffel:

4 große festk. Kartoffeln	Kümmel, Salz, Pfeffer	100 g weiche Butter
---------------------------	-----------------------	---------------------

Für die Rinderkoteletts:

4 Rinderkoteletts (Côte du Boeuf)	4 EL Öl	Salz Pfeffer
-----------------------------------	---------	--------------

Für die Ofenkartoffel:

Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Ofenkartoffeln unter kaltem Wasser gründlich abbürsten. Jede Kartoffel auf ein großes Stück Alufolie legen und mit jeweils 25 g Butter bestreichen. Mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen. Danach die Kartoffeln in Alufolie einschlagen. Kartoffeln im vorgeheizten Ofen etwa 45 Minuten backen.

Für den Kräuterdip:

In der Zwischenzeit für den Kräuterdip Die Kräuter abspülen, trockenschütteln und fein schneiden. Gewürzgurken fein hacken. Alles mit saurer Sahne, Joghurt und Quark vermischen und mit Senf, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Abdecken, beiseite stellen und kühlen.

Für die Guacamole:

Knoblauchzehe und die Schalotte schälen in ganz feine Würfel schneiden. Avocados schälen und vom Kern befreien. Fruchtfleisch in Stücke schneiden. Die Avocado mit dem Zitronensaft und der Crème-fraîche mixen, die Schalotten und Knoblauch hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer und Piment d'Espelette abschmecken. Ebenfalls abdecken und kühlen. Nach 45 Minuten, den Backofen auf 120 Grad Umluft herunterschalten. Kartoffeln im Backofen lassen.

Für das Côte de Boeuf:

Das Côte de Boeuf trockentupfen und für ca. 30 Minuten in den Backofen geben. Danach in einer Pfanne im heißen etwas Öl von jeder Seite ca. 2 -3 Minuten (je nach Geschmack) braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kartoffeln herausnehmen und aus der Folie nehmen. Mit dem Côte du Boeuf und den Dips anrichten.

Sören Anders am 09. August 2013

Roastbeef, Remouladen-Soße, Bratkartoffel-Salat

Für 2 Personen

Für das Roastbeef:

400 g Roastbeef	8-10 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
500 g Kartoffeln, fest	1 Bund Radieschen	6 Gewürzgurken
2 Schalotten	80 g geräucherter Speck	200 ml Fleischbrühe
3 EL Essig	1 Prise Muskat	1/2 Bund Liebstöckel
1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund glatte Petersilie	

Für die Remouladensauce:

1 Eigelb	1 TL Senf	Salz
1 TL Essig	100 ml Sonnenblumenöl	2 Eier, hart gekocht
2 Gewürzgurken	1 Sardelle	1/2 TL Kapern
1/2 Bund Blattpetersilie	1/2 Bund Dill	1/2 Bund Schnittlauch
1/2 Bund Kerbel	1 TL grober Senf	1 Prise Zucker
Pfeffer	1 Spritzer Tabasco	1 Spritzer Worcestersauce

Den Backofen auf 120 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 100 Grad) vorheizen. Das Roastbeef im vorgeheizten Ofen auf ein Gitter legen und ca. 30 Minuten garen. Dann herausnehmen und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl von allen Seiten kurz anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend abkühlen lassen. Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit 4-5 EL Olivenöl bei mittlere Hitze braten, bis sie weich und goldbraun sind, mit Salz und Pfeffer würzen, dann aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Radieschen waschen, putzen und in feine Scheiben schneiden. Gewürzgurken ebenfalls in feine Scheiben schneiden. Für die Marinade die Schalotten schälen und fein würfeln. Speck ebenfalls fein würfeln. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl Schalotten und Speck anschwitzen. Dann mit Fleischbrühe und Essig ablöschen, Pfanne vom Herd ziehen und die Marinade mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Radieschen, Gurken und Kartoffeln in eine Schüssel geben, die Marinade darüber gießen und untermischen, evtl. noch etwas Olivenöl untermischen. Liebstöckel, Schnittlauch und Petersilie abspülen, trocken schütteln, fein hacken, ebenfalls unter den Salat mischen und abschmecken. Für die Remouladensauce Eigelb mit Senf, einer Prise Salz und Essig verrühren. Nach und nach mit einem Schneebesen das Öl unterrühren zu einer sämigen Mayonnaise. Die hartgekochten Eier schälen, halbieren, das Eigelb durch ein Sieb drücken und unter die Mayonnaise mischen. Das Eiweiß in kleine Würfel schneiden. Gewürzgurke und Sardelle fein hacken, Kapern abspülen und abtropfen lassen. Alles unter die Mayonnaise mischen Petersilie, Dill, Schnittlauch und Kerbel abspülen, trocken schütteln, fein hacken und ebenfalls unter die Mayonnaise mischen. Mit grobem Senf, einer Prise Zucker, Pfeffer, Tabasco und Worcestersauce abschmecken. Das abgekühlte Roastbeef in dünne Scheiben schneiden, auf Tellern anrichten, die Remouladensauce angießen und den Bratkartoffelsalat dazu reichen.

Sören Anders 24. Juli 2012

Saftiges Rinder-Gulasch mit Petersilien-Semmel-Knödeln

Für 4 Personen

Für das Gulasch:

1,2 kg Rindergulasch	800 g Zwiebeln	2 Knoblauchzehen
1 EL Butterschmalz	2 EL Tomatenmark	1-2 EL Edelsüß-Paprika
200 ml Spätburgunder	1 L Fleischbrühe	1/2 Chilischote
2 Lorbeerblätter	1 TL Kümmel	1 EL getrockneter Majoran
Salz, Pfeffer, Muskat		

Für die Semmelknödel:

1 Zwiebel	4 Semmeln vom Vortag	2 EL Butter
120 ml Milch	2 Eier	1 EL gehackte Petersilie
Muskat, Salz		

Für das Gulasch:

Backofen auf 160 Grad vorheizen. Fleisch abspülen und trockentupfen. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln würfeln, Knoblauch in Scheiben schneiden. Butterschmalz in einem ofenfesten Schmortopf erhitzen. Zwiebeln darin goldbraun braten. Fleisch zugeben und kräftig anbraten. Tomatenmark und Edelsüß-Paprika unterrühren. Mit Rotwein und Brühe ablöschen. Chilischote entkernen und fein hacken. Mit Knoblauch, Lorbeer, Kümmel und Majoran zum Gulasch geben. Alles kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Gulasch abgedeckt, im heißen Backofen ca. 1 Stunde schmoren.

Für die Semmelknödel:

In der Zwischenzeit Zwiebeln schälen und fein würfeln. Semmeln in Würfel schneiden. 50 g davon in 1 EL Butter goldbraun rösten. Herausnehmen. Milch erwärmen. Geröstete und übrige Brotwürfel mischen, in eine Schüssel geben und mit der Milch begießen. Etwa 15 Minuten einweichen. Eier, Zwiebelwürfel und Petersilie mit dem eingeweichten Brot mischen. Mit Muskat und Salz würzen. Die Masse ca. 40 Minuten ziehen lassen. Reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Aus der Brotmasse, mit angefeuchteten Händen, etwa tennisballgroße Klöße formen. Ins siedende Salzwasser geben und gar ziehen lassen. (Vorher am besten einen Probekloß garen; ist der Probekloß zu weich, noch etwas Mehl oder Grieß unter die Masse kneten. Ist er zu fest, etwas Milch unterrühren). Übrige Butter schmelzen. Fertig gegarte Klöße herausnehmen und abtropfen lassen. Mit der flüssigen Butter beträufeln. Gulasch aus dem Ofen nehmen, abschmecken und mit den Klößen anrichten. Dazu passt Blattsalat.

Sören Anders 07. Januar 2013

Süßkartoffel-Pommes mit Feigen-Aioli und Rumpsteak

Für 4 Personen

Für die Süßkartoffel-Pommes:

1 kg Süßkartoffeln	2 EL Kokosöl	$\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel
$\frac{1}{2}$ TL geräuchertes Paprikapulver	$\frac{1}{2}$ TL Pfeffer	Salz

Für die Feigen-Aioli:

3 Knoblauchzehen	2 Eigelb	1 EL Feigensenf
Salz	Pfeffer	200 ml Rapsöl
100 ml Schmand	Honig	1 Msp. Chilipulver

Für die Rumpsteaks:

4 Rumpsteaks (à ca. 150 g)	Salz, Pfeffer	3 EL Speiseöl
----------------------------	---------------	---------------

Für die Süßkartoffeln den Backofen auf 200 Grad Ober/Unterhitze vorheizen.

Die Süßkartoffeln waschen, schälen und in 1 cm starke Stifte schneiden.

Die Kartoffelstifte für 5 Minuten in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben.

Das Kokosöl in einem Topf schmelzen.

Die Süßkartoffeln aus dem Wasser nehmen, gut abtropfen lassen und mit einem Küchentuch trocken tupfen.

Süßkartoffelstifte auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech verteilen, mit Kokosöl, Kreuzkümmel, Paprikapulver, Pfeffer und Salz vermengen.

In den Backofen geben, nach 15 Minuten einmal wenden und weitere 15 Minuten garen.

Für die Feigen-Aioli den Knoblauch schälen und kleinschneiden.

Die Eigelbe in ein hohes Gefäß geben. Knoblauch, Senf, Salz und Pfeffer dazugeben und mit dem Pürierstab vermengen. Das Rapsöl in dünnen Strahl fortwährend einrühren, bis eine Mayonnaise entsteht. Dann den Schmand einrühren, mit Honig und Chilipulver abschmecken.

Die Rumpsteaks kurz kalt abbrausen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Steaks darin von beiden Seiten je ca. 2 Minuten kräftig anbraten, dann die Pfanne vom Herd ziehen und die Steaks kurz ziehen lassen.

Heiße Süßkartoffelpommes mit Steak und Feigen-Aioli anrichten.

Sören Anders am 14. Februar 2020

T-Bone-Steak vom Büffel, grüner Spargel, Mozzarella

Für 4 Personen

Für die T-Bone-Steaks:

2 T-Bone-Steaks, Büffel à 700 g	4 Rosmarinzweige	4 Thymianzweige
4 Salbeizweige	Salz	Rosensalz
Rosmarinsalz	Pfeffer	

Für den Spargel:

480 g grüner Spargel	Orangen-Abrieb	40 ml Olivenöl
Salz, Zucker	8 Sch. Büffel-Mozzarella (120 g)	1 getrock. Chilischote

Außerdem:

100 g Parmesan am Stück

Die Steaks salzen und mit etwas Olivenöl einreiben. Für die Marinade die Kräuter mit Olivenöl, Rosensalz und Rosmarinsalz im Mörser leicht zerkleinern. Die Steaks salzen und auf dem Grill anbraten und garen. Später mit der Marinade bestreichen und pfeffern.

Den Spargel zu gleichen Teilen auf 4 Bögen Alufolie verteilen und mit Salz und etwas Zucker würzen. Die abgeriebene Orangenschale und etwas Olivenöl darübergerben und je 2 Scheiben Büffel-Mozzarella auf den Spargel legen. Etwas Chili über den Mozzarella streuen.

Die Alu-Päckchen gut verschließen und bei mäßiger Hitze auf dem Grill ca. 12 - 15 Minuten garen.

Zum Anrichten je 1 Spargel-Päckchen auf einen Teller legen und die Alufolie öffnen. Das Steak in Scheiben schneiden, auf den Spargel legen und etwas Parmesan darüberhobeln.

Sören Anders am 14. November 2019

Tafelspitz mit Grüner Soße

Für 4 Personen

Tafelspitz:

2 EL Speiseöl	1 kg Tafelspitz	Salz
2 Zwiebeln	150 g Lauch	2 Möhren
2 Stangen Staudensellerie	1 Lorbeerblatt	3 Wacholderbeeren
1 TL schwarze Pfefferkörner	1/2 TL Pimentkörner	

Grüne Sauce:

2 Eier	1 Bund Petersilie	1 Bund Schnittlauch
1 Bund Kerbel	1 Bund Kresse	1/2 Bund Borretsch
1/2 Bund Pimpinelle	1/2 Bund Sauerampfer	250 g saure Sahne
1 EL Naturjoghurt	3 EL Sahne	1 TL mittelscharfer Senf
1 Spritzer Zitronensaft	Salz	Pfeffer

Für den Tafelspitz das Öl in einem großen Topf erhitzen. Das Fleisch darin bei mittlerer Hitze rundum anbraten und wieder herausnehmen.

Den Bratensatz mit 1 l Wasser ablöschen. Das Wasser bis knapp unter den Siedepunkt erhitzen und das Fleisch wieder in den Topf geben. Falls nötig, noch etwas heißes Wasser dazu gießen, bis das Fleisch knapp bedeckt ist. 1/2 TL Salz hinzufügen und das Fleisch etwa 2,5 Stunden garen. In der Zwischenzeit die ungeschälten Zwiebeln halbieren. Die Zwiebelhälften mit der Schnittfläche nach unten in einer beschichteten Pfanne ohne Öl bei mittlerer Hitze bräunen.

Den Lauch putzen, waschen und der Länge nach halbieren, dann in ca. 5 cm lange Stücke schneiden. Die Möhren schälen, Stangensellerie waschen. Beides schräg in breite Scheiben schneiden. Das vorbereitete Gemüse mit den gebräunten Zwiebelhälften nach etwa 1 Stunde Garzeit zum Fleisch geben. Das Lorbeerblatt, die Wacholderbeeren, die Pfeffer- und Pimentkörner dazugeben.

Inzwischen für die Grüne Sauce die Eier in einem Topf mit Wasser hart kochen.

Kräuter abbrausen und trocken schütteln. Harte Stiele entfernen und die Kräuter fein schneiden. Die Petersilienstiele für den Tafelspitz beiseitelegen.

Die saure Sahne, den Joghurt und die Sahne in den Küchenmixer geben, zwei Drittel der Kräuter hinzufügen und kurz pürieren. Mit dem Senf, dem Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzig abschmecken.

Die gekochten Eier pellen und in kleine Würfel schneiden. Zusammen mit den restlichen Kräutern unter die Sauce mischen.

Etwa 5 Minuten vor Ende der Garzeit die Petersilienstiele zum Tafelspitz geben und in der Brühe ziehen lassen.

Den Tafelspitz aus der Brühe nehmen und quer zur Faser in Scheiben schneiden.

Das Fleisch mit etwas Gemüse auf einer Platte anrichten, nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen und die Grüne Sauce dazu reichen.

Sören Anders am 09. Oktober 2017

Salat

Asiatischer Gurkennudel-Salat

Für 4 Personen

10 g frischer Ingwer	4 Lauchzwiebeln	1 Chili
1 Limette	2 EL Sojasauce	2 TL geröstetes Sesamöl
2 Salatgurken	1 Bund Koriander	2 EL Sesam

Ingwer schälen und fein reiben.

Lauchzwiebeln waschen, trocken tupfen und klein schneiden.

Chili waschen, der Länge nach aufschneiden, Kerne entfernen und Chili in feine Streifen schneiden. Von der Limette den Saft auspressen.

Den Ingwer mit dem Limettensaft, der Sojasauce, dem Sesamöl, der Chili und den Lauchzwiebeln vermengen.

Gurken waschen, schälen und mit dem Spiralschneider zu Nudeln drehen.

Die Gurkennudeln in eine Schüssel geben und das Dressing darüber geben.

Koriander abrausen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und klein schneiden.

Sesam ohne Fett in einer Pfanne rösten, bis der Duft aus der Pfanne hochsteigt.

Gurkennudeln in tiefen Tellern anrichten, Koriander und den gerösteten Sesam darüber streuen.

Sören Anders am 13. März 2020

Caesar Salad

Für 4 Personen:

Für den Salat:

1 Romanasalat	1 Radicchio	1 Bund Rucola
1 Bund Basilikum	4 Tomaten	80 g Weißbrot
2 EL Olivenöl	Meersalz	80 g Frühstücksspeck
Pfeffer	60 g Parmesan	

Für das Dressing:

20 g Parmesan	1 Knoblauchzehe	3 Sardellenfilets
1 EL Kapern	1 EL Dijon Senf	4 EL weißer Balsamico
1 EL Worcestersauce	2 frische Eigelb	150 ml Olivenöl
2 EL Sauerrahm	Meersalz	1 Prise Cayennepfeffer

Romanasalat und Radicchio putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Rucola abbrausen und abtropfen lassen. Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Die Tomaten waschen, halbieren, den Stielansatz herausschneiden, die Kerne mit einem Teelöffel entfernen, dann die Tomatenhälften dritteln.

Das Brot in etwa 1 cm große Würfel schneiden. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Brotwürfel darin goldbraun und knusprig braten.

Mit einer Prise Salz würzen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Die Pfanne ausreiben und die Speckstreifen darin knusprig braten.

Für das Dressing Parmesan fein reiben. Knoblauch schälen und grob schneiden Sardellenfilets ebenfalls grob schneiden. In ein hohes Püriergefäß Parmesan, Knoblauch, Sardellenfilets, Kapern, Senf, Balsamico, Worcestersauce und die Eigelbe geben und zu einer feinen homogenen Masse pürieren.

Dann langsam das Öl untermixen, so dass eine Art dünne Mayonnaise entsteht. Zuletzt Sauerrahm unterrühren und mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Die Blattsalate und Rucola in große tiefe Teller oder Glasschalen einschichten. Mit etwas Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen. Die Tomaten darauf geben. Parmesan fein hobeln und darüber streuen. Mit einem Löffel das Dressing darauf verteilen, die Brotwürfel und Basilikumblätter darüber streuen, Speckscheiben anlegen und sofort servieren.

Sören Anders am 22. Mai 2020

Lauwarmer Kürbis-Apfel-Salat mit gebratener Wachtel

Für 2 Personen

350 g Kürbis	ca. 1 1/2 EL Zucker	100 ml Estragonessig
1/2 Vanilleschote	1 Zweig Thymian	1 Lorbeerblatt
10 Korianderkörner	1 Msp. Currypulver	200 ml Apfelsaft
1 säuerlicher Apfel	Salz	1 EL Kürbiskerne
4 Wachtelbrüste	1 – 2 EL Butter	1 – 2 EL Kürbiskernöl

Kürbis waschen oder schälen und die Kerne mit einem Löffel entfernen. Das Kürbisfruchtfleisch in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. In einem Topf 1 EL Zucker karamellisieren, mit dem Essig ablöschen und auf etwas weniger als die Hälfte einkochen lassen. Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Den Thymian waschen und trocken tupfen. Das Vanillemark mit dem Thymian, dem Lorbeerblatt, den Korianderkörnern und dem Currypulver zum Essig geben, die Kürbisscheiben dazugeben und den Apfelsaft angießen. Den Kürbis einige Minuten weich garen. Den Apfel vierteln, schälen und das Kerngehäuse entfernen. Die Apfelviertel in gleich große Scheiben schneiden und unter den Kürbis mischen. Den Topf vom Herd nehmen und alles lauwarm abkühlen lassen. Dann das Lorbeerblatt und den Thymianzweig entfernen und den Kürbis-Apfel-Salat mit Salz würzen. Die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten, mit dem restlichen Zucker bestreuen und karamellisieren. Die Wachtelbrüste waschen, trocken tupfen und mit Salz würzen. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Wachtelbrüste darin auf beiden Seiten etwa 3 Minuten braten. Den Kürbis-Apfel-Salat auf Tellern anrichten und die gebratenen Wachtelbrüste darauflegen. Mit den karamellisierten Kürbiskernen bestreuen und mit dem Kürbiskernöl beträufeln.

