

**Kochrezepte von Profi-Köchen  
aus Fernsehen oder Internet**

# **ARD-Buffer**

**2011 Juli-Dez.**

**131 Rezepte**

<b>Cornelia Poletto</b>	<b>Frank Buchholz</b>
<b>Harald Wohlfahrt</b>	<b>Jörg Sackmann</b>
<b>Jacqueline Amirfallah</b>	<b>Karlheinz Hauser</b>
<b>Martin Gehrlein</b>	<b>Michael Kempf</b>
<b>Otto Koch</b>	<b>Vincent Klink</b>

---

<sup>1</sup>In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 29. Juli 2022.

# Inhalt

<b>Beilagen</b>	<b>1</b>
Kartoffel-Knödel . . . . .	2
Nudel-Risotto . . . . .	2
Ratatouille . . . . .	2
Rotkraut . . . . .	3
<b>Dessert</b>	<b>5</b>
Nuss-Palatschinken mit Schoko-Soße . . . . .	6
<b>Fisch</b>	<b>7</b>
Fenchel-Rotbarbe mit Rosmarin-Kartoffeln . . . . .	8
Fondue Bouillabaisse . . . . .	9
Forelle mit Pancetta auf Kartoffel-Pfifferling-Sud . . . . .	10
Gebratener Zander mit Schwarzwurzel-Bandnudeln . . . . .	11
Gefüllte Wein-Blätter mit Linsen und Rotbarbe . . . . .	12
Gegrillter Lachs auf Fenchel mit Limette . . . . .	13
Harzer Bach-Forelle mit Tomaten-Gemüse . . . . .	13
Kabeljau im Tomaten-Fond . . . . .	14
Karpfen Polnisch . . . . .	14
Lachs-Strudel mit Rotwein-Butter und Blumenkohl . . . . .	15
Linsen-Ragout mit Räucher-Kabeljau . . . . .	16
Marinierter Saibling mit gebackener Roter Bete . . . . .	17
Matjes nach Hausfrauenart mit Äpfeln . . . . .	18
Millefeuille von gegrilltem Gemüse mit Mozzarella . . . . .	18
Ossobuco von der Makrele mit schwarzem Knoblauch . . . . .	19
Pfifferling-Gulasch mit Böhmisches Knödeln . . . . .	20

Quitten-Sülze mit Fisch-Cocktail . . . . .	21
Saibling mit Nudel-Risotto und Champagner-Estragon-Soße . . . . .	22
Schwedische Festtagsplatte . . . . .	23
Wassermelone, Pfeffer-Vinaigrette, gegrillter Makrele . . . . .	24
Weißes Bohnen-Tomaten-Gemüse mit Räucherfisch-Klößchen . . . . .	24
Weißkraut-Risotto mit Forelle und Schwarzwälder Schinken . . . . .	25
Zander auf Linsen-Gemüse . . . . .	26
Zander mit Kümmel-Kruste und Sahne-Filderkraut . . . . .	27
Zander-Schnecke mit Speck in Estragon-Essig-Marinade . . . . .	28
<b>Geflügel</b>	<b>29</b>
Enten-Braten mit Rotkraut und Kastanien . . . . .	30
Enten-Brust mit Feige und Bulgur . . . . .	31
Feigen-Ravioli mit Barberie-Enten-Brust . . . . .	32
Geschmortes Hähnchen mit Pflaumen und Kichererbsen . . . . .	33
Hähnchen-Brust mit ChiliGemüse und Kokos-Milch . . . . .	34
Hähnchen-Brust mit gebratenen Pilzen und Mais-Galettes . . . . .	35
Lackierte Enten-Brust mit Pflaumenwein-Soße . . . . .	35
Pastinaken-Creme mit Früchten und Perlhuhn-Sticks . . . . .	36
Pommersche Gänse-Keulen mit Backpflaumen . . . . .	37
Porree a la -Creme mit Hähnchen-Brust . . . . .	38
Ravioli von Rucola und Perlhuhn-Brüstchen . . . . .	39
Sandwich vom Perlhuhn mit Kartoffel-Balsamico-Jus . . . . .	40
Sommerliches Hähnchen-Aprikosen-Sandwich . . . . .	41
Soufflierte Poularde mit flüssiger Polenta . . . . .	42
Zitronen-Hähnchen in Sommer-Zwiebel-Essenz . . . . .	43
<b>Hack</b>	<b>45</b>
Kohl-Rouladen mit Speck . . . . .	46
Königsberger Klopse in Kapern-Soße . . . . .	47
Orientalische Kohl-Rouladen . . . . .	48
<b>Innereien</b>	<b>49</b>
Gebratene Geflügel-Leber mit Feigen-Chutney . . . . .	50
Penne mit Kalb-Leber und Radicchio trevisano . . . . .	51
Pikanter Bratapfel mit Maronen gefüllt und Hühner-Leber . . . . .	52

<b>Kalb</b>	<b>53</b>
Carpaccio vom Kalb-Filet mit Steinpilzen . . . . .	54
Fileto di vitello a limone . . . . .	55
Gefüllte Kalb-Piccata . . . . .	56
Gefüllter Kalb-Schwanz, Zwiebel-Püree, Stampf-Kartoffeln . . . . .	57
Kalb-Filet mit Pfifferlingen und Rucola . . . . .	58
Kalb-Filet Rumohr mit Pilzen und Gemüse-Nudeln . . . . .	59
Kalb-Rücken mit Roquefort gefüllt und gebratenen Birnen . . . . .	60
Kalb-Steak mit Weintrauben-Soße und Pommes Dauphine . . . . .	61
Kalb-Tafelspitz mit Kürbiskern-Mayonnaise, Bratkartoffeln . . . . .	62
Kalbfleisch im grünen Bohnenkern-Sud . . . . .	63
<b>Lamm</b>	<b>65</b>
Couscous-Salat mit Zucchini und Lamm-Koteletts . . . . .	66
Lamm-Rücken, Salat von Pfifferlingen, Pfirsichen, Pfeffer . . . . .	66
Paprika mit arabischem Lamm-Ragout gefüllt . . . . .	67
<b>Meer</b>	<b>69</b>
Cappuccino von Kokos und Curry mit Garnelen-Spieß . . . . .	70
Gurken-Terrine mit Dill und Krabben-Salat . . . . .	71
Lauwarmer Oktopus mit roh mariniertem Artischocken-Salat . . . . .	72
Nudel-Fetzen mit Krabben und Tomaten-Bouillabaisse-Soße . . . . .	73
Püree vom geschmorten Blumenkohl mit Chili und Garnelen . . . . .	74
Röllchen von Kapuziner-Kresse, Garnelen, Blatt-Salat . . . . .	75
<b>Rind</b>	<b>77</b>
Côte de Boeuf mit rotem Zwiebel-Püree . . . . .	78
Grüne Soße mit Tafelspitz . . . . .	79
Labskaus mit Spiegelei . . . . .	80
Rheinischer Sauerbraten mit Printen . . . . .	81
Rinder-Filet Terriyaki mit Gemüse und Miso-Creme . . . . .	82
Rinder-Filet Wellington . . . . .	83
Rinder-Filet, Senf-Kräuter-Kruste, Bratkartoffel-Spalten . . . . .	84

Rinder-Gulasch mit Paprika-Kraut . . . . .	85
Rinder-Steak mit Burgunder-Senf und Wurzel-Gemüse-Sud . . . . .	86
Rotes Curry mit Rindfleisch . . . . .	87
Tafelspitz mit Meerrettich und Rote Bete Carpaccio . . . . .	88
Thüringer Klöße mit Rouladen . . . . .	89
Vogtländischer Sauerbraten mit Pfeffer-Kuchen . . . . .	90
Zwiebel-Rostbraten mit Rotwein . . . . .	91
Zwiebel-Rostbraten mit Spätzle . . . . .	92
<b>Salat</b>	<b>93</b>
Artischocken-Salat . . . . .	94
Fruchtiger Ingwer-Geflügel-Salat . . . . .	94
Lauch-Salat mit Waldpilzen und pochiertem Ei . . . . .	95
Rotkraut-Salat und Preiselbeeren mit Enten-Leber . . . . .	95
Salat von gebratenem und rohem Kürbis in Ingwer-Marinade . . . . .	96
<b>Schwein</b>	<b>97</b>
Eisbein auf Möhren, Petersilienwurzel und Kartoffeln . . . . .	98
Medaillons vom Schweine-Filet mit Lauchstroh . . . . .	99
Schweine-Bauch mit Mangold-Strudel und Stachelbeer-Soße . . . . .	100
Schweine-Braten mit Kartoffel-Knödeln und Bier-Soße . . . . .	101
Schweine-Filet mit Stauden-Sellerie und Gorgonzola . . . . .	102
<b>Soßen</b>	<b>103</b>
Grüne Soße . . . . .	104
<b>Suppen</b>	<b>105</b>
Auberginen-Creme-Suppe mit Curry, Tomaten und Garnelen . . . . .	106
Erdnuss-Eintopf aus Guinea mit Lamm-Hüfte . . . . .	107
Forellen-Eintopf mit gefülltem Wirsing-Täschle . . . . .	108
Gemüse-Eintopf mit Meerrettich und Hähnchen . . . . .	109
Kalte Tomaten-Suppe mit Basilikum-Sauer-Rahm-Eis . . . . .	110
Kohl und Pinkel . . . . .	111
Kopfsalat-Gurken-Gazpacho mit Makrelen-Tatar . . . . .	112
Rahm-Suppe vom Knollen-Sellerie mit Nuss-Strudel . . . . .	113
Rinder-Gulasch-Suppe . . . . .	114
Spitzkohl-Möhren-Eintopf . . . . .	115

<b>Vegetarisch</b>	<b>117</b>
Auberginen-Bruschetta . . . . .	118
Gefüllte Zucchini-Blüten mit Tomaten-Vinaigrette . . . . .	119
Geschmorter Kürbis im Filo-Teig mit Kürbiskern-Pesto . . . . .	120
Gratinierte Mangold-Ricotta-Crespelle . . . . .	121
Kartoffel-Gnocchi mit Salbei und Parmesan . . . . .	122
Kürbis-Ravioli in Kreuzkümmel-Soße . . . . .	123
Mariniertes gebratenes Sommer-Gemüse mit Parmesan-Chip . . . . .	124
Parmesan-Polenta mit Ratatouille . . . . .	125
Risotto von Muskat-Kürbis und Zitronengras . . . . .	126
Semmel-Knödel mit Pilz-Soße gefüllt und Lauch-Creme . . . . .	127
Sommer-Gemüse Tarte . . . . .	128
Tatar von Pfifferlingen mit Artischocken . . . . .	129
Zweierlei von der Artischocke mit Pistazien-Emulsion . . . . .	130
<b>Verschiedenes</b>	<b>131</b>
Marinade für Sauerbraten . . . . .	132
Meerrettich-Kruste . . . . .	132
<b>Wild</b>	<b>133</b>
Hirsch-Pfeffer mit Pilz-Semmel-Soufflé, Karotten-Gemüse . . . . .	134
Hirsch-Rücken mit Knollen-Sellerie und Pfeffer-Soße . . . . .	135
Reh-Rücken im Gewürz-Sud mit Apfel-Püree und Rotkraut . . . . .	136
Wildschwein-Medaillons mit Nuss-Kruste und Birne . . . . .	137
<b>Wurst-Schinken</b>	<b>139</b>
Antipasti von Risotto, Kartoffel-Gratin und Polenta . . . . .	140
Blutwurst im Tramezzini-Mantel, Aprikosen-Chili-Chutney . . . . .	141
Dibbelabbes (Deftige Kartoffel-Pfanne) . . . . .	142
Geröstete Blutwurst und Sauerkraut-Püree . . . . .	142
Mozzarella auf Mürbe-Teig mit Tomaten-Zitronen-Olivenöl . . . . .	143
Spargel mit Butter und Schinken . . . . .	144
<b>Index</b>	<b>145</b>





# Beilagen

# Kartoffel-Knödel

## Für 8 Personen

1 kg Kartoffeln, mehlig    Salz    2 Scheiben Weißbrot  
1 EL Butterschmalz    1 Ei    100 g Mehl  
1 Prise Muskatnuss

Die Kartoffeln schälen, waschen und in Salzwasser 15 bis 20 Minuten weich garen. In der Zwischenzeit die Weißbrotscheiben entrinden und in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, die Brotwürfel darin anbraten und leicht mit Salz würzen. Die Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und durch die Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken. Das Ei, das Mehl, Salz und 1 Prise Muskatnuss unter die warme Kartoffelmasse rühren. Den Teig zu Knödeln formen, dabei jeden mit etwa 3 gerösteten Weißbrotwürfeln füllen. In einem Topf reichlich Salzwasser aufkochen, die Knödel in das Wasser geben und bei schwacher Hitze langsam gar ziehen lassen.

Otto Koch 02. Dezember 2011

# Nudel-Risotto

## Für 4 Personen

2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	2 rote Paprikaschoten
300 g Risoni	2 EL Olivenöl	500 ml Gemüsebrühe
1 EL Tomatenmark	Meersalz	1 Msp Chilipulver
2 EL schwarze Oliven	2 EL getrocknete Tomaten	2 EL Mascarpone

Schalotten, Knoblauch und Paprika schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 2 EL Olivenöl andünsten. Risoni zugeben, kurz mit andünsten und mit der heißen Gemüsebrühe ablöschen. Tomatenmark zugeben. Bei niedriger Temperatur und Rühren langsam Garen bis die Pasta al dente ist und die Konsistenz eines Risottos entsteht. Evtl. noch etwas Gemüsebrühe zugeben. Mit Meersalz und Chili abschmecken. Oliven und getrocknete Tomaten fein hacken. Zuletzt Mascarpone, Oliven und Tomaten unterrühren.