Sören Anders am 20. Oktober 2014

Schwein

Grill-Spezialitäten

Für 4 Personen

Für die Spareribs:

1 kg Spareribs	Salz	2 EL Sojasauce
2 EL Honig	1 TL Curry	2 EL Essig
1 EL Fünf-Gewürze-Pulver	1 TL Pfeffer	

Für die Rumpsteaks:

2 TL Pfefferkörner	1 TL Szechuanpfeffer	2 Knoblauchzehen
4 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin	1 TL Paprikapulver
200 ml Olivenöl	4 Rumpsteaks à 150 g	

Für die Hähnchenbrüste:

2 TL scharfer Senf	2 EL Weißweinessig	4 EL Weißwein
4 Hähnchenbrustfilets	Salz	Pfeffer
Öl		

Für den Tomatendip:

2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	1 rote Peperoni
2 EL Olivenöl	2 EL Tomatenmark	400 g Pelati-Tomaten
2 EL Balsamico	2 EL Honig	Salz
Pfeffer		

Für den Kräuterdip:

1 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Koriander	1 EL Pinienkerne
15 g Parmesan	1 Knoblauchzehe	Salz
40 ml Olivenöl	60 g Crème-fraîche	

Die Spareribs so zuschneiden, dass möglichst gleichmäßige Stücke entstehen, die man nach dem Kochen in nahezu gleich lange Stücke schneiden kann.

Fleischstücke in einem Topf mit Salzwasser ca. 1 Stunde kochen und im Wasser erkalten lassen. Spareribs herausnehmen, abtrocknen und in grillgerechte Stücke schneiden.

Für die Marinade Sojasauce, Honig, Curry, Essig, Fünf-Gewürze-Pulver und Pfeffer gut vermischen. Spareribs damit einstreichen und über Nacht in der Marinade ziehen lassen.

Kurz vor dem Grillen die Spareribs aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und auf dem Grill langsam von allen Seiten braten.

Für die Rumpsteak-Marinade Pfefferkörner und Szechuanpfeffer in einem Mörser zerstoßen. Knoblauch schälen und fein schneiden. Thymian und Rosmarin abbrausen, trocken schütteln und die Kräuterzweige grob zerkleinern.

Gemörserten Pfeffer mit Knoblauch, Paprikapulver und Kräuterzweigen mit dem Olivenöl in einer flachen Schale zu einer Marinade mischen.

Die Rumpsteaks in der Kräutermarinade 1 Stunde einlegen.

Anschließend das Fleisch aus der Marinade nehmen, überschüssige Marinade gut abtropfen. Steaks auf dem Grill oder in einer Pfanne von beiden Seiten braten.

Für die Hähnchenbrust-Marinade Senf mit Essig und Weißwein verrühren, die Hähnchenbrustfilets damit bestreichen, in eine flache Form oder einen tiefen Teller legen und abgedeckt 5 Stunden kaltstellen.

Die marinierten Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen. Grillrost oder Pfanne mit etwas Öl austreichen. Die Filets darin unter Wenden goldbraun und gar grillen.

Für den Tomatendip die Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden.

Peperoni waschen, der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und die Peperoni fein hacken.

In einem Topf Olivenöl erhitzen. Schalotten, Knoblauch und Peperoni darin anschwitzen.

Tomatenmark zugeben und kurz mit anschwitzen.

Dann die Tomaten zugeben, kurz pürieren und aufkochen.

Balsamico und Honig untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Alles ca. 20 Minuten offen leicht köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren. Zum Schluss abschmecken. Der Tomatendip schmeckt lauwarm und kalt.

Für den Kräuterdip Petersilie und Koriander abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Parmesan fein reiben, Knoblauch schälen und grob schneiden.

Kräuterblätter, Pinienkerne, Parmesan, Knoblauch, etwas Salz, Olivenöl und Crème fraîche in einen Mixer geben, fein pürieren und abschmecken.

Sören Anders am 15. Mai 2020

Marinierte Spareribs mit Kartoffel-Ecken und Sauerrahm

Für 4 Personen

1,5 kg Schwein-Schälrippchen	Salz	6 Kartoffeln, fest
300 g Frittierfett	5 Knoblauchzehen	1 Bio-Zitrone
80 ml Sojasauce	1 EL Honig	Pfeffer
1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund glatte Petersilie	300 g Sauerrahm

Schälrippchen so zuschneiden, dass möglichst gleichmäßige Stücke entstehen, die man nach dem Braten in nahezu gleich lange Stücke schneiden kann. Diese Stücke in einem Topf mit Salzwasser ca. 1 Stunde kochen. Den Backofen auf 210 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln gut waschen und in längliche Ecken schneiden. In einem Topf mit Frittierfett oder einer Fritteuse bei 150 Grad ca. 15 Minuten backen, herausnehmen und abtropfen lassen. Den Knoblauch schälen und sehr fein hacken oder pressen. Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und mit der Schale in sehr dünne Scheiben schneiden. Sojasauce mit Honig und Knoblauch gut vermischen, zuletzt die Zitronenscheiben untermischen. Die gekochten Rippchen mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Soja-Knoblauch-Zitronenmarinade bestreichen. Die Rippchen auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Ofen braten, bis sie schön braun sind, dabei mehrmals wenden. Schnittlauch und Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Sauerrahm glatt rühren, die Kräuter untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kartoffelecken im Frittierfett bei 180 Grad kross ausbacken, herausnehmen, auf Küchentrepp abtropfen und salzen. Die Spareribs aus dem Ofen nehmen und die Rippen einzeln aufschneiden. Zusammen mit den Kartoffelecken und dem Sauerrahm anrichten.

Sören Anders am 05. Juli 2013

Soßen

Curry-Kokos-Soße

Für 4 Personen

1/2 Ananas	4 Schalotten	20 g Ingwer
2 EL Pflanzenöl	3 EL Curry	50 ml Weißwein
300 ml Gemüsebrühe	100 ml Sahne	100 ml Kokosmilch
50 g Butter		

Die Ananas schälen, den harten Strunk entfernen und das Fruchtfleisch klein schneiden. Schalotten schälen und fein schneiden. Ingwer schälen und fein hacken. In einem Topf mit 2 EL Öl Schalotten anschwitzen, Ananasstücke und Ingwer zugeben, mit Curry bestäuben und mit Weißwein ablöschen. Den Wein fast vollständig einkochen lassen, dann mit Gemüsebrühe, Sahne und Kokosmilch auffüllen und kurz köcheln lassen.

Sören Anders am 17. Juli 2013

Mandarinen-Soße

Für 4 Personen

1 L Mandarinenensaft	2 Limetten	80 g Ingwer
50 g Butter	Tabasco, Zucker, Salz	

Den Mandarinenensaft in einem Topf um 1/3 einkochen lassen. Die Limetten halbieren, auspressen und zum Mandarinenensaft geben. Den Ingwer schälen und in die Sauce reiben und köcheln lassen. Kalte Butter stückchenweise in die Mandarinenensauce rühren und die Sauce damit binden. Danach die Sauce durch ein Sieb passieren und mit Tabasco, Zucker und Salz abschmecken.

Sören Anders am 25. Oktober 2013

Portwein-Soße

Für 4 Personen

1 Schalotte	1 Stange Staudensellerie	3 EL Butter
250 ml Wildfond	100 ml Portwein	Salz, Pfeffer

Für die Sauce Schalotte schälen und fein schneiden. Staudensellerie putzen, waschen und fein würfeln.

In einem Topf etwas Butter erhitzen. Schalotte und Sellerie darin andünsten, mit dem Wildfond ablöschen und diesen um etwa die Hälfte einkochen lassen. Dann Portwein zugeben und nochmals kurz köcheln lassen.

Den Saucenansatz durch ein feines Sieb passieren, restliche Butter in Stückchen mit einem Pürierstab untermixen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Sören Anders am 19. Oktober 2018

Remouladen-Soße

Für 2 Personen

1 Eigelb	1 TL Senf	Salz
1 TL Essig	100 ml Sonnenblumenöl	2 Eier, hart gekocht
2 Gewürzgurken	1 Sardelle	1/2 TL Kapern
1/2 Bund Blattpetersilie	1/2 Bund Dill	1/2 Bund Schnittlauch
1/2 Bund Kerbel	1 TL grober Senf	1 Prise Zucker
Pfeffer	1 Spritzer Tabasco	1 Spritzer Worcestersauce

Für die Remouladensauce Eigelb mit Senf, einer Prise Salz und Essig verrühren. Nach und nach mit einem Schneebesen das Öl unterrühren zu einer sämigen Mayonnaise. Die hartgekochten Eier schälen, halbieren, das Eigelb durch ein Sieb drücken und unter die Mayonnaise mischen. Das Eiweiß in kleine Würfel schneiden. Gewürzgurke und Sardelle fein hacken, Kapern abspülen und abtropfen lassen. Alles unter die Mayonnaise mischen Petersilie, Dill, Schnittlauch und Kerbel abspülen, trocken schütteln, fein hacken und ebenfalls unter die Mayonnaise mischen. Mit grobem Senf, einer Prise Zucker, Pfeffer, Tabasco und Worcestersauce abschmecken.

Sören Anders 24. Juli 2012

Tomaten-Soße

Für 4 Personen

450 g Kirschtomaten	2 Knoblauchzehen	½ scharfe Chilischote
150 ml Olivenöl	Meersalz	1/2 Bund Basilikum
50 ml Weißwein	60 ml Gemüsebrühe	50 g Pecorinospäne

250 g Tomaten waschen, trockenreiben und klein schneiden. Knoblauch schälen. Chilischote hacken. Die ganzen Zehen mit der Chilischote und 2 EL Olivenöl in einer Pfanne anbraten. Knoblauch entfernen, Tomaten zugeben und um die Hälfte einkochen lassen. Die Masse pürieren und durch ein Sieb passieren. Mit Salz abschmecken. Sauce in zurück in den Topf geben. Das Basilikum abspülen und trocken schütteln. Mit einer Prise Salz und ca. 100 ml Olivenöl zu einer flüssigen Sauce pürieren. Übrige Kirschtomaten in kochendem Wasser blanchieren, häuten, vierteln und entkernen. 2 EL Olivenöl in einer breiten Pfanne erhitzen. Tomaten darin anbraten. Mit Weißwein ablöschen und einköcheln lassen. Brühe zufügen, kurz aufkochen und würzen. Tomatensauce mit Basilikum und geräucherten Pecorinospänen anrichten.

Sören Anders am 06. Mai 2013

Suppen

Eintopf von Winter-Gemüse mit Kabeljau und Spätzle

Für 2 Personen

100 g Mehl	1-2 Eier	Salz
200 g Kartoffeln	200 g Möhren	200 g Knollensellerie
1 Bund Liebstöckel	500 ml Rinderkraftbrühe	Pfeffer, Muskat
250 g Kabeljaufilet	1 EL Olivenöl	100 g Ochsenzunge (fertig)

Für die Spätzle das Mehl in eine Schüssel geben und in der Mitte des Mehlbergs eine Mulde eindrücken. Die Eier 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. Spätzle in eine Schüssel geben und beiseite stellen. Für den Eintopf Kartoffeln, Möhren und Sellerie waschen und schälen. Alles in gleich große Würfel schneiden. Liebstöckel waschen und trockenschütteln. Gemüse in einen Topf geben und mit der Brühe aufgießen. Liebstöckel (bis auf 1 Stiel) zufügen und alles weich kochen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Spätzle in den Eintopf geben. Backofen auf 180 Grad vorheizen. Kabeljaufilet abspülen, trockentupfen und in zwei Portionen teilen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Kabeljau auf der Hautseite darin anbraten. Anschließend im heißen Backofen ca. 7 Minuten garen. Ochsenzunge in Scheiben schneiden. Übrige Liebstöckelblättchen vom Stiel zupfen. Nach Belieben fein schneiden. Eintopf in tiefe Teller füllen. Ochsenzunge auf dem Gemüse verteilen. Kabeljau darauf legen. Mit Liebstöckelblättchen anrichten.

Sören Anders 04. Dezember 2012

Französische Zwiebelsuppe

Für 4 Personen

2 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe	50 g durchw. Speck
3 Zweige Thymian	2 EL Butter	20 ml Cognac
400 ml Weißwein	600 ml Fleischbrühe	1 Bund glatte Petersilie
150 g Kastenweißbrot	80 g Gruyère	Salz, Pfeffer

Die Zwiebeln schälen und in feine Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und sehr fein hacken, dann noch andrücken.

Speck in Streifen schneiden.

Thymian abrausen, trocken schütteln.

In einem Topf Butter erhitzen und die Zwiebeln darin glasig anschwitzen, Knoblauch und Speck zugeben und alles kurz anbraten.

Dann mit Cognac ablöschen und diesen nahezu einkochen, mit Wein und Brühe auffüllen, Thymian zugeben und 30 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Weißbrot in vier Scheiben schneiden und leicht toasten oder in einer Pfanne rösten.

Käse fein reiben, auf die Brotscheiben streuen und kurz vor dem Servieren der Suppe unter der Grillschlange oder im Backofen bei Oberhitze gratinieren.

Thymianzweige aus der Suppe entfernen, Petersilie unter die Suppe mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Suppe in Suppentassen anrichten, die gratinierten Brotscheiben oben auflegen, mit grob gemahlenem Pfeffer bestreuen und servieren.

Sören Anders am 09. März 2018

Gazpacho, der Klassiker

Für 4 Personen:

1 Bio-Zitrone	1 Eigelb (extrafrisch)	80 ml Olivenöl
30 ml Sonnenblumenöl	Salz	2 Fleischtomaten
1 rote Paprika	1 grüne Paprika	1/2 Salatgurke
1 Knoblauchzehe	1/2 Baguette	150 ml Gemüsebrühe
Pfeffer	Piment.d'Espelette	Zucker
4 Kirschtomaten	1 Bund Schnittlauch	

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

Eigelb mit etwas Zitronenschale und 1 Spritzer Zitronensaft vermischen, dann unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen ca. 30 ml Olivenöl und 30 ml Sonnenblumenöl zufügen, bis eine cremige Mayonnaise entsteht. Diese mit Salz abschmecken.

Die Fleischtomaten kurz überbrühen, dann die Haut abziehen. Eine Tomate halbieren und klein schneiden, die andere Tomate zurückbehalten.

Rote und grüne Paprika waschen, das Kerngehäuse entfernen. Von den Paprikaschoten einige schöne große Stücke herausschneiden, den Rest klein schneiden.

Gurke waschen, schälen und in Würfel schneiden.

Knoblauch schälen und halbieren.

Baguette klein schneiden und mit den klein geschnittenen Gemüsen und der Knoblauchzehe in einen Mixer geben und pürieren. Falls die Masse zu dicklich ist, etwas Gemüsebrühe zugeben.

Dann alles durch ein Sieb passieren und mit 3/4 der Mayonnaise mischen.

Die Gazpacho mit Salz, Pfeffer und Piment d'Espelette und 1 Prise Zucker abschmecken und kaltstellen.

Kirschtomaten waschen, trocken reiben und halbieren, dabei nach Belieben die grünen Stielansätze ausschneiden.

Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden.

Kalte Gazpacho in kleine Tassen geben und mit Schnittlauch und Kirschtomaten garniert anrichten.

Sören Anders am 24. Juli 2020

Gurken-Joghurt Kaltschale

Für 4 Personen

2 kleine Salatgurken	1 Knoblauchzehe	300 g griech. Joghurt
200 ml Buttermilch	1 EL Honig	1/2 Bund Dill
1/2 Bio-Limette	Salz	1 Msp. Cayennepfeffer
3 EL Olivenöl	200 g Räucherfisch	

Die Gurken waschen und schälen. Eine Gurke grob raspeln, die andere längs vierteln, entkernen und klein würfeln.

Den Knoblauch schälen und fein schneiden.

Gurkenraspel, zwei Drittel vom Joghurt, Buttermilch, Knoblauch und Honig in einen Mixer geben und fein pürieren. Die restlichen Gurkenwürfel unterrühren.

Den Dill abbrausen und trocken schütteln, die Dillspitzen abzupfen und fein schneiden.

Die Limettenhälfte abwaschen und abtrocknen, die Schale abreiben und den Saft auspressen.

Limettensaft und Dill unter die Suppe rühren. Mit Salz, Cayennepfeffer und Limettenschale würzen. Bis zum Servieren in den Kühlschrank stellen.

Die eiskalte Suppe in Schalen füllen und mit Olivenöl beträufeln.

Den Räucherfisch in Streifen schneiden und mit restlichem Joghurt auf die Suppe geben.

Sören Anders am 24. Juli 2020

Kartoffel-Creme-Suppe mit Fleisch-Bällchen

Für 4 Personen

800 g Kartoffeln, mehlig	1 Zwiebel	1/2 Stange Lauch
150 g Sellerie	1 Möhre	50 g Speck
3 EL Butterschmalz	1,5 l Gemüsebrühe	1 Lorbeerblatt
Salz, Pfeffer	1 Schalotte	1 TL Butter
1/2 Brötchen	150 g gemischtes Hackfleisch	1 Eigelb
1/2 Bund glatte Petersilie	80 ml Sahne	Muskat

Kartoffeln schälen und würfeln. Zwiebel, Lauch, Sellerie und Möhre schälen bzw. putzen und würfeln. Speck würfeln. In einem großen Topf mit 1 EL Butterschmalz Zwiebel anschwitzen, Sellerie, Möhre, Lauch und Speck zugeben und anbraten. Dann Kartoffelwürfel zugeben und mit Gemüsebrühe auffüllen. Lorbeer zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und das Gemüse weich kochen. In der Zwischenzeit für die Fleischbällchen Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 TL Butter anschwitzen. Das Brötchen in Wasser einweichen. Das Hackfleisch mit fein gewürfelter Schalotte, eingeweichtem Brötchen und Eigelb mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und kleine Klöße (ca. 3 cm Durchmesser) aus der Masse formen. Die Hackbällchen in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz braten. Petersilie abspülen, trocken schütteln, grob schneiden und mit der Sahne pürieren. Wenn das Gemüse weich gekocht ist, die Suppe fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Petersiliensahne unter die Suppe ziehen, nochmals abschmecken. Die Suppe mit den Fleischbällchen anrichten und servieren.

Sören Anders am 13. Januar 2015

Kartoffel-Suppe

Für 4 Personen

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

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

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

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

Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Suppe in Tellern anrichten und mit Petersilie bestreut servieren.

Tipp:

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

Sören Anders am 06. September 2019

Melonen-Süppchen mit Paprika-Croutons

1 kg Wassermelone	200 g Naturjoghurt (fettarm)	1 Zitrone
200 ml Kokosmilch (Dose)	5 g frischer Ingwer	getrocknete Chiliflocken
1/2 TL Korianderkörner	Salz	4 Scheiben Toastbrot
2 EL Olivenöl	Prise geräuch. Paprikapulver	2 Stängel Minze

Die Wassermelone vierteln und aus der Schale lösen. In Stücke schneiden, dabei vorhandene Kerne entfernen. Wassermelonenfruchtfleisch und Joghurt fein pürieren.

Von der Zitrone den Saft auspressen, mit der Kokosmilch zugeben und nochmals aufschäumen. Den Ingwer schälen und in die Suppe reiben. Chiliflocken, Korianderkörner und eine Prise Salz zugeben.

Die Suppe durch ein Sieb streichen und kalt stellen.

In der Zwischenzeit das Toastbrot in Würfel schneiden.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Brotwürfel rundherum goldbraun rösten. Mit dem Paprikapulver bestreuen, salzen und gut durchmischen.

Minze abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Die Suppe kurz vor dem Servieren nochmal mit dem Stabmixer aufschäumen. Mit den Brotwürfeln und frischer Minze garniert anrichten.

Sören Anders am 24. Juli 2020

Suppe von dicken Bohnen und Speck

Für 4 Personen

200 g weiße dicke Bohnenkerne	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl	1 l Gemüsebrühe	2 Scheiben Bauchspeck, (1 cm)
2 Karotten	1 Petersilienwurzel	2 Stangen Staudensellerie
1/2 Peperoni	1/2 Bund Blattpetersilie	1 EL Majoran, gerebelt
Meersalz, Pfeffer		

Die Bohnenkerne in ein Sieb geben und einmal kurz abrausen, dann in eine Schüssel geben und mindestens fünfmal so viel Wasser angießen (die Bohnenkerne sollen reichlich mit Wasser bedeckt sein), über Nacht einweichen.

Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden. Schalotten und Knoblauch in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen. Mit der Brühe auffüllen und die Speckscheiben hineinlegen.

Die eingeweichten Bohnen (mit dem restlichen Einweichwasser) dazugeben und zugedeckt die Bohnen weich kochen (mindestens 1 Stunde). Die Bohnen muss man immer wieder mal probieren.

In der Zwischenzeit Karotten und Petersilienwurzel schälen, waschen und fein würfeln.

Staudensellerie waschen und ebenfalls fein würfeln.

Peperoni halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein schneiden.

Wenn die Bohnen weich gekocht sind, Speck herausnehmen und die Gemüsewürfel mit Peperoni zugeben, nochmals alles ca. 10 Minuten kochen.

In der Zwischenzeit den Speck in feine Würfel schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Speck, Petersilie und Majoran in den Eintopf geben, mit Salz und Pfeffer würzen und servieren.

Sören Anders am 12. März 2015

Weißer Zwiebel-Schaumsuppe mit gebratener Blutwurst

Für 4 Personen

400 g weiße Zwiebeln	2 EL Butter	200 ml Weißwein
2 EL Honig	800 ml Brühe	200 g Sahne
Salz, Pfeffer, Muskat	Piment d'Éspelette	Raz el Hanout
200 g Blutwurst		

Zwiebeln schälen und klein schneiden. Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebeln darin goldgelb andünsten. Honig untermischen. Mit Wein und Brühe ablöschen und die Zwiebeln weich kochen. Die Suppe mit einem Pürierstab pürieren und nach Belieben durch ein Sieb geben. Suppe in den Topf geben und erwärmen. Sahne unterrühren und mit Salz, Pfeffer, Muskat, Piment d'Éspelette und Raz el Hanout würzen. In der Zwischenzeit, die Blutwurst in ca. 8-12 Scheiben schneiden. Blutwurst in einer Pfanne ohne Fett von beiden Seiten kurz braten. Suppe mit einem Pürierstab etwas aufschäumen. Blutwurstscheiben in vorgewärmte Teller geben und mit dem Zwiebelschaum auffüllen. Sofort servieren.

Sören Anders 07. Januar 2013

Vegetarisch

Frischkäse-Ravioli, getrocknete Tomaten, Parmesan-Schaum

Für 4 Personen

Für den Nudelteig:

200 g Hartweizenmehl	100 g Mehl	2 Eigelb
2 Eier	Salz	

Für die Füllung:

2 EL Pinienkerne	150 g getr. Öl-Tomaten	10 grüne Oliven
1/2 Bund Basilikum	100 g Ricotta	Salz
Pfeffer	1 Prise Piment-d'Espelette	

Für den Parmesanschaum:

1 Schalotte	2 Stangen Staudensellerie	2 EL Olivenöl
300 ml Gemüsebrühe	200 ml Sahne	50 g Parmesan
1/2 Zitrone	Salz	Pfeffer

Hartweizenmehl, Mehl, Eigelbe, Eier und eine Prise Salz zu einem glatten Teig kneten, eventuell noch 2-3 EL Wasser zufügen, falls der Teig zu trocken ist. Den Teig in Frischhaltefolie einschlagen und 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Für die Füllung die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, anschließend fein hacken.

Die getrockneten Tomaten abtropfen lassen und fein hacken. Oliven entkernen und fein schneiden

Basilikum abrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und in feine Streifen schneiden.

Ricotta mit Pinienkernen, Tomaten, Oliven und Basilikum vermischen, mit Salz, Pfeffer und Piment d'Espelette würzen.

Den Teig portionsweise z. B. mit Hilfe einer Nudelmaschine zu dünnen Bahnen ausrollen.

Die Teigbahnen auf einer Arbeitsfläche ausbreiten. Auf die Hälfte davon die Füllung in kleinen Häufchen mit jeweils etwas Abstand zueinander verteilen, die Zwischenräume mit Wasser bepinseln. Übrige Teigbahnen auflegen und an den Rändern und in den Zwischenräumen sorgfältig andrücken. Mit einem Ravioliausstecher oder Messer Ravioli ausstechen, bzw. schneiden. Die Ravioli mit Mehl bestäuben und auf ein Tuch legen.

Für die Sauce die Schalotte schälen und fein schneiden. Staudensellerie putzen, waschen und ebenfalls fein würfeln.

Olivenöl in einem Topf erhitzen, Schalotte und Sellerie darin andünsten. Mit Brühe ablöschen, Sahne angießen und die Flüssigkeit um etwas mehr als die Hälfte einkochen.

Parmesan fein reiben. Von der Zitrone den Saft auspressen. Parmesan zur Sauce geben und mit dem Stabmixer untermischen. Mit etwas Zitronensaft abschmecken, Salz und Pfeffer.

Die Ravioli in kochendem Salzwasser ca. 3 Minuten garen, herausnehmen, abtropfen lassen und in tiefen Tellern anrichten.

Mit Hilfe des Stabmixers die Parmesansauce aufschäumen und die Ravioli damit überziehen.

Sören Anders am 08. März 2019

Gefüllte Kartoffel-Plätzchen mit Sauerampfer-Soße

Für 4 Portionen:

Für die Kartoffelplätzchen:

1 kg Kartoffeln, mehligk.	Salz	2 Eigelb (M)
25 g Mehl	25 g Speisestärke	Pfeffer, Muskat
0,5 Bund Petersilie	250 g Doppelrahmfrischkäse	4 EL Butterschmalz

Für den Radieschensalat:

2 Bund Radieschen	0,5 Salatgurke	2 Schalotten
2 EL Olivenöl	50 ml Gemüsebrühe	3 EL Balsamessig, hell
0,5 Bund Petersilie	1 Beet Kresse	

Für die Sauerampfersauce:

0,5 Knoblauchzehe	2 EL Sonnenblumenöl	200 g Schmand
125 ml Milch	Salz, Pfeffer	1 TL Zitronen-Abrieb
1 Bund Sauerampfer	2 EL Balsamessig, hell	

Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser ca. 25 Minuten weich kochen. Abgießen, ausdämpfen lassen. Kartoffeln durch eine Presse drücken und weitere ca. 10 Minuten ausdämpfen lassen. Kartoffelmasse mit Eigelb, Mehl und Stärke zu einem glatten Teig verkneten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

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

Petersilie und Frischkäse verrühren. Mit einem angefeuchteten Teelöffel kleine Nocken formen. Aus dem Teig etwa 12 flache Plätzchen formen (Durchmesser ca. 10 cm). Jeweils 1 Nocke mittig auf die Plätzchen setzen. Eine Hälfte über die Nocke schlagen und die Ränder festdrücken.

Für den Radieschensalat Radieschen und Gurken putzen abbrausen.

Radieschen und Gurken in Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben.

Schalotten abziehen und fein würfeln. Schalotten im Öl anbraten und abkühlen lassen.

Schalotten mit Brühe und Essig verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Dressing mit Radieschen und Gurken mischen und ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Petersilie abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen fein schneiden. Kresse vom Beet schneiden. Kräuter unter den Salat mischen Knoblauch abziehen und fein hacken. Knoblauch im Heißen Öl kurz andünsten. Vom Herd ziehen. Schmand und Milch unterrühren. Mit Salz und Pfeffer und Zitronenschale würzen.

Sauerampfer abbrausen und trockenschütteln. Sauerampfer (bis auf 2-3 Blätter) mit der Hälfte der Schmandmischung pürieren. Übrige Blättchen fein schneiden Die andere Hälfte zufügen und schaumig pürieren. Mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken.

Butterschmalz erhitzen. Die Plätzchen darin von beiden Seiten ca.

2 Minuten braten.

Kartoffelplätzchen mit Sauerampfersauce, Salat und übrigen Sauerampferblättchen anrichten.

Sören Anders am 01. Dezember 2020

Gefüllte Kartoffel-Taschen

Für 4 Personen

1 kg Kartoffeln, mehlig	Salz	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian	2 rote Zwiebeln	3 EL Butterschmalz
350 g Ziegenfrischkäse	3 Karotten	2 Schalotten
4 EL Butter	Zucker	1 Bund Schnittlauch
1 Bund glatte Petersilie	3 Eigelb	3 EL Kartoffelstärke
Pfeffer	1 Prise Muskat	Mehl
1 Brötchen		

Kartoffeln schälen und in Salzwasser weichkochen.

In der Zwischenzeit Rosmarin und Thymian abbrausen, trocken schütteln, die Nadeln, bzw. Blättchen abstreifen und fein schneiden.

Zwiebeln schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit etwas Butterschmalz anschwitzen.

Rosmarin und Thymian zugeben, die Pfanne vom Herd ziehen, abkühlen lassen.

Friskäse und Zwiebel-Kräutermix verrühren und die Masse mit Salz abschmecken.

Karotten schälen und fein würfeln.

Schalotten schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit der Hälfte der Butter anschwitzen.

Karotte zugeben und weich dünsten. Mit Salz und Zucker würzen.

Schnittlauch und Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Die gekochten Kartoffeln abgießen, dann im Topf auf die noch heiße Kochstelle stellen und gut ausdampfen lassen.

Die heißen Kartoffeln durch eine Presse drücken. Rasch die Eigelbe und Stärke untermengen. Jeweils die Hälfte Petersilie und Schnittlauch untermischen, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Die Kartoffelmasse auf einer bemehlten Arbeitsfläche mit dem Nudelholz etwa knapp 1 cm dick ausrollen und in ca. 7 cm große Quadrate schneiden.

Auf die Hälfte der Quadrate die vorbereitete Frischkäsemasse verteilen, die übrigen Kartoffelteig Quadrate passgenau auflegen. Die Ränder gut andrücken und die Kartoffeltaschen in einer Pfanne mit etwas Butterschmalz von beiden Seiten goldbraun braten.

Das Brötchen grob schneiden und mit übrigem Schnittlauch und Petersilie in einem Cutter fein zermahlen.

In einer weiteren Pfanne restliche Butter erhitzen und die Kräuter-Brösel darin kurz anrösten. Gebratene Kartoffeltaschen und Kräuter-Brotbrösel anrichten. Dazu passt ein Möhrensalat.

Sören Anders am 16. April 2020

Gefüllte Kohlrabi, Grünkern-Plätzchen, Curry-Kokos-Soße

Für 4 Personen

Für Plätzchen, Kohlrabi:

250 g Kartoffeln, mehlig	50 g Möhre	50 g Sellerie
50 g Lauch	500 ml Gemüsebrühe	200 g Bulgur
150 g Grünkernmehl	4 Eigelb	1 Bund Koriander
1-2 EL Sweet Chili Chikensauce	Salz, Pfeffer	4 Kohlrabi
2 EL Butter	1 EL Mehl	200 ml Milch
1 Prise Muskat	1/2 Bund glatte Petersilie	3-4 EL Olivenöl

Für die Sauce:

1/2 Ananas	4 Schalotten	20 g Ingwer
2 EL Pflanzenöl	3 EL Curry	50 ml Weißwein
300 ml Gemüsebrühe	100 ml Sahne	100 ml Kokosmilch
50 g Butter		

Für Plätzchen und Kohlrabi:

Kartoffel schälen und in Salzwasser weich kochen. Möhre, Sellerie und Lauch putzen bzw. schälen und in sehr feine Würfelchen schneiden. In einem Topf die Gemüsebrühe erhitzen, Bulgur und Gemüsegewürfelchen zugeben und garen, bis der Bulgur die gesamte Flüssigkeit aufgenommen hat. Die gekochten Kartoffeln durch eine Presse drücken und mit dem Grünkernmehl und den Eigelben unter den Gemüsebulgur mischen. Koriander abspülen, trocken schütteln, fein hacken und untermischen. Die Masse mit Sweet Chili Chikensauce, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Sauce:

Die Ananas schälen, den harten Strunk entfernen und das Fruchtfleisch klein schneiden. Schalotten schälen und fein schneiden. Ingwer schälen und fein hacken. In einem Topf mit 2 EL Öl Schalotten anschwitzen, Ananasstücke und Ingwer zugeben, mit Curry bestäuben und mit Weißwein ablöschen. Den Wein fast vollständig einkochen lassen, dann mit Gemüsebrühe, Sahne und Kokosmilch auffüllen und kurz köcheln lassen. Kohlrabi schälen und vorsichtig aushöhlen. Die Kohlrabistücke fein hacken. Die ausgehöhlten Kohlrabi in Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Butter in einem Topf zerlassen, Mehl einstreuen und unter Rühren die Milch zugeben und aufkochen. Fein gehackte Kohlrabistücke zugeben und etwas köcheln lassen. Mit Salz und Muskat würzen. Petersilie abspülen, trocken schütteln, fein hacken und unter die Kohlrabicreme mischen. Aus der Blugur-Grünkern-Masse kleine Plätzchen formen und diese in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten knusprig braten. Kohlrabicreme nochmals abschmecken und in die ausgehöhlten Kohlrabi füllen. Die Sauce passieren und mit Butter montieren. Kohlrabi auf den Plätzchen anrichten und die Sauce angießen.

Sören Anders am 17. Juli 2013

Gefüllte Reis-Bällchen auf Herbst-Gemüse-Ragout

Für 4 Personen

2 Rote Bete	Salz	2 Möhren
2 Pastinaken	$\frac{1}{2}$ Sellerieknolle	ca. 550 ml Gemüsebrühe
2 Schalotten	5 EL Butter	200 g Risottoreis
100 ml Weißwein	50 g Parmesan	1 Kugel Mozzarella
1 Bund glatte Petersilie	70 g feine Weißbrotbrösel	2 Eier
Salz, Pfeffer	ca. 200 g Cornflakes, ungesüßt	ca. 1 kg Frittierfett
1 Prise Zucker	1 Msp. Muskat	

Rote Bete waschen und ungeschält in einem Topf mit Salzwasser bissfest kochen. Dann herausnehmen, schälen, in Scheiben und dann in Rauten schneiden. Möhren, Pastinaken und Sellerie schälen, in Scheiben dann in Rauten schneiden und in einem Topf mit Salzwasser nacheinander blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen. Schalotten schälen, in feine Würfel schneiden und in einem Topf mit 2 EL Butter glasig anschwitzen. Risottoreis hinzugeben und mit Weißwein ablöschen. Dann soviel heiße Brühe hinzugeben bis der Reis mit Flüssigkeit bedeckt ist. Unter ständigem Rühren den Reis ca. 20 Minuten garen und dabei immer wieder heiße Brühe nach und nach angießen. Wenn der Reis weich gekocht und die Flüssigkeit gut verkocht ist, den Topf zur Seite ziehen. Parmesan fein reiben. Mozzarella in 8 Stücke schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Unter die Reismasse geriebenen Parmesan, Weißbrotbrösel und die Eigelbe rühren. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Reismasse 8 Bällchen formen und in die Mitte jeweils ein Stück Mozzarella geben. Die gefüllten Reisbällchen in den Cornflakes wenden und anschließend im heißen Frittierfett (ca. 160 Grad) ausbacken. In einer Pfanne 3 EL Butter erhitzen und die vorbereiteten Gemüsestücke darin warm schwenken. Mit einer Prise Zucker, Muskat, Salz und Pfeffer würzen und abschmecken. Das Gemüse auf Tellern verteilen und die gebackenen Bällchen obenauf geben, mit gehackter Petersilie garnieren und servieren.

Sören Anders 02. November 2012

Gefüllte Tomate

Für 4 Personen

12 mittelgroße Tomaten	Salz	Zucker
Gemüsebrühe	2 Schalotten	Olivenöl
250 g Instant-Couscous	1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Basilikum
4 Zweige Zitronenthymian	400 g Ziegenfrischkäse	2 EL Honig

Tomaten kurz in kochendes Wasser geben, rasch wieder herausheben. Die Tomaten abziehen, dabei darauf achten, dass der grüne Stiel dran bleibt. Von den Tomaten jeweils das obere Viertel waagrecht abschneiden. Die Tomaten aushöhlen, das ausgehöhlte Fruchtfleisch zur Seite stellen. Für die Füllung das ausgelöste Tomateninnere pürieren. Mit Salz und Zucker abschmecken und passieren. Die Flüssigkeit sollte in etwa der Couscousmenge entsprechen, evtl. noch etwas Gemüsebrühe zugeben.

Schalotten schälen, fein würfeln.

1 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen. Die Schalottenwürfel darin anschwitzen. Die Tomatenflüssigkeit angeben, erhitzen und Couscous untermischen. Den Topf vom Herd ziehen.

Petersilie und Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen fein hacken. Kräuter unter den Couscous mischen. Ca. 15 Minuten quellen lassen. Zwischendurch öfter umrühren.

Zitronenthymian abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen.

Couscous-Füllung mit etwas Olivenöl abschmecken. Den Ziegenkäse etwas zerbröseln, die Hälfte davon locker unter den Couscous mischen.

Rest Ziegenkäse mit Thymianblättchen mischen.

Tomaten mit Salz, Zucker und Olivenöl würzen. Die Couscous Füllungen darin verteilen.

Grillfunktion oder Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Gefüllte Tomaten in eine Auflaufform geben, mit restlichem Thymian-Ziegenkäse bestreuen und jeweils mit ein paar Tropfen Honig beträufeln.

Bei Oberhitze im Ofen kurz (ca. 3 Minuten) erwärmen, dann den Tomatendeckel aufsetzen und servieren.

Sören Anders am 29. Juni 2018

Kartoffel-Puffer mit Apfel-Birnen-Mus

Für 4 Personen

3 Boskop-Äpfel	2 Birnen	2 EL Zucker
80 ml Apfelsaft	1/2 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Schnittlauch
100 g Saure Sahne	Salz	Pfeffer
700 g Kartoffeln, vorw. festk.	1 kleine Zwiebel	1 Ei
1 Prise Muskat	5 EL Butterschmalz	1 EL Butter

Für das Apfel-Birnen-Mus die Äpfel und Birnen waschen. Einen Apfel zur Seite legen, das restlichen Obst schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Obstviertel in grobe Stücke schneiden.

In einem großen Topf Zucker zu hellem Karamell schmelzen, die Obststücke zugeben, mit Apfelsaft ablöschen und weich kochen.

In der Zwischenzeit die Kräuter abbrausen, trocken schütteln und fein hacken. Kräuter mit saurer Sahne vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zum Servieren kalt stellen.

Das weich gekochte Obst fein pürieren und mit Zucker abschmecken.

Die Kartoffeln schälen und auf der feinen Reibe reiben. Die Kartoffelmasse gut ausdrücken, die Flüssigkeit in einer Schüssel auffangen, die Stärke absetzen lassen.

Den Kartoffelsaft abschütten und die Stärke zu den geriebenen Kartoffeln geben.

Die Zwiebel schälen und ebenfalls fein reiben, dann zusammen mit dem Ei zu den Kartoffeln geben und alles gut vermischen. Die Kartoffelmasse mit Salz und einer Prise Muskat würzen.

In einer Pfanne mit reichlich Butterschmalz etwas Kartoffelmasse geben und nach und nach goldbraune Puffer ausbacken.

Den übrigen Apfel entkernen und in 8 Spalten schneiden.

In einer Pfanne mit Butter die Apfelspalten goldbraun braten.

Kartoffelpuffer mit Apfel-Birnen-Mus und Apfelspalten auf Tellern anrichten, einen Klecks Kräuter-Sahne zugeben und servieren.

Sören Anders am 28. September 2018

Käse-Knöpfe mit Spinat

Für 4 Personen

300 g Mehl	5 Eier	Salz, Pfeffer
150 g Blattspinat	1 Schalotte	1 Zwiebel
150 g Bergkäse	3 EL Butter	150 g Sahne

Für die Knöpfe das Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte des Mehlbergs eine Mulde eindrücken. Eier aufschlagen und in die Mulde gleiten lassen. 1 Prise Salz zugeben. Alles mit einem Kochlöffel vermengen und so lange schlagen, bis ein glatter Teig entstanden ist. Die Teigschüssel zudecken und den Teig 30 Minuten ruhen lassen.