Michael Kempf 11. November 2011

# Ratatouille

## Für 2 Personen

1 rote Paprika	1 gelbe Paprika	1 Paprika
1 Zucchini	1 Aubergine	2 Fleischtomaten
1 große Gemüsezwiebel	1 Knoblauchzehe	3 EL Olivenöl
100 ml Weißwein	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
Salz, Pfeffer		

Die Paprika waschen, halbieren und das Kerngehäuse auslösen, das Fruchtfleisch in 1 cm große Würfel schneiden. Zucchini, Aubergine und Tomate waschen und ebenfalls in 1 cm große Würfel schneiden. 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.

Vincent Klink Donnerstag, 22. September 2011

# Rotkraut

## Für 2 Personen

20 g Zucker	200 ml Orangensaft	200 ml Rotwein
100 ml Portwein	4 Wacholderbeeren	3 Gewürznelken
6 Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt	1 kleine Zimtstange
400 g Rotkraut	1 Zwiebel	1-2 Äpfel (Boskoop)
3 EL Gänseschmalz	1 EL Johannisbeergelee	Salz, Pfeffer

Zucker in einem Topf karamellisieren, mit Orangensaft, Rotwein und Portwein ablöschen. Wacholderbeeren, Gewürznelken, Pfefferkörner, Lorbeerblatt und Zimtstange in einen Teefilter geben, zubinden, mit in den Sud geben und etwas köcheln lassen. Vom Rotkraut die äußeren unschönen Blätter und den harten Strunk entfernen. Kraut dann in feine dünne Streifen schneiden oder hobeln. Die heiße Marinade über die Kohlstreifen geben (den Gewürzbeutel wieder entfernen) und über Nacht ziehen lassen. Den Backofen auf 180 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und fein reiben. Den marinierten Rotkohl passieren, den Fond auffangen und mit dem Johannisbeergelee in einem kleinen Topf zu Sirup einkochen. Zwiebel in einem Schmortopf (backofengeeignet) mit Gänseschmalz anschwitzen, Rotkohl und Äpfel zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Im vorgeheizten Ofen ca. 50 Minuten weich dünsten. Herausnehmen, den Sirup untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Jörg Sackmann 01. November 2011



# Dessert

## Nuss-Palatschinken mit Schoko-Soße

### Für 4 Personen

#### Für den Teig:

250 g Mehl	3 Eier	200 ml Milch
1 TL Zucker	1 TL flüssige Butter	1 Prise Salz
30 ml Mineralwasser	Butterschmalz	

#### Für die Füllung:

80 g ganze Nüsse	100 ml Sahne	40 g gehackte Rosinen
50 g Zucker	2 EL Rum	Orangen-Abrieb
2 EL gehackte Nüsse		

#### Für die Sauce:

100 ml Milch	60 g Schokolade, halbbitter	2 Eigelb
1 EL Kakaopulver	1 EL flüssige Butter	1 EL Zucker
2 EL Rum		

Die ganzen Nüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann leicht abkühlen lassen und in einem Cutter fein mahlen.

#### Teig:

Aus Mehl, Eiern, Milch, Zucker, flüssiger Butter und Salz einen glatten Teig rühren, eine Stunde ruhen lassen. Kurz vor dem Backen das Mineralwasser unter den Teig rühren. In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen und nach und nach aus dem Teig dünne Pfannkuchen ausbacken, diese warm stellen.

#### Füllung:

Die Sahne kurz aufkochen, gemahlene Nüsse, Rosinen, Zucker, Rum und Orangenschale hinzugeben und etwa 1 Minute köcheln lassen. Gehackte Nüsse in einer Pfanne ohne Fett kurz rösten. Auf jeden Pfannkuchen etwas Füllung und geröstete Nüsse geben und zusammenrollen.

#### Sauce:

Die Milch erwärmen, die Schokolade zerbrechen und in der Milch schmelzen lassen. Zunächst Eigelbe unterrühren, dann Kakao, Butter, Zucker und Rum einrühren und glatt rühren, die Masse sollte leicht binden, jedoch nicht kochen. Die Sauce über die gefüllten Pfannkuchen (Palatschinken) geben.

Vincent Klink 03. November 2011

**Fisch**

# Fenchel-Rotbarbe mit Rosmarin-Kartoffeln

## Für 2 Personen

8 kleine Kartoffeln, fest	1 Zweig Rosmarin	2 Zwiebeln
6 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer	2 Rotbarben
250 ml Weißwein	1 Tomate	1 Fenchelknolle
1 Schalotte	1 Msp. Safranfäden	1/2 TL Speisestärke

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Kartoffeln waschen, schälen und der Länge nach vierteln. Rosmarin abspülen, trocken schütteln und die Nadel abstreifen. Zwiebeln schälen und vierteln. Die Zwiebel – und Kartoffelstücke in 3 EL Olivenöl in einem großen Bräter anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Rosmarin unterrühren und alles im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten garen, dabei ab und zu die Kartoffeln wenden. Die Rotbarben filetieren. Die Karkassen in einen Topf geben, mit Weißwein aufgießen und 15 Minuten auskochen, dann durch ein Sieb passieren. Tomate am Stielansatz einritzen, kurz blanchieren, die Haut abziehen, vierteln, entkernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Fenchel waschen und in sehr dünne Scheiben schneiden oder hobeln. Schalotte schälen und ebenfalls in feine Scheiben hobeln. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl mit den Fenchelscheiben anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl von beiden Seiten braten, anschließend auf einen Teller geben und warm stellen. Den Bratensatz in der Fischpfanne mit dem passierten Weißwein-Fischfond ablöschen. Safran untermischen und alles um etwa die Hälfte einkochen lassen. Stärke mit 1 EL Wasser anrühren, unter die Sauce geben, aufkochen und die Sauce damit binden, Tomatenwürfel untermischen und abschmecken. Auf 2 Fischfilet die Fenchel-Schalotten geben und mit den übrigen Fischfilets wie ein Sandwich abdecken, die Fischfilets auf Tellern anrichten und mit der Sauce umgießen. Dazu die Rosmarin-Kartoffeln reichen.

Vincent Klink Donnerstag, 08. September 2011



# Fondue Bouillabaisse

## Für 4 Personen

### Für den Fischfond:

100 g Sellerie	100 g Zwiebel	100 g Karotten
100 g Lauch	500 g Fischreste	500 ml Wasser
500 ml trockener Weißwein	1 Zweig Thymian	1 Lorbeerblatt

### Für das Fondue:

2 Knoblauchzehen	150 g Gemüsestreifen	1 EL Olivenöl
1 Msp. Safranfäden	1 l Fischfond	Salz, Pfeffer
4 Scampischwänze	100 g Zanderfilet	100 g Lachs
200 g Fischfilets	100 g große Miesmuscheln, gekocht	

### Für die Sauce Rouille:

1 gekochte Kartoffel	2 Knoblauchzehen	100 g Mayonnaise
1 TL scharfer Senf	1 TL Tomatenmark	ca. 30 ml Olivenöl
Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer		

Für den Fischfond:

Sellerie, Zwiebeln, Karotten und Lauch putzen, waschen und grob würfeln. Die Gräten und Fischabschnitte mit Wasser, Weißwein, Gemüsewürfeln und den Kräutern in eine Topf geben, aufkochen und 30 Minuten sieden lassen. Dann durch ein Sieb abpassieren.