In der Zwischenzeit einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Teig portionsweise auf einen Knöpflehobel geben und ins kochende Wasser tropfen lassen. Sobald die Knöpfe gar sind, steigen sie an die Wasseroberfläche.

Mit einem Sieblöffel 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.

Vom Knöpflekkochwasser 100 ml abmessen und zur Seite stellen.

Spinat putzen, waschen und gut abtropfen lassen.

Schalotte schälen und fein schneiden.

Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden.

Den Käse fein reiben.

In einer großen Pfanne 1 EL Butter erhitzen. Die Zwiebelringe darin goldbraun anrösten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

1 EL Butter in der Pfanne erhitzen und die Schalotte darin andünsten. Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Spinat abtropfen lassen.

Die restliche Butter in einer tiefen Pfanne erhitzen. Die Knöpfe darin kurz anbraten. Spinat zugeben. Das beiseite gestellte Kochwasser und die Sahne zugeben und untermischen.

Den geriebenen Käse ebenfalls unterheben. Die Mischung unter ständigem Rühren erhitzen und den Käse dabei schmelzen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Käseknöpfe auf vorgewärmten Tellern anrichten. Die Zwiebelringe darauf verteilen und servieren.

Sören Anders am 31. Januar 2020

Käse-Spätzle aus dem Ofen

Für 4 Personen

400 g Mehl	6 Eier	Salz, Pfeffer
2 Zwiebeln	200 g Allgäuer Emmentaler	50 g Butter
Pfeffer	100 ml Milch	100 g Sahne

Für die Spätzle das Mehl in eine Schüssel geben, die Eier aufschlagen und zugeben. 1 Prise Salz aufstreuen. Alles mit einem Kochlöffel vermengen und so lange schlagen, bis ein glatter Teig entstanden ist. Die Teigschüssel abdecken und den Teig 30 Minuten ruhen lassen.

Einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Ein Spätzlebrett kurz ins kochende Wasser tauchen, darauf ca. 2 EL Teig geben. Den Teig mit einem ebenfalls angefeuchteten Teigschaber zuerst flach streichen und dann dünne Streifen ins kochende Wasser schaben. Sobald die Spätzle gar sind, steigen sie an die Wasseroberfläche.

Die Spätzle mit einem Sieblöffel/Schaumkelle aus dem kochenden Wasser herausnehmen und kurz in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben. Anschließend absieben. Das Ganze so lange wiederholen, bis der gesamte Teig zu Spätzle verkocht ist.

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Käse reiben.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen oder Grillfunktion auf mittlere Stufe einschalten.

Zwiebeln in einer Pfanne in 40 g heißer Butter goldbraun rösten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Eine Auflaufform mit Butter einfetten.

Milch und Sahne in einen Topf geben, erhitzen und die Hälfte der gebratenen Zwiebeln zugeben. Eine Schicht Spätzle in die Auflaufform geben, etwas gerieben Käse darauf verteilen und etwas von der Zwiebelmilch angießen. Dann eine zweite Schicht Spätzle, etwas Käse und etwas Zwiebelmilch in die Form geben und eine letzte Schicht Spätzle und die restliche Zwiebelmilch einschichten.

Alles mit übrigem Käse bestreuen und in den vorgeheizten Ofen geben. Die Käsespätzle ca. 20 Minuten im Ofen garen, bis der Käse goldgelb geschmolzen ist.

Die restlichen Zwiebeln nochmals kurz in der Pfanne erwärmen und knusprig braten.

Käsespätzle aus dem Ofen nehmen, die Zwiebeln darauf anrichten und servieren. Dazu passt Blattsalat.

Sören Anders am 31. Januar 2020

Kohlroulade mit Pilzfüllung

Für 4 Personen

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

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

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

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

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

Die Pilzpfanne vom Herd ziehen, Toastbrösel und Eigelb untermischen.

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

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

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

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

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

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

Sören Anders am 29. November 2019

Kürbis-Kartoffel-Cannelloni

Für 2 Personen

200 g Kürbisfruchtfleisch	Salz	200 g Kartoffeln, mehlig
1 Schalotte	4 Tomaten	2 EL Olivenöl
2 Zweige Rosmarin	Pfeffer	1/2 Bund glatte Petersilie
1 Bund Basilikum	2 Zweige Thymian	3 Eigelb 6 Lasagneblätter
200 g Mozzarella		

Für die Füllung das Kürbisfruchtfleisch evtl. schälen in Würfel schneiden und in Salzwasser weich kochen. Die Kartoffeln schälen, vierteln und ebenfalls in Salzwasser weich kochen. In der Zwischenzeit Schalotte schälen und fein schneiden. Tomaten waschen, trockenreiben und würfeln. 1 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen. Schalotte darin andünsten. Tomatenwürfel und Rosmarinzweige zugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie, Basilikum und Thymian abspülen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen. Die Hälfte der Basilikumblätter zur Seite stellen, die restlichen Kräuter fein hacken. Kürbis und auch Kartoffeln abschütten und auf dem Herd nochmals gut ausdampfen lassen. Kürbis- und Kartoffelstücke noch heiß durch die Kartoffelpresse drücken, schnell Eigelbe untermengen, die Kräuter untermischen und die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Lasagneblätter ca. 4 Minuten in Salzwasser vorkochen (sie sollten nicht zu weich sein), kalt abschrecken und abtropfen lassen. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze (160 Grad Heißluft, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Lasagneblätter mit der Kürbis-Kartoffelmasse füllen und zusammenrollen. In eine mit Olivenöl gefettete Auflaufform geben und mit der Tomatensauce übergießen. Den Mozzarella in Scheiben schneiden und obenauf geben. Die Auflaufform in den Ofen geben und ca. 15 Minuten goldbraun überbacken. Die Cannelloni auf Tellern anrichten, mit übrigem Basilikum bestreuen und anrichten.

Sören Anders am 14. November 2013

Offene Lasagne mit Trüffel und Spinat

Für 4 Personen

Für den Nudelteig:

200 g Hartweizenmehl	100 g Mehl	2 Eigelb
2 Eier	Salz	

Für die Sauce:

1 Schalotte	2 Stangen Staudensellerie	2 EL Pflanzenöl
300 ml Gemüsebrühe	200 ml Sahne	30 g kalte Butter
Salz, Pfeffer		

Spinat und Trüffel:

800 g Blattspinat	2 Schalotten	2 EL Butter
Salz, Pfeffer	Muskat	1 kl. Stück frischer Trüffel

Hartweizenmehl, Mehl, Eigelbe, Eier und eine Prise Salz zu einem glatten Teig kneten, eventuell noch 2-3 EL Wasser zufügen. Den Teig in Frischhaltefolie einschlagen und 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Den Teig mit der Nudelmaschine ganz dünn ausrollen, in 8 cm große Quadrate schneiden und auf eine mit Mehl bestäubte Platte geben.

Für die Sauce die Schalotte schälen und fein schneiden. Staudensellerie putzen, waschen und ebenfalls fein würfeln.

Öl in einem Topf erhitzen, Schalotte und Sellerie darin andünsten. Mit Brühe ablöschen, Sahne angießen und die Flüssigkeit um etwas mehr als die Hälfte einkochen.

In der Zwischenzeit Spinat verlesen, waschen, gut abtropfen lassen.

Schalotten schälen, fein würfeln. In einer Pfanne Butter erhitzen und Schalotte darin anschwitzen. Spinat zugeben und unter Rühren zusammenfallen lassen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Die Teigquadrate in einem Topf mit Salzwasser ca. 3 Minuten weich kochen.

Die Sauce passieren, kalte Butter in kleinen Stücken mit einem Pürierstab untermixen und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Gekochte Nudelplatten aus dem Topf nehmen, abtropfen und mit etwas Spinat schichtweise auf Tellern anrichten, auf die letzte Schicht Spinat etwas Trüffel hobeln. Mit einem Nudelblatt abdecken, die Sauce angießen und nochmals etwas Trüffel darüber hobeln.

Sören Anders am 23. Dezember 2016

Pasta mit Gemüse-Streifen und Käse-Soße

Für 4 Personen

3 Schalotten	200 g Karotten	400 g Zucchini
Salz	3 EL Olivenöl	Pfeffer
400 g Tagliatelle	120 g Pecorino	4 Eier
2 Eigelb	1/2 Bund Basilikum	

Schalotten schälen und in dünne Längsstreifen schneiden. Karotten schälen, Zucchini waschen. Karotten und Zucchini in dünne Scheiben schneiden, das geht z.B. ganz gut mit einem Sparschäler.

Für die Nudeln einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen, dann salzen.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Schalottenstreifen darin anschwitzen. Karotten und Zucchinistreifen zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und bei milder Hitze ca. 8 Minuten unter Rühren garen.

In der Zwischenzeit die Tagliatelle im kochenden Salzwasser bissfest garen.

Pecorino reiben. Eier und Eigelb in einer Schüssel verquirlen, mit Pfeffer würzen und den Käse untermischen.

Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blätter in grobe Streifen schneiden.

Gegarte Nudeln abschütten, dabei ca. 200 ml Kochwasser auffangen.

Nudeln zum Gemüse in die Pfanne geben. Den Ei-Käse-Mix und das aufgefangene Kochwasser darüber geben und gut vermengen.

Gemüsenudeln anrichten, mit frischem Pfeffer und Basilikum überstreuen.

Sören Anders am 08. Juni 2018

Perlgraupen-Bällchen mit Schalotten-Confit

Für 4 Personen

Für das Schalotten-Confit:

20 Schalotten	2 EL Butter	50 g Zucker
Salz, Pfeffer	1 TL Honig	350 ml roter Portwein

Für die Perlgraupenbällchen:

$\frac{1}{2}$ Knollensellerie	2 Karotten	4 Schalotten
1 EL Olivenöl	300 g Perlgraupen	1 Liter Brühe
150 g Butter	Salz, Pfeffer, Muskat	Raz el Hanout
4 Eigelb	3 EL Stärke	Mehl
1 Ei	200 g Pankomehl	1 kg Frittierfett

Für das Confit Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Butter erhitzen. Die Schalotten darin andünsten. Zucker darüber streuen und karamellisieren lassen. Mit Salz, Pfeffer und Honig würzen. Portwein dazu geben und alles ca. 30 Minuten einkochen lassen, so dass eine konfitürenartige Konsistenz entsteht. Schalotten abschmecken und abkühlen. Sellerie und Karotten schälen, waschen und in sehr feine Würfel (ca. 2-3 mm) schneiden. Schalotten schälen und ebenfalls fein würfeln. Schalotten, Sellerie und Karotten in Öl und 1 EL Butter glasig dünsten. Perlgraupen dazugeben und ebenfalls kurz andünsten. Mit Brühe ablöschen und ca. 25 Minuten weich kochen. Graupen evtl. abgießen und in eine Schüssel geben. Die noch warmen Graupen mit Salz, Pfeffer, Muskat, Raz el Hanout, Eigelben und Stärke verrühren. Die Masse zu 12 etwa tischtennisballgroßen Kugeln formen. Dabei jeweils mit 1 TL Schalotten-Confit füllen. Ei in einem tiefen Teller verquirlen. Mehl und Panko auf zwei Tellern verteilen. Graupenbällchen zuerst in Mehl, dann in Ei und zuletzt in Panko wenden. Frittierfett erhitzen. Bällchen darin von allen Seiten ca. 3 Minuten knusprig braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Dazu schmeckt Sommergemüse.

Sören Anders am 10. Juni 2013

Pfifferling-Tomaten-Salat

Für 4 Personen

400 g frische Pfifferlinge	2 Schalotten	1 EL Butter
Salz	6 reife Tomaten	1 Bund Schnittlauch
150 g Ziegenfrischkäse	1 Spritzer Zitronensaft	2 EL weißer Balsamico
3 EL Olivenöl	Pfeffer	

Von den Pfifferlinge die Stielansätze abschneiden, die Pilze mit einem Pinsel gut putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Tipp: Schneller geht das Putzen, wenn man von den Pfifferlingen lediglich die Stielansätze abschneidet, dann in eine Schüssel gibt und mit ca. 2-3 EL Mehl vermengt. Das Mehl bindet den Schmutz und Sand an den Pilzen. Die Pilze in ein Sieb geben, unter fließendem Wasser abspülen und auf einem sauberen Küchentuch trocken tupfen.

Schalotten schälen und fein schneiden.

In einer Pfanne mit Butter die Schalotten anschwitzen, die Pfifferlinge zugeben und anbraten. Wenn die Pilze kein Wasser mehr abgeben, salzen, aus der Pfanne nehmen und kalt stellen.

Tomaten einritzen, kurz in kochendes Wasser geben, abschrecken und die Haut abziehen. Tomaten vierteln, entkernen und würfeln.

Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Ziegenkäse mit der Hälfte vom Schnittlauch glatt rühren und mit Salz und Zitronensaft abschmecken.

Balsamico und Öl in einer Schüssel vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gebraute Pfifferlinge, Tomatenwürfel und restlichen Schnittlauch zugeben und locker vermischen.

Pfifferling-Tomaten-Salat auf Teller geben, vom Ziegenkäse Nocken abstechen und diese neben den Salat setzen.

Sören Anders am 12. Juli 2019

Pizza

Für 4 Personen

Für den Teig:

425 g Weizenmehl (550)	75 g Hartweizengrieß	20 g Hefe
250 ml kaltes Wasser	2 EL Olivenöl	1 TL Salz
Olivenöl	Mehl	

Für die Tomatensauce:

600 g Tomaten	1 kleine Zwiebel	2 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl	1 Zweig Rosmarin	2 Zweige Thymian
Salz	etwa Pfeffer	

Für den Belag:

300 g Mozzarella	150 g ital. Hartkäse	1 Bund Basilikum
Pfeffer		

Für den Pizzateig Mehl, Hartweizengrieß, Hefe, Wasser, Olivenöl und Salz in die Knetschüssel der Küchenmaschine geben und 10 Minuten langsam, dann noch 5 Minuten schnell kneten. Wichtig der Teig darf nicht zu warm werden. Wenn er sich gut vom Kesselrand löst und einen leichten matten Glanz hat, ist er fertig.

Den Teig in eine große Schüssel geben, mit einem Küchentuch abdecken und 1 Stunde ruhen lassen.

Den geruhten Teig in Teigstücke von ca. 150 g aufteilen, diese Teigstücke rund wirken.

Ein Backblech dünn mit Öl bepinseln und die Teiglinge darauf setzen, mit einem Küchentuch abdecken und nochmal ca. 45 Minuten ruhen lassen.

Für die Tomatensauce die Tomaten am Stielansatz einritzen, kurz im heißen Wasser blanchieren und anschließend häuten. Die Tomaten vierteln, nach Belieben die Kerne austreichen.

Zwiebel und Knoblauch schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 2 EL Olivenöl anschwitzen, die Tomaten zugeben und aufkochen.

Thymian und Rosmarin abrausen, trocken schütteln und zu den Tomaten geben, mit Salz und Pfeffer würzen und alles ca. 45 Minuten ganz leicht köcheln lassen.

Dann die Kräuterzweige entfernen und die Tomatensauce mit einem Pürierstab gut mixen.

Einen Backofen mit Backstein auf 220 Grad vorheizen.

Die gegangenen Teigstücke dünn ausrollen und mit der Tomatensauce bestreichen. Tipp: Die Pizza kann natürlich nach Wunsch zusätzlich z.B. mit Schinken, Champignonscheiben, Paprikastreifen, Oliven usw. belegt werden.

Mozzarella in Scheiben schneiden, Provolone fein reiben.

Beide Käse auf der Pizza verteilen. Pizza auf einen Holzschieber setzen, direkt auf den Backstein schieben und ca.10-15 Minuten backen. Der Boden und der Rand sollten knusprig braun sein.

In der Zwischenzeit Basilikum abrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Pizza aus dem Ofen nehmen, mit Pfeffer bestreuen und mit Basilikumblättchen bestreuen und genießen. Tipp: Man kann auch auf die gebackene Pizza noch Ruccola, Parmaschinken oder geschnitzelten und gebratenen Lammrücken geben.

Sören Anders am 09. August 2019

Pizza

Für 4 Personen

Für den Teig:

425 g Weizenmehl (550)	75 g Hartweizengrieß	20 g frische Hefe
250 ml Wasser, sehr kalt	2 EL Olivenöl	1 TL Salz
Mehl	Olivenöl	

Für die Tomatensauce:

600 g Tomaten	1 kleine Zwiebel	2 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl	1 Zweig Rosmarin	2 Zweige Thymian
Salz	Pfeffer	

Für den Belag:

300 g Mozzarella	1 Bund Basilikum	Pfeffer
------------------	------------------	---------

Außerdem:

Pilze, Paprika, usw.

Für den Pizzateig Mehl, Hartweizengrieß, Hefe, Wasser, Olivenöl und Salz in die Rührschüssel der Küchenmaschine geben und mit Knethaken 10 Minuten bei niedrigster Stufe, dann weitere 5 Minuten auf hoher Stufe kneten. Sobald sich der Teig gut vom Schüsselrand löst und einen leichten, matten Glanz hat, ist er fertig.

Den Teig zu einer Kugel formen, zurück in die Schüssel geben, mit einem sauberen Geschirrtuch abdecken und 1 Stunde ruhen lassen.

Für die Tomatensauce die Tomaten am Stielansatz einritzen, kurz im heißen Wasser blanchieren und anschließend häuten. Die Tomaten vierteln, den Strunk entfernen, nach Belieben die Kerne austreichen.

Zwiebel und Knoblauch schälen, fein schneiden und in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen, die Tomaten zugeben und aufkochen.

Thymian und Rosmarin abbrausen, trocken schütteln und zu den Tomaten geben, mit Salz und Pfeffer würzen und alles ca. 45 Minuten ganz leicht köcheln lassen.

Dann die Kräuterzweige entfernen und die Tomatensauce mit einem Pürierstab grob mixen.

Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Den Teig auf wenig Mehl zu einem Rechteck ausrollen, dann auf das mit Öl ausgepinselte Backblech geben und mit Händen gleichmäßig aufs Blech drücken.

Teig mit der Tomatensauce bestreichen. Mozzarella in Stücke zupfen und auf dem Pizzateig verteilen.

Die Pizza im vorgeheizten Ofen ca. 15-18 Minuten backen, bis Boden und Rand knusprig braun sind.

In der Zwischenzeit Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Pizza aus dem Ofen nehmen, mit Pfeffer bestreuen und mit Basilikumblättchen bestreut genießen.

Sören Anders am 28. August 2020

Rahm-Penne mit Brokkoli

Für 4 Personen

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

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

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

Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden.

Pasta nach Packungsanleitung in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen.

Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten.

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

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

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

Kräuter kurz vor dem Servieren unter die Sauce heben.

Pasta abgießen, abtropfen lassen, zur Sauce geben und untermischen.

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

Sören Anders am 25. Oktober 2019

Rahm-Pfifferlinge mit Crêpe

Für 4 Personen

Für die Crêpes:

100 g Mehl	250 ml Milch	2 Eier
50 g flüssige Butter	1 Prise Salz	Butterschmalz

Für die Pfifferlinge:

2 Schalotten	1/2 Bund glatte Petersilie	400 g Pfifferlinge
2 EL Butter	1 TL Mehl	100 ml Weißwein
250 ml Sahne	Salz	Pfeffer

Für die Crêpes Mehl mit Milch, den Eiern und der flüssigen Butter gut verrühren. Mit einer Prise Salz den Teig würzen und 30 Minuten quellen lassen.

Schalotten schälen und fein schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Von den Pfifferlinge die Stielansätze abschneiden, die Pilze mit einem Pinsel gut putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Tipp: Schneller geht das Putzen, wenn man von den Pfifferlingen lediglich die Stielansätze abschneidet, dann in eine Schüssel gibt und mit ca. 2-3 EL Mehl vermengt. Das Mehl bindet den Schmutz und Sand an den Pilzen. Die Pilze in ein Sieb geben, unter fließendem Wasser abspülen und auf einem sauberen Küchentuch trocken tupfen. In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen und nach und nach aus dem Teig dünne Crêpes ausbacken. Die Crêpes auf einen Teller geben und im Backofen bei 60 Grad Ober- und Unterhitze warm halten.