Für das Fondue:

Den Knoblauch schälen und fein schneiden. Die Gemüsestreifen mit dem feingeschnittenen Knoblauch in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen. Safranfäden zugeben und mit dem Fischfond auffüllen. Aufkochen und einige Minuten ziehen lassen. Abschmecken mit Salz und Pfeffer. Die Scampischwänze auslösen und in 2 cm große Würfel schneiden. Die Fischfilets ebenfalls in 2 cm große Stücke schneiden. Alles mit den gekochten und ausgelösten Miesmuscheln auf Tellern anrichten und mit Fonduegabeln bereitstellen.

Für die Sauce Rouille:

Die gekochte Kartoffel schälen und durch die Kartoffelpresse drücken. Die Knoblauchzehen schälen und fein schneiden. Die Mayonnaise mit der Kartoffel, dem Knoblauch, Senf, und Tomatenmark vermischen. Je nach Konsistenz noch Olivenöl zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken. Die vorbereitete Brühe in einen Fonduepfopf geben, aufkochen und bei Tisch die Fischfiletstücke, Muscheln und Scampi darin erhitzen. Mit der Sauce „Rouille“ dazu reichen. Dazu passt Baguette.

Otto Koch 30. Dezember 2011

# Forelle mit Pancetta auf Kartoffel-Pfifferling-Sud

## Für 2 Personen

### Für die Forelle:

4 Forellenfilets	1 EL Schnittlauch	1 EL Blatt-Petersilie
1 EL Kerbel geschnitten	1 TL Estragon geschnitten	1/4 Zehe Knoblauch
1 EL Parmesan gerieben	2 EL Olivenöl	Salz
10 Scheiben Pancetta		

### Für den Pfifferling-Kartoffelsud:

1 Schalotte	1/2 Knoblauchzehe	50 g Kartoffel
1/2 Bund Frühlingslauch	4 EL Butter	300 ml Geflügelfond
1/2 Lorbeerblatt	1/2 Thymianzweig	1/2 Msp. Kümmel
1 Spritzer Zitronensaft	1/2 TL Dijon-Senf	20 ml Walnussöl
Salz, Pfeffer	75 g Pfifferlinge	1 EL Sahne, geschlagen
1 Prise Muskat		

Für die Forelle:

Forellenfilets entgräten. Die Kräuter abspülen, trocken schütteln und grob schneiden. Parmesan reiben, Knoblauch schälen. Alles in einen Mixbecher geben, 2 EL Olivenöl zugeben und fein pürieren, mit wenig Salz abschmecken. Zwei Frischhaltefolien vorbereiten und die Speckscheiben nebeneinander legen. Fischfilets mit dem Kräuterpesto bestreichen und die jeweils 2 Filets aufeinanderlegen, dabei sollen die mit Pesto bestrichenen Seiten innen liegen. Dann in die beiden vorbereiteten Pancettamatten einrollen, die Folie straff darum herum wickeln und kalt stellen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen.

Für den Pfifferling-Kartoffelsud:

Schalotte, Knoblauch und Kartoffeln schälen und grob schneiden. Frühlingslauch putzen, waschen und das Weiße grob schneiden, das Grün in feine Ringe schneiden. In einem Topf mit 2 EL Butter Schalotten, Knoblauch, Kartoffeln und das Weiße vom Frühlingslauch anschwitzen, mit dem Geflügelfond auffüllen. Lorbeerblatt, Thymian und Kümmel zugeben und die Kartoffel weich kochen. Dann Lorbeerblatt und Thymian herausnehmen und den Sud fein mixen. Zitronensaft, Senf und Walnussöl zugeben, mit Salz und Pfeffer und passieren. Pfifferlinge putzen, evtl. halbieren. Die vorbereiteten Fischfilets aus der Folie wickeln und in einer Pfanne kross von allen Seiten braten, dann im vorgeheizten Ofen noch 6 Minuten fertig garen. In einer Pfanne mit 2 EL Butter die Pfifferlinge anschwitzen, das Grün vom Frühlingslauch zugeben und kurz durchschwenken. Mit dem gemixten Kartoffelsud ablöschen, die Sahne unterheben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Den Pfifferling-Kartoffelsud in tiefe Teller verteilen, jeweils ein gebratenes Fischfilet in 3 cm große Tranchen schneiden und auf der Schnittfläche in den Teller legen.

Jörg Sackmann Dienstag, 09. August 2011

## Gebratener Zander mit Schwarzwurzel-Bandnudeln

### Für 2 Personen

300 g Schwarzwurzeln	Salz	1 Zander (ca. 600 g)
250 ml Fischfond	2 Schalotten	60 g ger. Bauchspeck
1 EL Butter	1 TL Mehl	100 ml Weißwein
150 g Crème-double	Pfeffer	1 EL Sonnenblumenöl
3 Stiele glatte Petersilie		

Die Schwarzwurzeln schälen, dann mit dem Sparschäler dünne Streifen abziehen und diese in einem Topf mit Salzwasser kurz blanchieren. Herausnehmen und abtropfen lassen. Den Zander filetieren und entgräten. Die Filets portionsweise zuschneiden. Die Karkasse und die Abschnitte mit dem Fischfond in einen Topf geben und einige Minuten kochen lassen. Schalotten schälen und fein schneiden. Speck fein würfeln. In einem Topf mit 1 EL Butter die Schalotten mit den Speckwürfeln anschwitzen, mit wenig Mehl bestäuben und mit dem Weißwein ablöschen. Leicht köcheln lassen. Den Fischfond durch ein Sieb passieren und den passierten Fond zu dem Speck-Weißweintopf geben. Crème double hinzufügen und alles etwa um die Hälfte einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Zanderfilets 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. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Schwarzwurzelstreifen unter die Specksauce mischen, Petersilie zugeben und mit den Zanderfilets anrichten. Dazu passen Bratkartoffeln.