Für die Rahmpfifferlinge die Schalotten in einer Pfanne mit Butter anschwitzen, die Pilze dazu geben, kurz anbraten und mit Mehl bestäuben.

Mit Weißwein ablöschen, Sahne dazugeben und unter ständigem Rühren einige Minuten kochen lassen. Petersilie untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rahmpilze mit den Crêpes servieren. Tipp: Die Rahmpfifferlinge passen auch gut zu Pasta oder Semmelknödeln

Sören Anders am 12. Juli 2019

Ravioli mit Maronen-Füllung, Pilzen und Bergkäse

Für 4 Personen

Für die Ravioli:

250 g Hartweizenmehl	150 g Weizenmehl, (405)	Salz
2 Eier	3-4 Eigelb	150 g Maronen, gar und geschält
1/2 Bund glatte Petersilie	1 Schalotte	1 EL Olivenöl
80 g Bergkäse	100 g Crème-fraîche	Pfeffer

Für die Pilze:

200 g gemischte Speisepilze	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund glatte Petersilie	3 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer		

Aus den beiden Mehlen, 1 Prise Salz, 2 Eiern und Eigelben einen glatten Nudelteig kneten, evtl. noch 2-3 EL Wasser zugeben, falls der Teig zu trocken ist. Den Teig in Frischhaltefolie verpackt mindestens 2 Stunden (am besten über Nacht) im Kühlschrank ruhen lassen. Für die Raviolifüllung die Maronen fein hacken. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, Maronen und Petersilie untermischen und alles in eine Schüssel geben. Bergkäse fein reiben und die Hälfte davon mit Crème-fraîche ebenfalls in die Schüssel geben. Alles gut vermischen und die Füllung mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit einer Nudelmaschine oder einem Nudelholz den Teig dünn ausrollen und in Kreise von ca. 8 cm Durchmesser schneiden. Auf jedes Teigstück 1 TL Füllung geben. Die Teigstücke zu einem Halbkreis zusammenklappen und die Teigränder gut zusammendrücken. Die Pilze putzen und kleinschneiden, Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden. Schnittlauch und Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die vorbereiteten Ravioli in kochendem Salzwasser ca. 4-5 Minuten garen. Schalotten in einer Pfanne mit 3 EL Olivenöl anschwitzen, die Pilze hineingeben und mit anbraten. Knoblauch zugeben, kurz durchschwenken, mit Salz und Pfeffer würzen. Zuletzt die Kräuter untermischen. Die gegarten Ravioli abschütten, anrichten und die Pilze darauf verteilen. Mit restlichem Bergkäse bestreuen und servieren.

Sören Anders am 10. November 2014

Reibekuchen

Für 4 Personen

Für das Kompott:

4 säuerliche Äpfel 2 EL Zucker 80 ml Apfelsaft

Für den Kräuterquark:

$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie $\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch 100 g saure Sahne
250 g Magerquark Salz Pfeffer

Für die Reibekuchen:

700 g Kartoffeln, vorw. festk. 1 kleine Zwiebel 1 Ei
Salz 1 Prise Muskat 5 EL Butterschmalz

Für das Apfelkompott die Äpfel waschen, schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Obstviertel in grobe Stücke schneiden.

In einem großen Topf Zucker zu hellem Karamell schmelzen, die Obststücke zugeben, mit Apfelsaft ablöschen und weichkochen.

In der Zwischenzeit die Kräuter abbrausen, trocken schütteln und fein hacken.

Kräuter mit saurer Sahne und Quark vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zum Servieren kaltstellen.

Das weich gekochte Obst fein pürieren und mit Zucker abschmecken.

Die Kartoffeln schälen und auf der feinen Reibe reiben. Die Kartoffelmasse gut ausdrücken, die Flüssigkeit in einer Schüssel auffangen, die Stärke absetzen lassen.

Den Kartoffelsaft abschütten und die abgesetzte Stärke zu den geriebenen Kartoffeln geben.

Die Zwiebel schälen und ebenfalls fein reiben, dann zusammen mit dem Ei zu den Kartoffeln geben und alles gut vermischen. Die Kartoffelmasse mit Salz und einer Prise Muskat würzen.

In einer Pfanne portionsweise reichlich Butterschmalz erhitzen. Aus der Kartoffelmasse darin nach und nach goldbraune Reibekuchen ausbacken.

Reibekuchen wahlweise mit Apfelmus und Kräuterquark servieren.

Sören Anders am 26. April 2019

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

Rösti mit Spitzkohl-Salat

Für 4 Personen:

600 g Kartoffeln	Salz	600 g Spitzkohl
100 ml Apfelsaft	1 Apfel	1 rote Zwiebel
1 Prise Kreuzkümmel	1/2 TL Fenchelsamen	1 Prise Koriander
3 EL Sonnenblumenöl	Pfeffer	2 EL Butterschmalz
60 g Sauerrahm		

Die Kartoffeln in einem Topf mit Salzwasser halb gar kochen, anschließend pellen. 2. Den Spitzkohl putzen, waschen und vierteln. Den harten Strunk entfernen. Die Spitzkohlblätter in sehr feine Streifen schneiden. In eine Schüssel geben, mit Salz würzen, gut unterkneten und ca.30 Minuten ziehen lassen.

Apfelsaft in einen Topf geben, um die Hälfte einkochen und anschließend abkühlen lassen.

Den Apfel und die rote Zwiebel schälen und fein würfeln.

Kreuzkümmel, Fenchel und Koriander im Mörser mit einer Prise Salz zerstoßen. Eingekochten Apfelsaft mit Sonnenblumenöl verrühren, mit den gemörserten Gewürzen würzen.

Dressing mit Apfel- und Zwiebelwürfeln unter den Spitzkohl mischen und abschmecken. Den Salat etwa 20 Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit die Kartoffeln auf der groben Reibe reiben, mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen, Kartoffelspäne als kleine Rösti in die Pfanne geben und von beiden Seiten ausbacken.

Die Rösti anrichten, darauf einen Klecks Sauerrahm geben und den Spitzkohlsalat obenauf anrichten.

Sören Anders am 01. September 2017

Rote Ravioli mit Auberginen, Tomaten-Soße und Pecorino

Für 4 Personen

Für die Ravioli:

160 g Weizenmehl (Type 405) 80 g Hartweizengrieß 1 Ei, Salz
2 Eigelb 35 g Tomatenmark

Für die Auberginenfüllung:

900 g Auberginen 1 Zweig Thymian 1 Zweig Rosmarin
1 Knoblauchzehe 2 EL Olivenöl 8 getrocknete Tomaten
500 ml Sonnenblumenöl 30 g geriebener Pecorino 1 Ei

Für die Sauce:

450 g Kirschtomaten 2 Knoblauchzehen $\frac{1}{2}$ scharfe Chilischote
150 ml Olivenöl Meersalz $\frac{1}{2}$ Bund Basilikum
50 ml Weißwein 60 ml Gemüsebrühe 50 g Pecorinospäne

Für den Nudelteig: Mehl und Grieß mischen. Mit dem ganzen Ei, Eigelben, Tomatenmark, einer Prise Salz und so viel Wasser wie nötig (ca. 100 bis 125 ml) zu einem festen, seidig glänzenden Teig verkneten. Teig zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und etwa 1 Stunde an einem kühlen Ort, ruhen lassen

Für die Auberginenfüllung: Backofen auf 140 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Etwa die Hälfte (450 g) der Auberginen waschen, längs halbieren und mehrmals mit einer Gabel anstechen. Auberginen in einen Bräter legen. Thymian, Rosmarin abspülen und trocken schütteln. Knoblauch schälen. Kräuter und Knoblauch zu den Auberginen geben. Mit 2 EL Olivenöl beträufeln und leicht salzen. Im vorgeheizten Backofen circa 40 Minuten weich schmoren. Auberginen aus dem Ofen nehmen. Das Fruchtfleisch mit einem Löffel herauschaben, abkühlen lassen und mit den getrockneten Tomaten pürieren. Die übrigen Auberginen waschen, trockenreiben, schälen, klein würfeln und in reichlich heißem Öl frittieren. Auberginenscheiben mit einer Schaumkelle aus dem Öl heben, auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen. Die Scheiben unter das Auberginenpüree mischen und mit geriebenen Pecorino würzen. Den Teig mit einem Nudelholz oder der Maschine sehr dünn (ca. 2 mm) ausrollen. Ei verquirlen und den Teig damit bestreichen. Teig halbieren. Auf eine Hälfte mit einem Teelöffel in etwa 4-5 cm Abstand jeweils etwas Auberginenmasse verteilen. Mit der zweiten Teigplatte abdecken. Die Rund um die Füllung den Teig andrücken und Ravioli ausschneiden.

Für die Sauce: 250 g Tomaten waschen, trockenreiben und klein schneiden. Knoblauch schälen. Chilischote hacken. Die ganzen Zehen mit der Chilischote und 2 EL Olivenöl in einer Pfanne anbraten. Knoblauch entfernen, Tomaten zugeben und um die Hälfte einkochen lassen. Die Masse pürieren und durch ein Sieb passieren. Mit Salz abschmecken. Sauce in zurück in den Topf geben. Das Basilikum abspülen und trocken schütteln. Mit einer Prise Salz und ca. 100 ml Olivenöl zu einer flüssigen Sauce pürieren. Übrige Kirschtomaten in kochendem Wasser blanchieren, häuten, vierteln und entkernen. 2 EL Olivenöl in einer breiten Pfanne erhitzen. Tomaten darin anbraten. Mit Weißwein ablöschen und einköcheln lassen. Brühe zufügen, kurz aufkochen und würzen. Ravioli in reichlich kochendem Salzwasser garen (wenn sie an die Wasseroberfläche steigen sind sie gar). Ravioli abgießen und abtropfen lassen. Mit 1 EL Olivenöl zu den Tomaten geben, etwa 1 Minute mit schmoren und abschmecken. Ravioli mit Tomatensauce, Basilikum und geräucherten Pecorinospänen anrichten.

Sören Anders am 06. Mai 2013

Spaghetti mit grünen Bohnen, Kartoffeln und Pesto

Für 4 Personen

250 g festk. Kartoffeln	300 g Spaghetti	Salz
2 Bund Basilikum	2 Knoblauchzehen	100 g Parmesan
40 g Pinienkerne	120 ml Olivenöl	Pfeffer

Die Bohnen waschen, abtropfen lassen, die Stielansätze und eventuell vorhandene Fäden entfernen. Die Bohnen nach Belieben halbieren.

Die Kartoffeln schälen, waschen und in kleine Würfel schneiden.

In einem Topf ca. 2 l Wasser aufkochen und salzen. Spaghetti, Bohnen und Kartoffeln ins kochende Salzwasser geben. Unter gelegentlichem Rühren 8-10 Minuten sprudelnd kochen.

In der Zwischenzeit für das Pesto Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blätter von den Stielen zupfen. Knoblauch schälen und grob schneiden. Parmesan fein reiben.

Pinienkerne, Basilikum, Knoblauch und etwas Olivenöl in einen Mixer geben und pürieren. Nach und nach das übrige Olivenöl untermixen.

Parmesan unterrühren. Das Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Spaghetti, Bohnen und Kartoffeln abgießen und abtropfen lassen, dabei etwas vom Kochwasser auffangen.

Das Pesto mit etwas Kochwasser flüssiger rühren, zur Pasta-Mischung geben und alles durchschwenken.

Pasta auf vorgewärmten Tellern anrichten, schwarzen Pfeffer aus der Mühle darüber mahlen und servieren.

Sören Anders am 19. Mai 2017

Spargel auf 3 Arten

Für 4 Personen

Für den klassischen Spargel:

800 g weißer Spargel Salz, Zucker 1 TL Butter

Für die Hollandaise:

2 Schalotten 200 ml Weißwein 40 ml Weißweinessig

Salz Pfeffer 120 g Butter

6 Eigelb

Für den gebratenen Spargel:

400 g grüner Spargel 1 EL Olivenöl 3 EL Butter

Zucker

Für den frittierten Spargel:

500 g weißer Spargel 1 Knoblauchzehe Salz, Pfeffer, Mehl

1 TL brauner Zucker 1 TL Zitrone-Abrieb 2 Eier

60 g Kastenweißbrot 300 g Fett

Für den klassischen Spargel: Den Spargel schälen und die trockenen Enden abschneiden. Dann in ein sauberes, angefeuchtetes Geschirr oder Leinentuch wickeln und die Stangen noch kurz, bis zum Kochen, in den Kühlschrank geben.

Zum Kochen des Spargels in einem Topf reichlich Wasser aufkochen, mit Salz, Zucker und der Butterflocke aromatisieren und den Spargel darin ca. 11 Minuten bissfest garen.

Für die Hollandaise: Für die Hollandaise Schalotten schälen, fein schneiden, mit Weißwein und Essig in einen Topf geben und um die Hälfte einkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Reduktion etwas abkühlen lassen.

Butter in einen Topf geben und schmelzen lassen.

Die Eigelbe in einen Schlagkessel geben, mit der Reduktion vermischen und über einem heißen Wasserbad schaumig aufschlagen, langsam die flüssige Butter unterschlagen. Dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Spargel auf Tellern anrichten und mit der Sauce Hollandaise servieren.

Für den gebratenen Spargel: Den grünen Spargel waschen, abtropfen lassen und das untere Drittel schälen. Die trockenen Enden abschneiden. Spargelstangen halbieren, dann der Länge nach vierteln.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Den Spargel darin andünsten. Mit etwas Salz und Zucker würzen und goldgelb mit noch leichtem Biss braten. 1 EL Butter zugeben, unterschwenken und den Spargel mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken

Für den frittierten Spargel: Die Spargelstangen schälen, Knoblauchzehe schälen, fein schneiden. Spargel in einer flachen Schale mit Salz, Pfeffer, Knoblauch, braunem Zucker und Zitronenschale würzen, ca. 10 Minuten marinieren.

Die Eier verquirlen, das Kastenweißbrot fein reiben.

Den Spargel in Mehl, dann in verquirltem Ei und schließlich im geriebenen Brot wälzen.

Die Spargelstangen in einem Topf (oder Fritteuse) mit 160 Grad heißem Fett ausbacken, bis sie außen goldgelb sind, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Die verschiedenen Spargelvarianten anrichten und genießen.

Sören Anders am 03. Mai 2019

Spinat-Lasagne mit Pilzen

Für 4 Personen

Für die Béchamelsauce:

2 EL Butter	2 EL Mehl	300 ml Milch
200 ml Gemüsebrühe	Muskat	Salz, Pfeffer

Für die Füllung:

800 g Spinat	1 Zwiebel	500 g Champignons
4 EL Butterschmalz	Salz	Pfeffer
Muskat	150 g Ricotta	

Zusätzlich:

125 g Mozzarella	1 EL Butter	9 Lasagne-Nudelplatten
------------------	-------------	------------------------

Für den Salat:

500 g Möhren	Salz	1 Prise Zucker
3 EL milder Apfelessig	4 EL Sonnenblumenöl	

Für die Béchamelsauce Butter in einem Topf schmelzen, das Mehl mit einem Schneebesen unterrühren und bei mittlerer Hitze unter kräftigem Rühren anschwitzen.

Die Milch sowie die Brühe langsam unterrühren und zum Kochen bringen, dabei ständig weiterrühren. Sobald die Sauce zu Kochen beginnt, die Hitze reduzieren und unter Rühren ca. 10 Minuten sanft köcheln lassen. Mit Muskat, Salz und weißem Pfeffer abschmecken.

Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen.

Zwiebel schälen, fein schneiden.

Pilze putzen und in Scheiben schneiden.

In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen und die Pilze darin anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen.

In einem breiten Topf restliches Butterschmalz erhitzen, Zwiebel darin anschwitzen, Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Spinat gut abtropfen lassen. Ricotta unter den Spinat mischen.

Mozzarella abtropfen lassen und in Scheiben schneiden.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Eine Auflauf- oder Lasagneform (ca. 20 x 30 cm) mit Butter ausfetten.

Etwas von der Béchamelsauce in die Auflaufform geben und mit einer Schicht Nudelplatten auslegen, auf diese etwas Spinat und einige Pilze verteilen, Sauce angießen und wieder eine Schicht Nudelplatten einlegen. Weiter wie gehabt schichten. Abgeschlossen wird mit einer Schicht Nudelplatten. Darauf die restliche Béchamelsauce geben und Mozzarellascheiben auflegen.

Im vorgeheizten Ofen die Lasagne ca. 30-40 Minuten garen, bis der Käse schön goldbraun geschmolzen ist.

In der Zwischenzeit für den Möhrensalat Möhren putzen, schälen und in feine Scheiben hobeln oder schneiden.

Möhren mit Salz, Zucker, Essig und Sonnenblumenöl in einer Schüssel gründlich vermischen, ziehen lassen.

Lasagne und Möhrensalat servieren.

Sören Anders am 24. April 2020

Spinat-Ricotta-Tortellini mit Tomaten-Soße

Für 4 Personen

Für die Tortellini:

250 g Hartweizenmehl	150 g Weizenmehl, 405	Salz
2 Eier	4-5 Eigelb	100 g Blattspinat
1 Schalotte	1 EL Olivenöl	Pfeffer
50 g Parmesan	200 g Ricotta	

Für die Tomatensauce:

30 g getrocknete Tomaten	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
600 g reife Tomaten	3 EL Olivenöl	1 TL brauner Zucker
2 EL Pinienkerne	2 Zweige Basilikum	Salz, Pfeffer

Aus den beiden Mehlen, 1 Prise Salz, 2 Eiern und 3–4 Eigelben einen glatten Nudelteig kneten, evtl. noch 2-3 EL Wasser zugeben, falls der Teig zu trocken ist. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln mindestens 2 Stunden (am besten über Nacht) im Kühlschrank ruhen lassen.

Für den Sugo die getrockneten Tomaten ca. 30 Minuten in kaltem Wasser einweichen.

Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden.

Die Tomaten waschen, abtrocknen, halbieren, den Stielansatz entfernen und die Kerne austreichen. Fruchtfleisch würfeln.

Eingeweichte getrocknete Tomaten abtropfen und fein hacken.

In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl Schalotten und Knoblauch anschwitzen, mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Getrocknete Tomaten und Tomatenwürfel zugeben und ca. 20 Minuten köcheln.

In der Zwischenzeit die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Für die Füllung Spinat waschen, trocken schütteln und grob schneiden. Schalotte schälen, fein schneiden.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und Schalotten darin anschwitzen. Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Spinat aus der Pfanne nehmen und ausdrücken.

Parmesan fein reiben.

Spinat zum Ricotta geben und vermengen. Übriges Eigelb und Parmesan unterrühren und abschmecken.

Mit einer Nudelmaschine oder einem Nudelholz den Teig dünn ausrollen und in acht Zentimeter lange Quadrate schneiden.

Auf jedes Teigquadrat 1 TL Füllung geben. Das Teigstück diagonal übereinander schlagen, so dass ein Dreieck entsteht. Die Teigränder gut zusammendrücken. Das Dreieck auf den Zeigefinger legen, so dass die Spitze Richtung Handwurzelknochen zeigt. Die beiden Enden um den Zeigefinger wickeln und übereinander schlagen, so dass eine Art Bischofsmütze entsteht. Die Spitze nach außen in Richtung Fingerspitze biegen. Der Daumen drückt dabei gleichzeitig noch beide Enden zusammen.

Die Tortellini in kochendem Salzwasser ca. 4-5 Minuten garen.

Für den Sugo Basilikum abspülen, trocken schütteln und in feine Streifen schneiden. Pinienkerne unter die Tomatensauce mischen, Salz und Pfeffer abschmecken und Basilikum untermischen.

Tortellini mit dem Sugo anrichten und servieren.