Otto Koch 04. November 2011

## Gefüllte Wein-Blätter mit Linsen und Rotbarbe

### Für 2 Personen

1 Kartoffel, mehlig	Salz	100 g rote Linsen
ca. 400 ml Gemüsebrühe	3 Stiele Koriander	3 Stiele glatte Petersilie
2 Stiele Minze	3 Lauchzwiebeln	1 Ei
Pfeffer	20 junge Weinblätter	3 Tomaten
1 Spritzer Zitronensaft	4 EL Olivenöl	2 Knoblauchzehen
100 g türkischer Joghurt 10%	4 Rotbarbenfilets a ca. 100 g	

Die Kartoffel schälen und in Salzwasser weich kochen. Die Linsen in einem Topf mit 250 ml Gemüsebrühe sehr weich kochen, kurz zuvor ca. 4 EL bissfest gekochte Linsen entnehmen und zur Seite stellen. Kräuter abspülen, trocken schütteln und 2/3 davon fein hacken. Lauchzwiebeln, putzen, waschen und fein schneiden. Eine Tomate waschen, am Stielansatz einritzen, kurz in heißes Wasser geben und dann die Haut abziehen. Die Kerne entfernen und die Tomate fein würfeln. Gewürfelte Tomate, gehackte Kräuter, Lauchzwiebeln und abgeschüttete weich gekochte Linsen in eine Schüssel geben. Die gekochte Kartoffel durch eine Presse drücken und zugeben. Alles gut vermischen, dann ein Ei untermischen und die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die jungen Weinblätter abspülen, trocken schütteln. Jeweils etwas Linsenmasse auf die Weinblätter geben und wie Kohlrouladen einwickeln. Eine gewaschene Tomate in Scheiben schneiden und diese in einem Topf auslegen. Darauf die gefüllten Weinblätter eng aneinander hineinlegen. Mit so viel Gemüsebrühe aufgießen, dass die Weinblätter zur Hälfte mit Flüssigkeit bedeckt sind. Die Weinblätter mit einem Topfdeckel beschweren und ca. 20 Minuten köcheln lassen. Die übrige Tomate waschen, in Scheiben schneiden und mit den bissfest gekochten Linsen in eine Schüssel geben. Mit Salz, Zitronensaft und 2 EL Olivenöl abschmecken. Knoblauch schälen und mit etwas Salz zerdrücken. Joghurt cremig rühren und mit etwas zerdrücktem Knoblauch abschmecken. Die Rotbarbenfilets mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen, restlichen zerdrückten Knoblauch zugeben und die Filets zuerst auf der Hautseite ca. 3 Minuten braten, dann wenden und kurz auf der Fleischseite fertig braten. Die Fischfilets mit den gefüllten Weinblättern und dem Joghurt anrichten, mit den restlichen Kräutern garnieren und servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 24. August 2011

## Gegrillter Lachs auf Fenchel mit Limette

### Für 4 Personen

600 g Lachsfilet	Meersalz	6 EL Olivenöl
2 Fenchelknollen mit Grün	2 Limetten	3 EL weißer Balsamico
Pfeffer, Zucker	1/2 Bund Dill	2 Pfirsiche
80 g Wildkräutersalat	1 TL Zitronensaft	1 Prise Zitronenpfeffer
Meersalz		

Den Backofen auf 100 Grad (Umluft 80 Grad) vorheizen. Das Lachsfilet mit Salz würzen. Eine Grillpfanne mit 1 EL Olivenöl erhitzen, Lachsfilet darin von beiden Seiten leicht angrillen, dass sich auf der Oberfläche ein Grillstreifenmuster bildet. Dann den Lachs auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und im vorgeheizten Ofen ca. 8 Minuten auf den Punkt garen. Das Fenchelgrün amache und zur Seite stellen. Den Fenchel waschen, halbieren und den Strunk entfernen. Die Fenchelhälften sehr fein hobeln. Limette mit einem Messer schälen, dass keine weiße Haut mehr zu sehen ist, dann die Fruchtfilets herausschneiden. Fenchel und Limettenfilets in eine Schüssel geben und mit 4 EL Olivenöl, Essig, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker anmachen. Dill und Fenchelgrün abspülen, trocken schütteln, fein hacken und unter den Fenchelsalat heben. Pfirsiche waschen, halbieren, den Stein auslösen, die Hälften in Spalten schneiden und auf 4 Tellern sternförmig auslegen. Wildkräutersalat abspülen, trocken schütteln und mit etwas Salz, 1 EL Olivenöl und 1 TL Zitronensaft marinieren. Lachs aus dem Ofen nehmen, mit Limonenpfeffer und Meersalz bestreuen und in 4 Tranchen schneiden. Auf die Pfirsichspalten jeweils etwas Fenchelsalat geben, darauf den Fisch setzen und mit dem Wildkräutersalat garnieren.

Karlheinz Hauser Montag, 11. Juli 2011

## Harzer Bach-Forelle mit Tomaten-Gemüse

### Für 4 Personen

8 Forellenfilets, a 80 g	2 EL Zitronensaft	5 Tomaten
1 Bund Schnittlauch	Salz, Pfeffer	5 EL Mehl
2 – 3 EL Butterschmalz	2 EL Butter	1 Prise Zucker

Die Forellenfilets waschen, trocken tupfen und mit dem Zitronensaft beträufeln. Die Forellenfilets kurz ziehen lassen. Inzwischen die Tomaten kreuzweise einritzen, überbrühen und kalt abschrecken. Die Tomaten häuten, vierteln und entkernen, dabei die Stielansätze entfernen. Das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. Die Forellenfilets trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Mehl in einen tiefen Teller geben und die Filets darin wenden. Das Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Die Forellenfilets darin auf beiden Seiten goldbraun braten, aus der Pfanne nehmen, nach Belieben auf Küchenpapier abtropfen lassen und warm halten. Die Pfanne mit Küchenpapier austupfen. Die Butter in der Pfanne erhitzen und die Tomatenwürfel darin kurz andünsten. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker würzen. Die Hälfte der Schnittlauchröllchen unterrühren. Die Forellenfilets mit den Tomatenwürfeln anrichten und mit dem restlichen Schnittlauch bestreuen. Dazu passen Petersilienkartoffeln.

Karlheinz Hauser 05. Dezember 2011

## Kabeljau im Tomaten-Fond

### Für 4 Personen

8 Strauchtomaten	1 Knoblauchzehe	400 g Dosentomaten
800 ml Fischfond	2 Lorbeerblätter	1 Sternanis
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	Meersalz, Pfeffer
1 Prise Zucker	4 Kabeljaufilets mit Haut a 180 g	100 ml Olivenöl
50 g gelbe Minitomaten	50 g rote Minitomaten	3 Stiele Basilikum
80 g kalte Butter		

Die Tomaten waschen und den Stielansatz entfernen. Dann Tomaten in grobe Würfel schneiden. Knoblauchzehe schälen. Tomatenwürfel, Dosentomaten, Fischfond, Knoblauch, Lorbeerblätter, Sternanis, Rosmarin und –Thymianzweig in einen Topf geben, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und zum Kochen bringen, dann bei milder Hitze ca. 30 Minuten leicht köcheln lassen. Anschließend den Tomatenfond durch ein Passiertuch passieren und um etwa die Hälfte einkochen lassen. Den Backofen auf 80 Grad (Umluft 70 Grad) vorheizen. Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen. In einer backofengeeigneten Pfanne mit 2 EL Olivenöl die Fischfilets auf der Hautseite bei mittlerer Hitze anbraten, dann im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten glasig garen. Die Minitomaten kurz mit heißem Wasser überbrühen, kalt abschrecken und die Haut abziehen. Basilikum abspülen, trocken schütteln und in feine Streifen schneiden. Unter den eingekochten Tomatenfond Butter und 80 ml Olivenöl mixen, abschmecken und die abgezogenen Minitomaten und Basilikumstreifen unterheben. In tiefen Tellern den Tomatenfond geben und darauf das Fischfilet setzen.

Karlheinz Hauser Montag, 18. Juli 2011

## Karpfen Polnisch

### Für 4 Personen

1 Karpfen ca. 800g	1 Zwiebel	1 Karotte
1 Bio-Zitrone	1 Knoblauchzehe	3 EL Butter
500 ml Braunbier	1 Lorbeerblatt	1 Gewürznelke
1 Msp Pimentpulver	50 Saucenlebkuchen	Salz, Pfeffer

Den Karpfen filetieren, die Karkasse und die Gräten etwas kleiner hacken. Zwiebel und Karotte schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Zitrone gut waschen und ein dünnes Stück Schale abschneiden und diese in feine Streifen schneiden. Knoblauch schälen und andrücken. In einem Topf mit 2 EL Butter die Karkasse mit Zwiebel und Knoblauch anschwitzen. Karotte und Zitronenschale zugeben. Kurz bevor alles am Boden des Topfs anzuhaften beginnt, mit Braunbier ablöschen. Lorbeerblatt, Nelke und Piment zugeben. Lebkuchen zerkrümmeln und untermischen. Von der Zitrone den Saft auspressen, diesen ebenfalls zugeben. Alles ca. 10 Minuten kochen, dann durch ein Sieb passieren und die Sauce abschmecken. Die Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Filets von beiden Seiten je 3 Minuten braten. Die Filets anrichten und mit der Sauce begießen. Dazu passen sehr gut Salzkartoffeln.

Vincent Klink 15. Dezember 2011

# Lachs-Strudel mit Rotwein-Butter und Blumenkohl

## Für 4 Personen

150 g frischer Blattspinat	Salz	200 g Hechtfilet
150 g Sahne	1 Ei	Pfeffer, Cayennepfeffer
1 Spritzer Worcestersauce	1 EL trockener Wermut	600 g Lachsfilet am Stück
300 g Blätterteig	1 Blumenkohl	3 Schalotten
250 ml Rotwein	250 ml Portwein	150 g Butter
2 Spritzer Zitronensaft		

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 190 Grad) vorheizen. Spinat putzen, waschen und in einem Topf mit kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Herausnehmen, in Eiswasser abschrecken und auf einem sauberen Küchentuch die Spinatblätter eng aneinander gelegt auslegen. Für die Farce das Hechtfilet in kleine Würfel schneiden und in einen Cutter geben. Kalte Sahne und ein Ei zugeben, mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, Worcestersauce und Wermut würzen und zu einer glatten Farce pürieren. Vom Lachsfilet die Haut abziehen und die Gräten entfernen. Den Blätterteig ca. 5 mm dick ausrollen (ca. 35 cm lang und 15 cm breit). Darauf dünn etwas Fischfarce streichen. Ebenfalls die bereits ausgelegte Spinatmatte mit Fischfarce bestreichen. Drauf das Fischfilet legen, leicht mit Salz und Pfeffer würzen und in die Spinatmatte einrollen. Den Spinat - Lachsstreifen dann auf den ausgerollten Blätterteig geben und in den Blätterteig einpacken. Den Lachsstrudel auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, ein Ei verquirlen und den Strudel damit einstreichen. Im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten goldgelb backen. Den Lachsstrudel im vorgeheizten Backofen bei 200 °C ca. 12- 15 Minuten garen. Den Blumenkohl putzen und in kleine Röschen zuschneiden. In einem Topf mit kochendem Salzwasser die Blumenkohlröschen garen, dann herausnehmen und in Eiswasser abschrecken, herausnehmen und abtropfen lassen. Für die Rotweinbutter die Schalotten schälen, fein schneiden und mit Rotwein und Portwein in einen Topf geben. Die Flüssigkeit um mehr als die Hälfte einkochen. 120 g kalte Butter in Würfel schneiden und langsam unter die Sauce montieren. Mit einem Spritzer Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Blumenkohl in einer Pfanne mit 3 EL Butter warm schwenken und mit 1 Spritzer Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Den gebackenen Lachsstrudel in 4 Scheiben schneiden. Rotweinbutter auf die Tellermitte geben, darauf eine Scheibe Lachsstrudel setzen und die Blumenkohlröschen darum herum legen.

Karlheinz Hauser Montag, 17. Oktober 2011

## Linsen-Ragout mit Räucher-Kabeljau

### Für 2 Personen

100 g Berglinsen	30 g Sellerie	30 g Möhre
30 g Lauch	2 Schalotten	1 EL Butter
250 ml Fischfond	Salz, Pfeffer	1 Spritzer Essig
2 Kabeljaufilets a 150 g	100 g Räuchermehl	1 TL Olivenöl
5 Halme Schnittlauch		

Die Linsen in reichlich Wasser ca. 5 Stunden einweichen. Sellerie, Möhre und Lauch putzen, bzw. schälen, waschen und in sehr feine Würfel schneiden. Die Schalotten schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Die Linsen abschütten, zu den Schalotten geben und mit Fischfond auffüllen. Alles aufkochen und ein paar Minuten kochen lassen. Dann die Gemüswürfel zugeben und alles weich kochen, dabei öfter umrühren. Mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken. Das Linsengemüse soll leicht flüssig sein. Für den geräucherten Kabeljau einen großen Topf mit Alufolie auslegen und das Räuchermehl darauf verteilen. Einen passenden Dämpfeinsatz in den Topf setzen. Den Topf bei milder Hitze erwärmen, bis leichter Rauch aufsteigt. Die Kabeljaufilets mit Salz und Pfeffer würzen, mit Olivenöl leicht einreiben und auf den Dämpfeinsatz legen. Einen Deckel darauf geben und noch 1 Minute auf der heißen Herdplatte stehen lassen. Dann den Topf auf die Seite ziehen und noch 10 Minuten ziehen lassen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Linsen in tiefen Tellern anrichten. Kabeljau darauf geben und mit Schnittlauch garnieren.