Sören Anders am 13. April 2018

Tortellini mit Kräuter-Füllung, Tomaten-Pinienkern-Sugo

Für 4 Personen

Für die Tortellini:

250 g Hartweizenmehl	150 g Weizenmehl, (405)	Salz
2 Eier	3-4 Eigelb	1/2 Bund glatte Petersilie
1/2 Bund Basilikum	3 Stängel Salbei	50 g Parmesan
1 Schalotte	1 EL Olivenöl	200 g Ricotta
1 Eigelb	Pfeffer	

Für den Tomatensugo:

30 g getr. Tomaten	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
600 g reife Tomaten	3 EL Olivenöl	1 TL brauner Zucker
2 EL Pinienkerne	2 Zweige Basilikum	Salz, Pfeffer

Für die Tortellini:

Aus den beiden Mehlen, 1 Prise Salz, 2 Eiern und Eigelben einen glatten Nudelteig kneten, evtl. noch 2-3 EL Wasser zugeben, falls der Teig zu trocken ist. Den Teig in Frischhaltefolie verpackt mindestens 2 Stunden (am besten über Nacht) im Kühlschrank ruhen lassen.

Für den Sugo:

Die getrockneten Tomaten ca. 30 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden. Die Tomaten waschen, abtrocknen, halbieren, den Stielansatz entfernen und die Kerne austreichen. Fruchtfleisch würfeln. Eingeweichte getrocknete Tomaten abtropfen und fein hacken. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl Schalotten und Knoblauch anschwitzen. mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Getrocknete Tomaten und Tomatenwürfel zugeben und ca. 20 Minuten köcheln. In der Zwischenzeit die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Für die Füllung:

Die Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Parmesan fein reiben. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Die Pfanne vom Herd ziehen, die Kräuter untermischen. Kräuterschalotten zum Ricotta geben und vermengen. Eigelb und Parmesan untermischen und abschmecken.

Für die Tortellini:

Mit einer Nudelmaschine oder einem Nudelholz den Teig dünn ausrollen und in acht Zentimeter lange Quadrate schneiden. Auf jedes Teigquadrat 1 TL Füllung geben. Das Teigstück diagonal übereinander schlagen, so dass ein Dreieck entsteht. Die Teigränder gut zusammendrücken. Das Dreieck auf den Zeigefinger legen, so dass die Spitze Richtung Handwurzelknochen zeigt. Die beiden Enden um den Zeigefinger wickeln und übereinander schlagen, so dass eine Art Bischofsmütze entsteht. Die Spitze nach außen in Richtung Fingernagel biegen. Der Daumen drückt dabei immer noch beide Enden zusammen. Die Tortellini in kochendem Salzwasser ca. 4-5 Minuten garen.

Für den Sugo:

Basilikum abspülen, trocken schütteln und in feine Streifen schneiden. Pinienkerne unter die Tomatensauce mischen, Salz und Pfeffer abschmecken und Basilikum untermischen. Tortellini mit dem Sugo anrichten und servieren.

Sören Anders am 23. Juni 2014

Ziegenkäse-Graupen-Bällchen mit Bohnen-Gemüse

Für 4 Personen

Für den Tomatenschaum:

10 Tomaten	1 Knoblauchzehe	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
80 g Sahne		

Für die Bällchen:

ca. 500 ml Gemüsebrühe	2 Schalotten	3 EL Butter
150 g Perlgraupen	50 ml Weißwein	50 g feine Weißbrotbrösel
2 Eigelb	Salz, Pfeffer	150 g Ziegenfrischkäse
ca. 200 g Cornflakes, ungesüßt	ca. 1 kg Frittierfett	

Für die Bohnen:

2 Tomaten	3 Stiele Bohnenkraut	400 g grüne Bohnen
1 Schalotte	2 EL Olivenöl	1 TL Tomatenmark
125 ml Gemüsebrühe	Salz, Pfeffer	

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.

Für die Bällchen die Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen. Schalotten schälen, in feine Würfel schneiden und in einem Topf mit 2 EL Butter glasig anschwitzen. Graupen hinzugeben und mit Weißwein ablöschen. Dann soviel heiße Brühe hinzugeben bis die Graupen mit Flüssigkeit bedeckt sind. Unter ständigem Rühren die Graupen ca. 20 Minuten garen und dabei immer wieder heiße Brühe nach und nach angießen. Wenn die Graupen weich gekocht und die Flüssigkeit gut verkocht ist, den Topf zur Seite ziehen.

In der Zwischenzeit für das Bohnengemüse die Tomaten kurz mit heißem Wasser überbrühen, die Haut abziehen, vierteln, entkernen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Bohnenkraut abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Bohnen putzen und in 3 cm große Stücke schneiden. Schalotte schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 2 EL Olivenöl anschwitzen, Tomatenmark untermischen. Bohnen zugeben, Gemüsebrühe angießen und ca. 15 Minuten dünsten. Dann die Tomatenwürfel und Bohnenkraut untermischen. Noch 5 Minuten köcheln und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Unter die Graupenmasse 1 EL Butter, Weißbrotbrösel und die Eigelbe rühren. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse 8 Bällchen formen und in die Mitte jeweils etwas Ziegenfrischkäse geben. Die gefüllten Bällchen in den Cornflakes wenden und anschließend im heißen Frittierfett (ca. 160 Grad) ausbacken.

Den Tomatensud mit der Sahne in einem Topf erwärmen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem Pürierstab schaumig aufschlagen. Bohnengemüse und die Graupenbällchen auf Tellern anrichten, den Tomatenschaum angießen und servieren.

Sören Anders am 31. Juli 2015

Zitronen-Thymian-Gnocchi, Basilikum-Schaum, Gemüse

Für 4 Personen

Für die Gnocchi:

800 g mehligk. Kartoffeln	3 Zweige Zitronenthymian	3 Eigelb
3-4 EL Kartoffelstärke	Salz, Pfeffer	1 Prise Muskat
2 EL Butter		

Für das Gemüse:

1 gelbe Paprika	1 Zucchini	1 Aubergine
10 Kirschtomaten	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
3 EL Olivenöl	50 ml Weißwein	1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin	Salz, Pfeffer	

Für die Sauce:

1 Schalotte	1 Stange Staudensellerie	1 EL Olivenöl
1 Msp. Muskatblüte	250 ml Gemüsebrühe	100 g Sahne
Salz, Pfeffer	1/2 Bund Basilikum	1 EL Butter

Backofen auf 200 Grad (Umluft:

180 Grad/Gasherd: Stufe 3) vorheizen. Die Kartoffeln in Salzwasser kochen, abschütten, pellen, auf ein Backblech geben und im heißen Ofen bei ca. 5 ausdämpfen lassen. Thymian abspülen, trocken schütteln, die Blättchen fein schneiden. Kartoffeln durch die Presse drücken. Mit Eigelbe und mit Kartoffelstärke mischen bis der Teig trocken und geschmeidig ist. Thymian untermischen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Aus dem Teig Rollen von ca. 2 cm Durchmesser formen, ca. 3 cm lange Stücke abschneiden, zu Gnocchi formen und mit einer Gabel die typischen Rillen eindrücken. In einem Topf mit Salzwasser die Gnocchi kochen bis sie an die Oberfläche steigen, herausnehmen und abtropfen lassen. Die Paprika waschen, halbieren und das Kerngehäuse auslösen, das Fruchtfleisch in 1 cm große Würfel schneiden. Zucchini und Aubergine waschen und ebenfalls in 1 cm große Würfel schneiden. Tomaten waschen und halbieren. Zwiebel und Knoblauch schälen, Zwiebel in 1 cm große Stücke, Knoblauch fein schneiden und in einem Topf mit 2 EL Olivenöl anschwitzen. Dann die Paprika zugeben, mit anschwitzen und mit Wein ablöschen. Thymian und Rosmarinzweig zugeben und 8 Minuten dünsten. Dann Zucchini und Aubergine mit in den Topf geben. Die Gemüsestücke nahezu weich kochen, dann die Tomaten untermischen. Mit Salz, Pfeffer und 1 EL Olivenöl abschmecken. Für die Schaumsauce Schalotte schälen und fein schneiden. Staudensellerie waschen und fein würfeln. In einem Topf mit 1 EL Öl Schalotte und Sellerie anschwitzen. Muskatblüte zugeben und mit der Brühe ablöschen, Sahne angießen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Saucenansatz um etwa die Hälfte einkochen lassen. Basilikum abspülen, trocken schütteln und grob schneiden. Gnocchi in einer Pfanne mit 2 EL Butter warm schwenken. Den Saucenansatz durch ein passieren, Basilikum zugeben, 1 EL Butter in Stückchen mit einem Pürierstab untermixen und die Sauce abschmecken. Gemüse auf die Tellermitte geben, die Gnocchi darum herum verteilen und die Sauce angießen.

Sören Anders am 20. August 2014

Verschiedenes

Gebrannte Mandeln

100 ml Wasser 180 g Zucker 1/2 Vanilleschote
1 Prise Zimt 200 g Mandelkerne, ungeschält

Wasser und Zucker in einen Topf geben.

Vanilleschote längs halbieren, das Mark herausstreichen. Vanillemark und Zimt mit in den Topf geben und alles kurz aufkochen.

Die Mandeln mit in den Topf geben und weiterkochen, bis das Wasser verdunstet ist, dabei immer wieder umrühren.

Dann bei mittlerer Hitze den Zucker, der sich um die Mandeln gelegt hat, vollständig karamellisieren und die Mandeln mit einer gleichmäßigen Schicht überzieht.

Die Mandeln auf ein Stück Backpapier geben und mit 2 Gabeln voneinander trennen. Vorsichtig alles ist sehr heiß! Die Mandeln auf dem Backpapier auskühlen lassen, dann genießen.

Sören Anders am 11. Dezember 2020

Kräuter-Dip

Für 4 Personen

1 Bund glatte Petersilie 1/2 Bund Koriander 1 EL Pinienkerne
15 g Parmesan 1 Knoblauchzehe Salz
40 ml Olivenöl 60 g Crème-fraîche

Für den Kräuterdip Petersilie und Koriander abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Parmesan fein reiben, Knoblauch schälen und grob schneiden.

Kräuterblätter, Pinienkerne, Parmesan, Knoblauch, etwas Salz, Olivenöl und Crème fraîche in einen Mixer geben, fein pürieren und abschmecken.

Sören Anders am 15. Mai 2020

Vorspeisen

Gazpacho mit Ziegenkäse-Cracker

Für 4 Personen

Für die Gazpacho:

1 Gurke	2 Stangen Staudensellerie	2 rote Paprika
2 gelbe Paprika	5 Tomaten	2 Bund Basilikum
60 ml weißer Balsamico	15 ml Himbeeressig	600 ml Tomatensaft
20 g Tomatenmark	Zucker, Salz, Pfeffer	1 Prise Piment d'Espelette
1 Spritzer Tabasco		

Für die Ziegenkäse-Cracker:

4 Scheiben Bauernbrot	2-4 EL Olivenöl	1 Bund Basilikum
1/2 Bund Thymian	30 g getr. Öl-Tomaten	50 g grüne Oliven
300 g Ziegenfrischkäse	Salz, Pfeffer	1 Msp. Zitronenabrieb

Für die Gazpacho:

Gurke schälen, Staudensellerie, Paprika und Tomaten waschen und putzen. Basilikum abspülen, trocken schütteln. Alle Gemüse klein schneiden und mit den Basilikumblättern in ein Mixer geben. Balsamico, Himbeeressig, Tomatensaft und Tomatenmark zugeben. Alles fein mixen und durch ein Sieb passieren. Die Suppe mit etwas Zucker, Salz, Pfeffer, Piment d'Espelette und Tabasco abschmecken und kalt stellen.

Für die Ziegenkäse-Cracker:

Die Brotscheiben in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten knusprig anrösten. Basilikum und Thymian abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Getrocknete Tomaten und Oliven klein schneiden und mit den Kräutern und dem Ziegenfrischkäse gut vermengen. Mit Salz, Pfeffer und etwas abgeriebener Zitronenschale abschmecken. Würzigen Ziegenkäse auf die gerösteten Brotscheiben streichen und zur kalten Suppe servieren.

Sören Anders am 05. Juli 2013

Miesmuscheln in Tomaten-Soße

Für 4 Personen

1,5 kg frische Miesmuscheln	2 rote Zwiebeln	1 Knoblauchzehe
2 Stangen Staudensellerie	3 Zweige Thymian	4 EL Olivenöl
100 ml Weißwein	250 g passierte Tomaten	1 Bund Basilikum
Salz	Pfeffer	

Die Muscheln säubern und kalt abspülen.

Dabei darauf achten, dass die Muscheln geschlossen sind.

Offene und beschädigte Muscheln unbedingt aussortieren und wegwerfen.

Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein schneiden. Staudensellerie waschen, putzen und in feine Scheiben schneiden. Thymian abrausen und trocken schütteln.

3/4 vom Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Staudensellerie darin anschwitzen. Die Muscheln zugeben, Weißwein angießen, passierte Tomaten und Thymianzweige zugeben und die Muscheln zugedeckt ca. 8 Minuten kochen.

Basilikum abrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

Wichtig: Muscheln die sich nicht geöffnet haben aussortieren und wegwerfen.

Die Muscheln in vorgewärmte tiefe Teller verteilen. Restliches Olivenöl unter den Dünstsud rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Sud über die Muscheln verteilen, mit Basilikumblättern garnieren.

Dazu passt frisches Baguette.

Sören Anders am 28. Februar 2020

Miesmuscheln in Weißwein mit warmem Käsetoast

Für 4 Personen

Für die Toasts:

4 Toastbrotsscheiben	30 g Parmesan im Stück	80 g Chesterkäse
50 ml Weißwein	1 Prise Curry	1 Prise Piment-d'Espelette
1 Eigelb	1 EL geschlagene Sahne	

Für die Miesmuscheln:

3 Schalotten	2 Knoblauchzehe	100 g Knollensellerie
100 g Karotte	100 g Lauch	1,5 kg frische Miesmuscheln
3 EL Olivenöl	1 Lorbeerblatt	250 ml kräftiger Weißwein
1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Schnittlauch	

Für den Käsetoast Toastbrote im Toaster rösten leicht rösten.

Parmesan fein reiben. Den Chesterkäse in Würfel schneiden und mit Weißwein, Curry und Piment d'Espelette bei mäßiger Hitze in einem Topf erhitzen und unter Rühren schmelzen.

Sobald der Käse geschmolzen ist, den Topf vom Herd ziehen. Eigelb und Parmesan zugeben, Schlagsahne untermischen. Käsemasse und Toastbrot kurz zur Seite stellen.

Für die Muscheln Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden. Sellerie, Karotte und Lauch schälen bzw. putzen, waschen und fein würfeln.

Die Muscheln säubern und kalt abspülen.

Wichtig: Dabei darauf achten, dass die Muscheln geschlossen sind.

Offene und beschädigte Muscheln unbedingt aussortieren und wegwerfen.

Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Schalotten, Sellerie und Karotte darin anschwitzen, dann Knoblauch, Lauch und das Lorbeerblatt zugeben und kurz anschwitzen. Die Muscheln zugeben, Weißwein angießen und die Muscheln zugedeckt ca. 8 Minuten kochen.

In der Zwischenzeit Petersilie und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Grillschlange des Backofens oder Oberhitze auf höchster Stufe vorheizen.

Käsemasse auf den Toastbrotsscheiben verteilen.

Die vorbereiteten Käsetoasts unter der heißen Grillschlange oder bei Oberhitzen goldbraun überbacken.

Wichtig: Muscheln die sich nicht geöffnet haben, aussortieren und wegwerfen.

Die Kräuter unter die Muscheln mischen.

Mit einem Sieblöffel die Muscheln in tiefe Teller geben, den Topf ankippen und mit einem Suppenlöffel das Gemüse mit dem Fond herauslöfeln und über die Muscheln geben.

Hinweis: Dies sollte vorsichtig geschehen, da sich auf dem Grund noch ein letzter Satz von Sand befinden kann.

Die Muscheln servieren, dazu die Käsetoast reichen.

Sören Anders am 28. Februar 2020

Tafelspitz-Sülze mit Frankfurter grüner Soße

Für 4 Personen

Für die Sülze:

10 Blatt Gelatine	750 ml Kalbsfond	40 ml Champagneressig
Salz, Pfeffer	2 Stängel Liebstöckel	3 Stängel glatte Petersilie
500 g gekochter Tafelspitz	100 g Möhren	100 g Lauch
100 g Schalotten	4 Gewürzgurken	

Für die grüne Sauce:

1 Bund gemischte Kräuter	2 Eier, hart gekocht	1 Schalotte
1 TL Senf	2 EL Essig	30 ml Pflanzenöl
Salz, Pfeffer	100 g Crème-fraîche	

Für die Sülze:

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Den Kalbsfond aufkochen, den Topf vom Herd ziehen und die ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Den Kalbsfond mit Essig, Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Liebstöckel und Petersilie abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. In eine Terrinenform (ca. 1,5 l Inhalt) ungefähr 5 mm Geleekalbsfond angießen. Liebstöckelblättchen als Dekoration auflegen. Im Kühlschrank erstarren lassen. Den Tafelspitz in 5mm große Würfel schneiden. Möhren, Schalotten und Lauch schälen bzw. putzen und in 2 mm große Würfel schneiden. Diese in kochendem Salzwasser 2 Minuten blanchieren, abgießen, abschrecken und auf einem Tuch gut abtrocknen. Gewürzgurken in 2 mm große Würfel schneiden. Petersilie fein hacken. Die Tafelspitz- und Gemüsewürfel mit den Gurkenwürfeln und der Petersilie gut vermischen und in die Form füllen. Etwas festdrücken. Mit der restlichen Gelierbrühe aufgießen und im Kühlschrank, am besten über Nacht, erstarren lassen.

Für die Sauce:

Die Kräuter abspülen, trocken schütteln, z.T. Stiele entfernen und die Kräuter fein schneiden. Die gekochten Eier schälen, halbieren, Eigelbe herausnehmen und durch ein Sieb streichen. Eiweiß fein hacken. Schalotte schälen und sehr fein schneiden. Eigelb mit Schalotte, Senf, Essig und Öl gut verrühren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Die gehackten Kräuter und Eiweiß untermischen und zuletzt die Crème-fraîche untermischen. Zum Anrichten der Sülze die Form kurz in heißes Wasser stellen, die Sülze herausstürzen und in Scheiben schneiden. Sülze auf Tellern mit etwas grüner Sauce anrichten.

Sören Anders am 17. Juli 2013

Topinambur-Schaum mit Muschel-Praline

Für 4 Personen

Für die Muschelpraline:

180 g Kabeljaufilet	1 kg Miesmuscheln	Olivenöl
1 Lorbeerblatt	2 Zweige Thymian	10 g Pfefferkörner
5 g Korianderkörner	100 ml Weißwein	100 ml Wermut
3 Stiele Koriander	6 Scheiben Toastbrot	60 g Sahne
je 1 Prise Curry	Piment d'Espelette	20 ml Sojasauce
15 ml Teriyakisauce	500 g Frittierfett	

Für den Topinamburschaum:

300 g Topinambur	100 g Schalotten	30 g Butter
100 ml Weißwein	500 ml Brühe	200 g Sahne
100 g Crème-fraîche	Salz, Pfeffer, Muskat	

Für die Muschelpraline Den Kabeljau in kleine Stücke schneiden und etwa 30 Minuten anfrieren. Die Muscheln gründlich spülen. Geöffnete Muscheln aussortieren. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen. Muscheln, mit Lorbeerblatt, Kräutern und Gewürzen in den Topf geben. Mit Weißwein und Wermut ablöschen und den Topf mit einem Deckel verschließen und ca. 2 bis 3 Minuten garen, bis alle Muschel geöffnet sind. Geschlossene Muscheln aussortieren. Die gegarten Muscheln abkühlen lassen und das Muschelfleisch aus der Schale lösen. Für den Topinamburschaum Topinambur und die Schalotten putzen bzw. schälen und klein schneiden. Butter in einem Topf erhitzen. Schalotten und Topinambur darin andünsten. Mit Weißwein ablöschen. Brühe, Sahne und Crème-fraîche unterrühren und weich kochen. Koriander abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Toastbrot in 2 mm feine Würfel schneiden. Kabeljaustücke mit Sahne in einen Cutter geben und zu einer Farce pürieren. Das Muschelfleisch klein schneiden und zur Farce geben. Mit Salz, Curry, Piment d'Espelette, Curry, Sojasauce und Teriyakisauce würzen. Aus der Masse pralinengroße Bällchen formen. Diese im feingeschnittenen Toastbrot wenden. Frittierfett auf ca. 160 Grad erhitzen. Die Bällchen darin goldgelb ausbacken. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Suppe pürieren und dabei leicht aufschäumen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Suppe mit den Muschelpralinen anrichten, mit Koriander bestreuen.