Otto Koch Freitag, 21. Oktober 2011



# Marinierter Saibling mit gebackener Roter Bete

## Für 4 Personen

5 Knollen Rote Bete	4 Eiweiß	2 kg Meersalz
1-2 EL Mehl	1 Kartoffel, mehlig	3 Schalotten
4 EL Butter	Salz	1 Lorbeerblatt
500 ml Geflügelfond	2 EL Crème-fraiche	1 EL Balsamico
Pfeffer	4 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin
1 Zitrone, unbehandelt	150 ml Olivenöl	1 Spritzer Worcestersauce
4 Saiblingsfilets ohne Haut		

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 190 Grad) vorheizen. Die Rote Bete gut waschen und das Grün sorgfältig abzupfen, die kleinen Blätter zur Seite legen. Die Eiweiß kurz anschlagen und mit dem Meersalz und Mehl zu einer groben Masse vermischen. Die Rote Bete Knollen in das Meersalz einhüllen, auf eine Backblech oder in eine Auflaufform geben und im vorgeheizten Backofen ca. 1 Stunde garen. Für die Sauce die Kartoffel schälen und klein schneiden. Die Schalotten schälen, sehr fein schneiden und in einem Topf mit 2 EL Butter anschwitzen. Kartoffelwürfel zugeben und 50 ml Wasser angießen. Alles aufkochen, leicht salzen und das Lorbeerblatt zugeben. Schalotten und Kartoffelwürfel komplett weich kochen, evtl. etwas Wasser nachgießen. Wenn die Kartoffelwürfel verkocht sind den Geflügelfond dazugeben kurz aufkochen lassen, dann durch ein grobes Sieb passieren (nicht mixen). Kurz vorm Servieren Crème-fraîche, 2 EL Butter und Balsamico unter mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für die Marinade Thymian und Rosmarin abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Zitrone heiß abspülen, abtrocknen und mit einem Sparschäler oder Zestenreiser etwas Schale abziehen. Die Zitronenschale fein hacken. Von der Zitrone etwas Saft auspressen. Zitronenzesten mit 4 EL Olivenöl, Worcestersauce, einem Spritzer Zitronensaft, etwas Salz und Pfeffer zu einer Marinade mischen. Die zurückbehaltenen Rote Bete Blätter in feine Streifen schneiden und in einem kleinen Topf mit 100 ml Olivenöl kurz frittieren, herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Von den Saiblingfilets die Gräten ziehen. Die gegarten Rote Bete aus dem Ofen nehmen und auf dem Blech etwas auskühlen lassen, den Ofen abschalten. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Saiblingfilets auf einer Seite kurz anbraten, dann auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Die Fischfilets mit der Marinade beträufeln und ca. 8-10 Minuten in den abgeschalteten aber noch heißen Ofen schieben. Die Rote Bete aus der Salzhülle brechen, dann die Rote Bete schälen und anschließend in dünne Scheiben schneiden. Die Sauce kurz vor dem Servieren mit einem Pürierstab aufmixen. Fisch in Stücke schneiden und abwechselnd mit den Rote Bete Scheiben auf den Tellern zu Türmchen schichten. Die Sauce angießen, mit den frittierten Blättern bestreuen und servieren.

Martin Gehrlein Montag, 10. Oktober 2011

## Matjes nach Hausfrauenart mit Äpfeln

### Für 4 Personen

8 Matjesfilets	2 Gewürzgurken	2 säuerliche Äpfel
2 Zwiebeln	2 EL Weißweinessig	2 EL Speiseöl
Salz, Pfeffer	1 Prise Zucker	250 g Naturjoghurt
200 g saure Sahne		

Die Matjesfilets nach Belieben quer in fingerbreite Streifen schneiden. Die Gurken in feine Scheiben schneiden. Die Äpfel waschen, vierteln, entkernen und in dünne Spalten schneiden. Die Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden. Anstelle der Zwiebeln können Sie auch die milderen Frühlingszwiebeln verwenden und diese schräg in Ringe schneiden. Legen Sie für die Dekoration etwas Zwiebelgrün beiseite und bestreuen Sie später die angerichteten Matjes damit. Den Essig mit dem Öl verrühren, mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken. Die Matjesfilets, die Gurkenscheiben, die Apfelspalten und die Zwiebelringe mit der Marinade mischen. Etwa 30 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen. Den Joghurt mit der sauren Sahne verrühren, nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen. Die marinierten Matjesfilets mit den Gurkenscheiben, Apfelspalten und Zwiebelringen auf Tellern anrichten und die Joghurtsauce darauf verteilen. Dazu passen Pell- oder Bratkartoffeln.

Jacqueline Amirfallah 07. Dezember 2011

## Millefeuille von gegrilltem Gemüse mit Mozzarella

### Für 2 Personen

1 Möhre	1 Petersilienwurzel	ca. 160 ml Olivenöl
Salz, Pfeffer	2 Schalotten	1 Zucchini
1 roter Spitzpaprika	1 Stange Staudensellerie	200 g Mozzarella
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	1/2 Bund Basilikum
1/2 rote Chilischote	1 EL Pinienkerne	40 g Pecorino
1/2 Sardellenfilet	1/2 TL Kapern	

Möhre und Petersilienwurzel waschen, schälen und in dünne Scheiben schneiden. In einer Grillpfanne mit je 1 EL Olivenöl separat langsam braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Schalotten schälen, Zucchini waschen und beide Gemüse ebenfalls in dünne Scheiben schneiden, in einer Grillpfanne mit je 1 EL Olivenöl separat langsam braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Paprika waschen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch vierteln, ebenfalls in einer Grillpfanne mit 1 EL Olivenöl langsam braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Staudensellerie waschen, in dünne Scheiben schneiden und auch diese in einer Grillpfanne mit 1 EL Olivenöl langsam braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 170 Grad) vorheizen. Eine ofenfeste Form mit Olivenöl ausfetten. Mozzarella in dünne Scheiben schneiden und die Gemüsescheiben mit den Mozzarellascheiben in die Form schichten. Thymian- und Rosmarinweig mit einlegen und im vorgeheizten Ofen ca. 5 Minuten garen. Für das Pesto Basilikum abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Von der Chilischote die Kerne austreichen, das Fruchtfleisch grob schneiden. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Pecorino fein reiben. Basilikumblätter, Chili, Pinienkerne, Pecorino, Sardellenfilet und Kapern mit ca. 100 ml Olivenöl in einen Mixbecher geben und pürieren. Mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken. Das Mozzarella-Gemüse auf Tellern anrichten und das Pesto angießen.