Sören Anders am 25. Oktober 2013

Wild

Kaninchen-Ragout mit Lagerfeuer-Kartoffeln

Für 4 Personen für das Ragout:

1 mittelgroßes Kaninchen	Olivenöl	Tomatenmark
Tomaten	Zwiebeln	Sellerie
Weißwein	Rosmarin	Thymian
Salz	Pfeffer	

Für die Kartoffeln:

4 sehr große Kartoffeln	Meersalz
-------------------------	----------

Außerdem:

Sauerrahm	Preiselbeeren
-----------	---------------

Die Kartoffeln gut abscrubben und mit grobem Meersalz in Alufolie wickeln.

Ca. 45 Minuten in der Glut des Lagerfeuers garen.

Das Kaninchen an den Gelenken zerteilen. Den Rumpf in gleich große Stücke teilen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kaninchenteile darin scharf anbraten. Mit Rosmarin, Thymian, Olivenöl, Salz und Pfeffer würzen.

Zwiebeln und Sellerie schälen, in 1x1cm große Würfel schneiden und zum Kaninchen mit in die Pfanne geben. Noch einmal mit Rosmarin, Thymian, Salz und Pfeffer nachwürzen. Die Tomaten vierteln und den Strunk entfernen. Tomatenmark hinzugeben und ganz zum Schluß kurz die Tomaten mitbraten.

Kaninchen und Gemüse mit dem Wein ablöschen und alles ca. 45 Minuten im Sud bei geringer Hitze köcheln lassen. Kräuter, die sich dabei grau verfärben, immer wieder durch frische Kräuter ersetzen. Zum Schluß nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Anrichten das Ragout in tiefen Tellern verteilen und mit Sauerrahm, Preiselbeeren und gehackten Kräutern servieren.

Sören Anders am 08. August 2013

Maibock-Reh-Rücken mit Szechuan-Pfefferjus und Rübchen

Für 4 Personen

300 g Rehknochen	1 Zwiebel	1 Karotte
2 Stangen Staudensellerie	2 EL Speiseöl	1 EL Tomatenmark
1 Lorbeerblätter	1 Wacholderbeeren	1 Pimentkörner
2 schwarze Pfefferkörner	1 lange Pfeffer	175 ml roter Portwein
250 ml Rotwein	1,25 l Fleischfond	1-2 EL Szechuanpfeffer, gemahlen
1 Rehrücken vom Maibock	Salz, Pfeffer	4 kleine Kohlrabi
7 EL Butter	100 ml Gemüsebrühe	200 ml Sahne
4 Eiszapfen-Radieschen	4 Mai-Rübchen	Zucker, Muskat

Den Backofen auf 200 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

Für die Jus:

Die Knochen auf ein Backblech geben und ca. 30 Minuten im Ofen rösten. In der Zwischenzeit Zwiebel und Karotte schälen und grob würfeln. Staudensellerie putzen, waschen und ebenfalls grob würfeln. In einem Schmortopf mit 2 EL Öl die Gemüsegewürfel anrösten. Das Tomatenmark zugeben und kurz mit anrösten. Lorbeerblätter, Wacholderbeeren, Piment- und Pfefferkörner und langen Pfeffer zugeben und mit Portwein ablöschen. Rotwein angießen und die gerösteten Knochen aus dem Ofen ebenfalls zugeben. Mit dem Fond auffüllen und ca. 6 Stunden ganz leicht simmern lassen. Dann die Sauce durch ein Sieb passieren und auf die gewünschte Konsistenz einkochen. Die Sauce mit Szechuanpfeffer abschmecken.

Für den Rehrücken:

Den Backofen auf 140 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Den Rehrücken mit Salz und Pfeffer würzen, dann in den vorgeheizten Ofen geben und so lang garen, bis die Kerntemperatur 52 Grad beträgt.

Für das Gemüse:

In der Zwischenzeit Kohlrabi schälen, klein schneiden und in einem Topf mit 5 EL Butter anschwitzen. Brühe und Sahne angießen und Kohlrabi weich kochen. Die Eiszapfen und Rübchen putzen und in Salzwasser weich kochen. Herausnehmen, abtropfen lassen und in einer Pfanne mit 2 EL Butter glasieren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Wenn der Kohlrabi weich gekocht ist, Kohlrabi mit Kochflüssigkeit fein pürieren, nach Wunsch durch ein Sieb passieren und auf die gewünschte Konsistenz einkochen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Das Fleisch aus dem Ofen herausnehmen, kurz ruhen lassen und in einer heißen Pfanne mit 2 EL Öl von allen Seiten kurz anbraten. Die Pfefferjus nochmals erwärmen. Das Fleisch aufschneiden und auf Tellern anrichten. Das glasierte Gemüse und das Püree dazugeben und die Pfefferjus angießen.

Sören Anders am 03. Mai 2013

Reh-Medaillons mit Parmesan-Kruste und junger Roter Bete

Für 4 Personen

Rote Bete und Sauce:

8 junge Rote Bete-Knollen	ca. 300 g grobes Meersalz	350 ml Apfelsaft
400 ml Rote-Bete-Saft	1 TL Fenchelsamen	1 TL Kümmelsamen
2 EL Balsamico	1 Spritzer Tabasco	Salz
Pfeffer	2 EL kalte Butter	

Für das Fleisch:

40 g Parmesan	125 g weiche Butter	60 g Weißbrotbrösel
Pfeffer	Salz	600 g Rehrücken, ausgelöst
2 EL Pflanzenöl		

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Rote Bete putzen und gründlich waschen.

Grobes Meersalz ca. 1 cm hoch in einer Auflaufform verteilen. Die Rote Bete-Knollen auf das Salz setzen. Im heißen Backofen ca. 30 Minuten weich garen.

In der Zwischenzeit für die Gratiniermasse Parmesan fein reiben. Die weiche Butter zusammen mit Weißbrotbröseln, Parmesan und etwas Pfeffer zu einer Masse verkneten. Mit Salz abschmecken.

Die Masse zwischen zwei Backpapierblättern dünn ausrollen und kühl stellen.

Gegarte Rote Bete aus dem Ofen herausnehmen und erkalten lassen.

Die Backofen-Temperatur auf 100 Grad Umluft reduzieren.

Vom Rehrücken Sehnen und die Silberhaut entfernen. Das Fleisch in 8 Medaillons schneiden und auf ein Backofengitter legen. Ca. 20 Minuten im heißen Backofen bis zu einer Kerntemperatur von 54 Grad garen.

Inzwischen für die Sauce Apfel- und Rote-Bete-Saft in einen Topf geben. Fenchel- und Kümmelsamen zugeben und die Flüssigkeit um die Hälfte einkochen.

Gegarte Rote Bete schälen und in Spalten schneiden.

Saucenansatz durch ein Sieb passieren. Dann mit Balsamico, Tabasco, Salz und Pfeffer abschmecken. Kalte Butter stückchenweise mit dem Schneebesen unterrühren.

Rote Bete-Spalten in der Sauce erwärmen.

Rehmedaillons aus dem Ofen nehmen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Medaillons darin von jeder Seite ca. 2 Minuten braten.

Den Backofen auf mittlere Grillfunktion oder Oberhitze vorheizen.

Aus der gekühlten Gratiniermasse Rechtecke in der Größe der Medaillons schneiden.

Gebratene Medaillons auf ein Backblech legen, mit der Gratiniermasse belegen und kurz im Backofen unter dem Grill gratinieren.

Rehmedaillons und Rote Bete-Spalten auf Tellern anrichten und die Sauce angießen. Dazu passt Kartoffelpüree.

Sören Anders am 25. Mai 2018

Reh-Rücken mit Gorgonzola, Preiselbeerbirne, Portwein-Soße

Für 4 Personen

Für das Fleisch:

600 g Rehrücken, ausgelöst	Speiseöl	2 Birnen
2 EL Zucker	1 Spritzer Zitronensaft	2 EL Butterschmalz
Salz	Pfeffer	100 g Gorgonzola
4 TL Preiselbeeren		

Für die Sauce:

1 Schalotte	1 Stange Staudensellerie	3 EL Butter
250 ml Wildfond	100 ml Portwein	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Vom Rehrücken Sehnen und die Silberhaut entfernen. Das Fleisch in Medaillons von ca. 70 g schneiden und auf ein feines, leicht geöltes Backofengitter verteilen.

Gitter auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen. Medaillons im heißen Ofen ca. 25 Minuten, bis zu einer Kerntemperatur von 54 Grad garen.

Inzwischen Birnen waschen, schälen, halbieren, das Kerngehäuse mit einem Kugelausstecher austechen.

In einem Topf etwas Wasser, Zucker und Zitronensaft aufkochen. Die Birnenhälften darin einige Minuten blanchieren, sodass sie noch etwas Biss haben. Dann herausnehmen und gut abtropfen lassen.

Für die Sauce Schalotte schälen und fein schneiden. Staudensellerie putzen, waschen und fein würfeln.

In einem Topf etwas Butter erhitzen. Schalotte und Sellerie darin andünsten, mit dem Wildfond ablöschen und diesen um etwa die Hälfte einkochen lassen. Dann Portwein zugeben und nochmals kurz köcheln lassen.

Den Saucenansatz durch ein feines Sieb passieren, restliche Butter in Stückchen mit einem Pürierstab untermixen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rehmedaillons aus dem Ofen nehmen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Medaillons darin von jeder Seite ca. 2 Minuten braten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Backofen auf mittlere Grillfunktion oder Oberhitze vorheizen

Gorgonzola in Scheiben schneiden, die in etwa die Größe der Fleischmedaillons haben.

Gebratene Medaillons auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen, jeweils mit einer Scheibe Käse belegen. Im Backofen kurz gratinieren.

Preiselbeeren in die vorbereiteten Birnen füllen.

Rehmedaillons und Birnen auf vorgewärmten Tellern anrichten. Sauce angießen. Dazu passen dünne Bandnudeln.

Sören Anders am 19. Oktober 2018

Reh-Rücken mit Topinambur und Rote Bete-Sauce

Für 4 Personen

4 Medaillons vom Rehrücken	400 ml Rote Bete Saft	400 ml Apfelsaft
1 Prise Fenchelsamen	1 Prise Kümmel	700 g Topinambur
3 EL Butter	50 ml Weißwein	100 ml Gemüsebrühe
1/2 Bund glatte Petersilie	ca. 300 g Frittierfett	Salz
60 ml Sahne	Pfeffer, Muskat	1 EL Butterschmalz
1 Spritzer Balsamico	2 Tropfen Tabasco	1 TL Speisestärke

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Die Rehrückenmedaillons auf ein Backofengitter geben und ca. 25 Minuten im vorgeheizten Ofen garen. Für die Sauce Rote Bete, Saft und Apfelsaft in einen Topf geben. Fenchel- und Kümmelsamen mit dem Mörser fein zerstoßen und zugeben. Die Flüssigkeit langsam um etwas mehr als die Hälfte einkochen lassen. 2 Topinamburknollen zur Seite legen, restlichen Topinambur schälen und in kleine Würfel schneiden. In einem Topf 2 EL Butter schmelzen, Topinamburwürfel zugeben und leicht anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und mit Brühe auffüllen. Topinambur weich kochen. Die übrigen Topinamburknollen gut waschen und in sehr dünne Scheiben hobeln. Petersilie abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Frittierfett in einem Topf auf ca. 130 Grad erwärmen und nacheinander Topinamburscheiben und Petersilienblätter knusprig ausbacken, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und leicht salzen. Zu den weich gekochten Topinamburwürfeln die Sahne geben, kurz aufkochen, dann fein pürieren. Das Püree mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Fleischstücke aus dem Ofen nehmen und in einer heißen Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten kurz anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Rote Bete Sauce mit Essig, Tabasco, Salz und Pfeffer abschmecken. Stärke mit 1 EL Wasser verrühren und die Sauce damit binden. Zuletzt 1 EL Butter unter die Sauce rühren. Die Rehmedaillons mit dem Topinamburpüree anrichten, die Sauce angießen und über das Püree die frittierten Topinamburscheiben und Petersilie streuen.

Sören Anders 21. September 2012

Reh-Schnitzel mit Quitten und Pistazien-Creme

Für 4 Personen

Für Quitten, Schnitzel:

2 reife Quitten	1 EL Zitronensaft	3 EL Zucker
2 Gewürznelken	1 Lorbeerblatt	1 Zimtstange
200 ml Weißwein	300 ml Apfelsaft	8 Rehschnitzel à 80 g
2 EL Pflanzenöl	Salz, Pfeffer	5 EL Mehl

Für das Pistazien-Creme:

80 g Weißbrot	300 ml Milch	150 g Pistazienkerne
2 Knoblauchzehen	6 Zweige Thymian	Salz, Pfeffer

Von den Quitten zunächst den Flaum mit einem Geschirrtuch gründlich abreiben. Die Quitten schälen, vierteln, entkernen und in schmale Scheiben schneiden. Sofort mit dem Zitronensaft mischen.

Den Zucker in einem Topf goldgelb karamellisieren, die Quittenstücke, Gewürznelken, Lorbeerblatt und Zimtstange zugeben, unterrühren und Wein und Apfelsaft angießen. Bei mittlerer Hitze 15-20 Minuten leicht köcheln lassen.

Den Backofen auf 190 Grad Umluft vorheizen.

Für die Creme das Brot in ca. 1 cm große Stücke reißen. Diese auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Ofen etwa 7 Minuten goldbraun rösten.

Anschließend die gerösteten Brotstücke in eine Schüssel geben und die Milch darüber gießen, etwas ziehen lassen. Dann die Brotstücke ausdrücken und sowohl Milch als auch das eingeweichte Brot beiseite stellen.

Pistazien in der Pfanne ohne Fett rösten. Knoblauch schälen und grob schneiden.

Thymian abrausen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen.

Das weiche Brot zusammen mit den Pistazien, den Knoblauchzehen, den Thymianblättchen, Salz und Pfeffer mit einem Pürierstab glattrühren.

Nach und nach soviel Milch untermixen, bis eine sämige Creme entsteht.

Die Rehschnitzel waschen, trocken tupfen, mit einem Plattier-Eisen zwischen 2 Lagen Frischhaltefolie oder einem Tuch flachklopfen.

In einer Pfanne das Öl erhitzen, die Rehschnitzel mit Salz und Pfeffer würzen, in Mehl wenden, gut abklopfen und im heißen Öl von beiden Seiten goldbraun braten.

Die Schnitzel und Quitten auf vorgewärmten Tellern anrichten. Die Pistazien-Creme dazu servieren.

Sören Anders am 11. September 2020

kurz vorm Gelieren vorsichtig in die Kamine der Pastete gießen und sie damit verschließen. Die Pastete im Kühlschrank über Nacht zugedeckt kühl stellen.

Für die Konfitüre:

Die Schalotten schälen. In 1 EL heißer Butter andünsten, mit Zucker bestreuen und 4 Minuten weiterdünsten. Portwein, Lorbeer und Honig dazugeben und einkochen lassen bis die gewünschte Konsistenz entstanden ist. Danach mit Salz würzen.

Für die Sauce:

Cumberland Orangen waschen und trockenreiben. Die Hälfte der Orangenschale mit einem scharfen Küchenmesser sehr dünn, ohne die weiße Haut abschälen. Orangensaft auspressen. Wein, Orangensaft und Orangenschale bei milder Hitze 5 Minuten einkochen. Dann durch ein Sieb in eine Schüssel gießen. Johannisbeergelee, Senf, Meerrettich und Portwein zugeben und zu einer glatten Sauce verrühren. Mit etwas Salz abschmecken. Pastete in Scheiben schneiden, mit Sauce Cumberland und Portweinzwiebeln anrichten. Dazu passt Feldsalat.

Sören Anders am 03. Dezember 2013

Wurst-Schinken

Bratapfel mit gebratener Blutwurst, Kartoffel-Püree

Für 4 Personen

Für die Bratäpfel:

2 rote Zwiebeln	3 EL Butterschmalz	60 g Weiß- oder Graubrot
4 säuerl. Äpfel, mittelgroß	3 Zweige Thymian	60 g Camembert
50 g Doppelrahm-Frischkäse	Salz	Pfeffer
2 EL Butter		

Für das Kartoffelpüree:

600 g Kartoffeln, mehligk.	Salz	200 ml Milch
80 g Butter	1 Prise Muskat	

Für die Blutwurst:

350 g Blutwurst, geräuchert	3 EL Mehl	2 EL Butterschmalz
-----------------------------	-----------	--------------------

Für die Bratäpfel die Zwiebeln schälen, fein schneiden.

In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen und die Zwiebeln darin goldbraun rösten.

Das Brot in 5 mm große Würfel schneiden.

In einer Pfanne restliches Butterschmalz erhitzen und die Brotwürfel darin knusprig rösten.

Für das Kartoffelpüree die Kartoffeln schälen und in Salzwasser weichkochen.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Äpfel abbrausen, trockenreiben und jeweils einen Deckel abschneiden. Die Kerngehäuse großzügig ausstechen oder schneiden, dabei die Böden nicht mit durchstechen.

Thymian abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen.

Den Camembert fein würfeln und mit Frischkäse, Thymian, Zwiebeln und Brotwürfeln mischen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Äpfel in eine Auflaufform setzen, mit der Käse-Brot-Mischung füllen. Die Butter schmelzen, die Äpfel damit bestreichen.

Die Äpfel auf der mittleren Schiene ca. 20 Minuten im vorgeheizten Ofen garen.

Gekochte Kartoffeln abgießen und noch heiß durch eine Kartoffelpresse drücken.

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

Milch zu den Kartoffeln geben und gut verrühren. Braune Butter untermischen und das Püree mit Salz und Muskat abschmecken, warm stellen.

Die Blutwurst ggf. aus der Hülle lösen, in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden und mit Mehl bestäuben.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen, die Blutwurststücke darin von beiden Seiten kräftig anrösten. Anschließend auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen.

Die Bratäpfel mit dem Kartoffelpüree und der Blutwurst servieren.

Sören Anders am 06. November 2020

Calzone mit Salami

Für 4 Personen

Für den Teig:

425 g Weizenmehl (550)	75 g Hartweizengrieß	20 g frische Hefe
250 ml Wasser, sehr kalt	2 EL Olivenöl	1 TL Salz
Olivenöl	Mehl	

Für die Tomatensauce:

600 g Tomaten	1 kleine Zwiebel	2 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl	1 Zweig Rosmarin	2 Zweige Thymian
Salz	etwa Pfeffer	

Für den Belag:

300 g Mozzarella	100 g Salami (feine Scheiben)	1 Bund Basilikum
80 g italienischer Hartkäse		

Für den Pizzateig Mehl, Hartweizengrieß, Hefe, Wasser, Olivenöl und Salz in die Rührschüssel der Küchenmaschine geben und mit Knethaken 10 Minuten bei niedrigster Stufe, dann weitere 5 Minuten auf hoher Stufe kneten. Sobald sich der Teig gut vom Schüsselrand löst und einen leichten, matten Glanz hat, ist er fertig.

Den Teig zu einer Kugel formen, zurück in die Schüssel geben, mit einem sauberen Geschirrtuch abdecken und 1 Stunde ruhen lassen.

Für die Tomatensauce die Tomaten am Stielansatz einritzen, kurz im heißen Wasser blanchieren und anschließend häuten. Die Tomaten vierteln, den Strunk entfernen, nach Belieben die Kerne austreichen.

Zwiebel und Knoblauch schälen, fein schneiden und in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen, die Tomaten zugeben und aufkochen.

Thymian und Rosmarin abbrausen, trocken schütteln und zu den Tomaten geben, mit Salz und Pfeffer würzen und alles ca. 45 Minuten ganz leicht köcheln lassen.

Dann die Kräuterzweige entfernen und die Tomatensauce mit einem Pürierstab grob mixen.

Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Den Teig in vier Portionen teilen. Teigstücke nacheinander rund ausrollen und auf ein mit Olivenöl ausgepinseltes Backblech legen.

Jeden Teigkreis zur Hälfte mit etwas Tomatensauce bestreichen. Mozzarella in Stücke zupfen und auf der Tomatensauce verteilen, ebenfalls die Salami.

Basilikum abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und ebenfalls auf die Teigkreise geben.

Vorsichtig die unbelegte Teigseite über die Füllung klappen, sodass pro Blech zwei Halbkreise entstehen, Ränder gut festdrücken.

Den Rest der Tomatensauce auf der Calzone verteilen. Den Käse reiben und darüber streuen.

Die Bleche nacheinander in den heißen Ofen schieben. Calzone jeweils ca. 15 Minuten goldbraun und knusprig backen.

Sören Anders am 28. August 2020

Flammkuchen und Bratwürste

Für 4 Personen

Für den Teig:

20 g Hefe	2 EL Wasser, lauwarm	250 g Mehl
100 ml Buttermilch	2 EL Olivenöl	1 Prise Zucker
1 TL Salz		

Für den Belag:

4 Schalotten	100 g durchw. geräuch. Speck	1 Bund Schnittlauch
150 g Crème fraîche	Pfeffer	

Für die Bratwürste:

2 Zwiebeln	3 EL Pflanzenöl	4 Thüringer Rostbratwürste
4 Brötchen	Senf	

Für den Teig die Hefe in einer Tasse mit lauwarmem Wasser auflösen.

Das Mehl in eine Rührschüssel geben, eine Mulde eindrücken und die gelöste Hefe angießen. Etwas Mehl vom Schüsselrand darüber geben. Buttermilch, Olivenöl, 1 Prise Zucker und Salz zufügen und alles zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig in der Schüssel abgedeckt bei Zimmertemperatur 1 Stunde gehen lassen.

Den gegangenen Teig nochmals durchkneten und in 4 gleich große Stücke teilen und diese abgedeckt nochmals 30 Minuten ruhen lassen.

Den Backofen (wenn möglich mit Backstein) auf 250 Grad Ober- und Unterhitze 20 Minuten vorheizen.

Für den Belag Schalotten schälen und in feine Ringe schneiden. Speck fein würfeln. Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Die Teigstücke nach und nach auf der bemehlten Arbeitsfläche zu dünnen Teigkreisen ausrollen. Dann einen Teigfladen auf einen bemehlten Holzschieber ziehen. (Wer keinen Backstein hat, gibt den Teig auf einen leicht bemehlten Bogen Backpapier, das Backblech sollte bereits im vorgewärmten Ofen sein).

Jeden ausgerollten Teigfladen mit etwa 3 EL Crème fraîche bestreichen. Jeweils einige Speckwürfel und Schalotten darauf verteilen. Mit Pfeffer würzen.

Tipp: Anstatt Speck kann man auch klein gewürfelte Champignons verwenden.

Den Fladen auf den heißen Backstein schieben und ca. 6 Minuten knusprig backen.

In der Zwischenzeit die weiteren Teigstücke ausrollen und belegen. Nach und nach backen.

Gebackenen Flammkuchen mit dem Schieber aus dem Ofen holen, mit Schnittlauch bestreuen, in Stücke schneiden und sofort servieren.

Für die Bratwürste die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden.

In einer Pfanne die Hälfte des Öls erhitzen und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze goldgelb dünsten.

Restliches Öl erhitzen und die Bratwürste darin bei mittlerer Hitze von allen Seiten braten und garen.

Die Brötchen aufschneiden. Nach Belieben etwas Senf auf eine Brötchenhälfte streichen. Gedünstete Zwiebeln darauf verteilen, Bratwurst darauf geben und mit der oberen Brötchenhälfte belegt anrichten.

Sören Anders am 11. Dezember 2020

Flammkuchen

Für 4 Personen

Für den Teig:

20 g Hefe	2 EL Wasser, lauwarm	250 g Mehl
100 ml Buttermilch	2 EL Olivenöl	1 Prise Zucker
1 TL Salz		

Für den Belag:

200 g Schalotten	100 g Schwarzwälder Schinken	1 Bund Schnittlauch
150 g Crème-fraîche	Pfeffer	

Für den Teig die Hefe in einer Tasse mit lauwarmem Wasser auflösen.

Das Mehl in eine Teigschüssel geben, eine Mulde eindrücken und die aufgelöste Hefe angießen. Etwas Mehl vom Schüsselrand darüber geben. Buttermilch, Olivenöl, 1 Prise Zucker und Salz zufügen und alles zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig in der Schüssel abgedeckt bei Zimmertemperatur 1 Stunde gehen lassen.

Den gegangenen Teig nochmals durchkneten und in 4 gleich große Stücke teilen und diese abgedeckt nochmals 30 Minuten ruhen lassen.

Den Backofen (wenn möglich mit Backstein) auf 250 Grad Ober- und Unterhitze 20 Minuten vorheizen.

Für den Belag Schalotten schälen und in feine Ringe schneiden. Schinken fein würfeln. Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Die Teigstücke nach und nach auf der bemehlten Arbeitsfläche in dünne Teigkreise ausrollen.

Dann einen Teigfladen auf einen bemehlten Holzschieber ziehen. (Wer keinen Backstein hat gibt den Teig auf einen leicht bemehlten Bogen Backpapier, das Backblech sollte bereits im vorgewärmtten Ofen sein)

Jeden ausgerolltem Teigfladen mit etwa 3 EL Crème fraîche bestreichen. Jeweils etwa 1 EL gewürfelter Schinken und je 2 EL Schalotten darauf verteilen. Mit Pfeffer würzen.

Den Fladen auf den heißen Backstein schieben und ca. 6 Minuten knusprig backen.

In der Zwischenzeit die weiteren Teigstücke ausrollen und belegen. Nach und nach backen.

Gebackenen Flammkuchen mit dem Schieber aus dem Ofen holen, mit Schnittlauch bestreuen, in Stücke schneiden und sofort servieren.

Belag mit Aprikosen und Ziegenfrischkäse:

Pro Flammkuchen 2 Aprikosen waschen, halbieren, den Stein entfernen und Aprikose in feine Spalten schneiden. 1 Zweig Rosmarin abbrausen, trocken schütteln, die Nadeln abstreifen und fein schneiden. 3 EL Crème fraîche auf dem ausgerollten Teig verstreichen. Die Aprikosenspalten und Rosmarin darauf verteilen. 40 g Ziegenfrischkäse darüber bröseln und backen.

Sören Anders am 21. Juni 2019

Hot Dog

Für 4 Personen

Für die Hot Dog-Brötchen:

2 Eier	40 g frische Hefe	250 ml Milch
500 g Weizenmehl	2 EL Zucker	1 Prise Salz
50 g weiche Butter		

Für Hot-Dog Variante 1:

2 Zwiebeln	3 EL Pflanzenöl	1 rote Zwiebel
4 Cornichons	3 EL Senf	4 Bratwürste
4 EL Ketchup	4 EL Mayonnaise	

Für Hot-Dog Variante 2:

50 g Frischkäse	2 EL Mayonnaise	1 EL Sahnemeerrettich
300 g Rotkohl	Salz	2 EL Essig
100 g Sellerie	1 rote Zwiebel	1 EL Pflanzenöl
4 lange Rostbratwürste		

Für Hot Dog Variante 3:

2 Zwiebeln	2 rote Paprika	3 EL Olivenöl
1 TL Tomatenmark	Salz	Pfeffer
8 scharfe Lambratwürste	2 EL Harissa	

Für den Teig ein Ei trennen. Das Eigelb abgedeckt kaltstellen, das Eiweiß wird gleich weiterverarbeitet.

Die Hefe in der zimmerwarmen Milch auflösen.

Das Mehl mit dem Zucker, Salz, Butter, dem Eiweiß und einem ganzen Ei in eine Rührschüssel geben, die Hefemilch zugeben und mit den Knethaken zu einem glatten Teig kneten.

Den Teig abgedeckt gehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat (am besten über Nacht im Kühlschrank).

Den gegangenen Teig halbieren und mit Hand zu ca. 20 x 20 cm großen Quadraten ziehen. Von jedem Quadrat dann 6 gleich große Streifen schneiden. Diese auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und eine weitere Stunde gehen lassen. Dabei darauf achten, dass zwischen den Brötchen genug Abstand ist.

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

as übrige Eigelb mit 1 EL Milch mischen, die Brötchen damit einstreichen. Restliche EiMilch beiseitestellen. Die Brötchen auf der mittleren Schiene im vorgeheizten Backofen ca.

20 Minuten backen. Wenn sie goldgelb sind, die Brötchen herausnehmen und mit der restlichen Ei-Milch bestreichen und ein paar Minuten abkühlen lassen.

Für die Hot-Dog Variante 1 die Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden.

In einer Pfanne etwas Pflanzenöl erhitzen und die Zwiebelringe bei mittlerer Hitze langsam goldbraun rösten, dann zur Seite stellen.

Die rote Zwiebel schälen und fein schneiden. Die Cornichons der Länge nach in feine Scheiben schneiden.

Die Hot Dog Brötchen der Länge nach aufschneiden und mit Senf auf beiden Seiten bestreichen. Das restliche Öl in einer Pfanne erhitzen und die Bratwürste darin rundherum goldbraun braten.

Die Würste in die Brötchen legen und die Gurkenscheiben links und rechts einlegen.

Ketchup und Mayonnaise auf der Wurst verteilen, darüber die gehackte rote Zwiebel streuen.

Als Topping die Röstzwiebeln darauf geben und servieren.

Für die Hot-Dog-Variante 2 den Frischkäse mit der Mayonnaise und dem Meerrettich verrühren. Den Rotkohl putzen, waschen und in feine Streifen hobeln. Etwas Salz zugeben und etwa 3 Minuten kneten, dann die Hälfte vom Essig unterkneten.

Sellerie putzen, waschen und in feine Streifen schneiden. Etwas Salz zugeben und etwa 3 Minuten kneten, dann restlichen Essig unterkneten.

Rotkrautstreifen und Sellerie etwas ruhen lassen, zwischendurch immer etwas kneten.

In der Zwischenzeit die Zwiebel schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Rostbratwürste rundherum goldbraun braten.

Die Hot Dog Brötchen der Länge nach aufschneiden und mit der Frischkäse-MeerrettichMayo bestreichen. Darauf etwas Rotkohl verteilen und je eine Bratwurst auflegen. Mit dem Sellerie die Bratwurst leicht bedecken und die Zwiebeln darüberstreuen. Brötchen leicht zusammendrücken und servieren.

Für die Hot-Dog Variante 3 Zwiebel schälen und fein schneiden. Paprika waschen, halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden.

In einer tiefen Pfanne die Hälfte vom Olivenöl erhitzen, gewürfelte Zwiebel darin anschwitzen, dann Tomatenmark und Paprika zugeben und braten, mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer weiteren Pfanne das restliche Öl erhitzen und die Merguez darin rundherum braten.

Die Brötchen aufschneiden, jeweils mit etwas Harissa bestreichen, die gebratenen Paprika-Zwiebeln und je 2 Würstchen darauf geben, Brötchen leicht zusammendrücken und servieren.

Sören Anders am 05. Juni 2020

Pasta mit Linsen, Hackbällchen und mariniertem Apfel

Für 4 Personen

Für die Linsen:

300 g grüne Linsen	1 Stange Staudensellerie	1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen	1 Chilischote	2 EL Olivenöl
500 ml Hühnerbrühe	400 g kleine Teigwaren	Salz
Pfeffer	50 g Parmesan	

Für die Äpfel:

1 Bio-Zitrone	3 Äpfel	1 TL süßer Senf
3 EL Rapsöl	Salz	Pfeffer
1 Prise Zucker	1 Lauchzwiebel	

Für die Bällchen:

4 Salsiccia	1 EL Olivenöl
-------------	---------------

Linsen unter fließendem Wasser waschen. Dann in einer Schüssel mit reichlich kaltem Wasser 6-10 Stunden einweichen.

Eingeweichte Linsen abgießen und in einem Topf mit reichlich Wasser (ungesalzen) aufkochen und 30 Minuten kochen.

Währenddessen für die marinierten Äpfel die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

Die Äpfel waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen. Äpfel in dünne Spalten schneiden. Zitronensaft mit Zitronenabrieb, Senf, Öl, 1 Prise Salz, Pfeffer und Zucker verrühren und über die Äpfel geben. Gut durchmengen und ziehen lassen.

In der Zwischenzeit Staudensellerie gründlich putzen, waschen und in Scheibchen schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden. Die Chilischote waschen, der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und Chili kleinschneiden.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und Sellerie mit der Zwiebel, dem Knoblauch und der Chili etwa 3 Minuten dünsten.

Nach 30 Minuten Kochzeit das Linsenwasser abgießen. Hühnerbrühe und das Gemüse aus der Pfanne zu den Linsen in den Topf geben und zugedeckt 10 Minuten köcheln.

Dann die Nudeln zu den Linsen geben und im Linsentopf fertig garen, etwa 10 Minuten offen köcheln lassen. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp: Falls die Flüssigkeit nicht ausreicht, noch etwas kochend heißes Wasser angießen, damit die Pasta-Linsen nicht zu trocken werden, sie sollte eine leicht flüssige, sämige Konsistenz haben. Salsiccia aufschneiden und das Brät herausdrücken. Aus dem Brät kleine Kugeln formen und diese etwas flach andrücken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Hackbällchen darin von allen Seiten knusprig braten.

Die Lauchzwiebel putzen, waschen, kleinschneiden und kurz vor dem Servieren unter die Äpfel mischen.

Die Hackbällchen aus der Pfanne nehmen und kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Die Linsen mit der Pasta in tiefe Teller geben und die Hackbällchen darauflegen.

Parmesan frisch reiben und über das Gericht streuen. Die marinierten Äpfel dazu reichen.

Sören Anders am 04. September 2020

Index

- Ananas, 12
Apfel, 74
Artischocke, 113
Aubergine, 115, 122
Avocado, 57, 64
- Beeren, 6, 13
Birne, 98
Birnen, 11
Blumenkohl, 52
Blutwurst, 142
Bohnen, 61, 89, 116
Bratklops, 47
Bratwurst, 144, 146
Brokkoli, 109
Brot, 126, 128, 130
Butter, 80
- Calzone, 143
Chicoree, 19
Chili, 81
Couscous, 97
Crème, 11, 13, 124
Crepes, 110
Croutons, 88
Curry, 80, 95
- Dip, 124
- Eier, 92, 96, 99, 100, 103, 104, 110, 111, 113,
117, 119, 120
Eintopf, 84
Eis, 6
Enten-Brust, 36
Erbsen, 30, 39, 52, 96
Erdbeeren, 7
- Fisch, 87
Fisch-Curry, 20
Fisch-Filet, 20, 21
Flammkuchen, 144, 145
Fleisch, 51, 52, 54, 57, 65, 66, 85–87, 129
Forellen-Filet, 22
Früchte, 13
- Frikassee, 39
Frischkäse, 92–94, 97, 106, 121
- Gans, 37
Garnelen, 60
Gazpacho, 86
Geschmnetzeltes, 54
Gnocchi, 122
Grapefruit, 13
Gulasch, 66
Gurke, 2, 18, 27, 60, 64, 65, 72, 81, 86, 87,
93, 126, 129
- Hähnchen-Brust, 38, 41
Hähnchen-Schenkel, 41
Hühner-Brust, 36
Hackfleisch, 46
Himbeeren, 11
Huhn, 37
- Käse, 96, 99, 104, 107, 111, 116, 119, 120,
126, 128
Kürbis, 21, 26, 47, 74, 102
Kabeljau, 130
Kabeljau-Filet, 28
Kaninchen, 133
Kartoffel, 93–95, 98, 102, 112, 114, 116, 122
Kartoffeln, 84, 87, 88
Kirschen, 8, 14
Klops, 46
Knödel, 66
Knoblauch, 81
Kohl-Roulade, 45
Kohlrabi, 47, 95, 134
Kokos, 88
Kotelett, 56, 64
Kräuter, 81
Kuchen, 10, 112
- Lachs-Filet, 19, 27, 30, 31
Lasagne, 102, 103, 118
Lauch, 28, 30, 33, 53, 72, 87, 95, 129
Limette, 80

Linsen, 28, 32, 34, 148
 Möhren, 21, 25, 26, 28, 39, 53, 56, 61, 69,
 84, 87–89, 94–96, 104, 105, 118, 128,
 129, 134
 Müllerin, 23
 Mangold, 32
 Maronen, 37, 111
 Maultaschen, 44
 Medaillon, 50
 Meeresfrüchte, 127, 128, 130
 Melone, 88
 Mozzarella, 96, 102, 107, 108, 118

 Nudeln, 61, 104, 109, 119, 120, 148

 Orangen, 7, 10, 11, 13

 Paprika, 54, 60, 86, 108, 122, 126, 146
 Parfait, 8
 Pastinaken, 25, 96
 Pfannkuchen, 6
 Pilze, 25, 39, 101, 106, 108, 110, 111, 118,
 132
 Pizza, 107, 108
 Polenta, 2, 36, 38
 Pommes-frites, 3
 Poularden-Brust, 40
 Pudding, 15

 Quark, 6, 112

 Räucherfisch, 29
 Röllchen, 51
 Rösti, 54, 114
 Rüben, 134
 Rücken, 53
 Radicchio, 73
 Radieschen, 23, 44, 65, 93, 134
 Ragout, 50, 57, 96
 Ravioli, 44, 92, 111, 113, 115
 Reh-Bock, 134
 Reh-Filet, 139
 Reh-Medaillon, 135
 Reh-Rücken, 134, 136
 Reh-Schnitzel, 138
 Reis, 20, 39, 96
 Rettich, 18, 29, 139, 146
 Rhabarber, 7
 Riesen-Garnelen, 61
 Rind, 84
 Rippchen, 76, 77

 Roastbeef, 65
 Rote-Bete, 25, 47, 96, 135, 137
 Rotkraut, 37, 146
 Rucola, 73
 Rumpsteak, 67

 Sabayon, 8
 Saibling, 18
 Saibling-Filet, 32
 Salami, 143
 Salat, 2, 12
 Salsiccia, 148
 Saltimbocca, 52
 Sauerampfer, 26, 69, 93
 Sauerkraut, 33
 Schinken, 145
 Schoko, 9
 Schwarzwurzeln, 50
 Sellerie, 30, 31, 33, 37, 53, 56, 60, 69, 80,
 84, 87, 89, 92, 95, 96, 103, 105, 122,
 126–128, 133, 134, 136, 146, 148
 Senf, 81
 sonstige, 124
 Spätzle, 100
 Spaghetti, 116
 Spargel, 40, 68, 117
 Speck, 73, 85, 87, 89, 144
 Spinat, 31, 44, 51, 99, 103, 118, 119
 Spitzkohl, 114
 Steak, 68, 76

 Törtchen, 14
 Tafelspitz, 69
 Tagliatelle, 104
 Tarte, 12, 15
 Teig-Taschen, 44, 92, 111, 113, 115, 119, 120
 Toast, 128, 130
 Tomaten, 81
 Topinambur, 22, 25, 130, 137
 Trüffel, 103

 Vitello, 53

 Weißkohl, 45, 101
 Wein, 80, 81
 Wild, 80, 134–139
 Wildschwein, 132, 139
 Wolfsbarsch, 24
 Wurst, 89

 Zander-Filet, 21, 25, 26, 33, 34
 Ziegenkäse, 121

Zucchini, 61, 104, 122