Vincent Klink Donnerstag, 04. August 2011

## Ossobuco von der Makrele mit schwarzem Knoblauch

### Für 4 Personen

14 Zweige Thymian	3 Zweige frischer Koriander	2 Knoblauchzehen
160 ml Olivenöl	800 g Makrelenfilet	12-16 schwarze Knoblauchzehen
15 ml Räucheröl	50 g Speckschwarte	1 Prise Koriander, gemahlen
1, 5 Blatt Gelatine	150 ml Fischfond	1 g Agar Agar
150 g Traubensenf	280 g rote Paprika	Meersalz, Pfeffer, Zucker
1 EL Ingwersaft	8 Kapernäpfel	100 ml Kalbssauce
2 EL Butter	1 Spritzer Zitronensaft	

Thymian und Koriander abspülen, trocken schütteln. Knoblauch schälen und grob hacken. Koriander und die Hälfte der Thymianzweige grob schneiden und mit Knoblauch und 100 ml Olivenöl zu einer Marinade mischen. Das Makrelenfilet auf ein etwas tieferes Blech setzen, die Marinade darüber gießen und ca. 2-3 Stunden gekühlt ziehen lassen. Die schwarzen Knoblauchzehen mit 30 ml Olivenöl, Räucheröl, 2 Thymianzweigen, Speck und gemahlenem Koriander in einen Vakuumbutel geben, diesen mit dem Vakuumbegerät verschließen und in einem 65 Grad heißem Wasserbad ca. 1-1,5 Stunden pochieren. Für das Gelée die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Fischfond mit dem Agar-Agar mischen und ca. 2 Minuten leicht kochen. Die eingeweichte und ausgedrückte Gelatine darin auflösen und den Traubensenf unterrühren. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und in ein mit Frischhaltefolie ausgelegtes Gefäß (flache Schale) ca. 2 cm hoch füllen und kalt stellen. Paprika schälen, vom Kerngehäuse befreien, in kleine Würfel schneiden und in einem Topf mit 100 ml Wasser einmal aufkochen lassen, dann im Mixer fein pürieren und durch ein Sieb passieren. Den Sud anschließend in einen Topf geben und auf ca. 100 ml einkochen, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Ingwersaft abschmecken. Den Grill des Backofens vorheizen. Makrelenfilet aus der Marinade nehmen und in einer Pfanne mit hitzebeständigem Griff von allen Seiten anbraten. Dann die Pfanne unter den Backofengrill stellen und den Fisch für ca. 6-8 Minuten langsam weiter garen lassen. Einmal wenden und weitere 6 Minuten darunter ziehen lassen. Traubensenf-Gelée aus der Form stürzen und in Würfel schneiden. Den schwarzen Knoblauch aus dem Beutel auspacken und in einem Topf mit 2 EL Olivenöl anschwitzen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kapernäpfel sechsteln und mit der Kalbssauce in einem Topf erwärmen. In einer Pfanne 2 EL Butter mit 5 Thymianzweigen erhitzen, das Makrelenfilet kurz darin wenden und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen und auf Küchenpapier leicht abtropfen. Die Paprikasauce mit 1 EL Olivenöl verfeinern. Makrelenfilet in Medaillons schneiden und auf vorgewärmte Teller setzen. Mit etwas Meersalz bestreuen, 3-4 schwarze Knoblauchzehen anlegen, mit dem Traubensenf-Gelée garnieren und mit den beiden Saucen nappieren.

Frank Buchholz Dienstag, 19. Juli 2011

## Pfifferling-Gulasch mit Böhmisches Knödeln

### Für 2 Personen

10 g Hefe	1 Prise Zucker	75 ml lauwarmes Wasser
250 g Mehl	Salz	1 kleines Ei
Butter	500 g frische Pfifferlinge	3 Schalotten
1 Lorbeerblatt	100 ml Weißwein	Pfeffer
100 ml Geflügelfond	3 Stängel glatte Petersilie	2 Zweige Thymian
2 Stängel Kerbel	2 Kapern	1 Sardellenfilet
30 g Crème-fraîche	1 EL geschlagene Sahne	1 Msp. abgeriebene Zitronenschale

Die Hefe mit Zucker und dem lauwarmem Wasser vermengen und für 5 Minuten stehen lassen. Mehl, 1 TL Salz und das Ei in eine Schüssel geben, das Hefewasser zugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Der Teig hat die richtige Konsistenz, wenn er sich leicht vom Schüsselrand löst. Wenn er zu feucht ist, noch etwas Mehl zugeben. Den Teig in einer ausreichend großen Schüssel mit Frischhaltefolie abgedeckt, bei Zimmertemperatur ca. 1-2 Stunden gehen lassen. Dann den Teig in vier gleich große Stücke teilen, zu Rollen formen und jeweils in ein gebuttertes sauberes Tuch wickeln. In einem großen Topf leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen und Rollen hineingeben, ca. 20 Minuten ziehen lassen. Die Pfifferlinge gut putzen. Die Schalotten schälen, in sehr feine Würfel schneiden und in einem Topf mit 2 EL Butter anschwitzen. Die Pfifferlinge und Lorbeerblatt zugeben und mit anschwitzen. Paprikapulver zugeben und unterrühren, mit dem Weißwein ablöschen und etwas einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Geflügelfond zugeben und nochmals etwas einkochen lassen. In der Zwischenzeit Petersilie, Thymian und Kerbel abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Kapern und das Stück Sardellenfilet ebenfalls fein hacken. Dann Crème-fraîche und die geschlagene Sahne unter die Pilze ziehen, Thymian und Kerbel untermischen und mit Zitronenschale, gehackten Kapern und Sardellen verfeinern und abschmecken. Die Knödel aus dem Wasser nehmen, aus dem Tuch wickeln und mit einem Bindfaden in Scheiben schneiden. Das Pfifferlingsgulasch in einem tiefen Teller anrichten und die darauf legen. Mit Petersilie bestreuen und servieren.

Karlheinz Hauser Montag, 05. September 2011

## Quitten-Sülze mit Fisch-Cocktail

### Für 2 Personen

3 Blätter Gelatine	100 g Quittengelee	100 ml trockener Merlot
1 Spritzer Rotweinessig	Salz, Pfeffer	100 g Zanderfilet
100 g Lachsfilet	50 g Krabben oder Shrimps	50 g Champignons klein
1 Scheibe Kastenweißbrot	2 EL Butter	1 TL scharfer Senf
1 Eigelb	80 ml Sonnenblumenöl	1/2 Bund Dill
2 Scheiben frische Gurke		

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Das Quittengelee mit dem Rotwein erwärmen, die Gelatine ausdrücken und darin auflösen. Mit Rotweinessig, Salz und Pfeffer abschmecken. Dann die Geleeflüssigkeit in Cocktailschalen etwa 3 -4 cm hoch einfüllen und mit Frischhaltefolie abgedeckt im Kühlschrank im Kühlschrank kaltstellen bis sie geliert sind. Die Fischfilets würfeln und vorsichtig in einem Topf mit Salzwasser pochieren, herausnehmen, abtropfen und kalt werden lassen. Die Pilze putzen, vierteln und in einem Topf mit Salzwasser pochieren, herausnehmen und abtropfen. Das Brot in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Butter goldbraun braten. Für die Sauce Senf und Eigelb in einer Schüssel vermischen, mit einem Schneebesen das Öl langsam unterrühren. Dill abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und Dill untermischen. Die Fischwürfel, Krabben und Pilze mit der Dillsauce vermischen und auf das Quittengelee geben. Mit den Brotwürfeln bestreuen. Nach Belieben mit einer Scheibe Gurke garnieren.

Otto Koch Freitag, 30. September 2011

# Saibling mit Nudel-Risotto und Champagner-Estragon-Soße

**Für 4 Personen**

**Für den Fisch mit Sauce:**

600 g Saiblingsfilet	100 g Butter	1 EL mildes Currypulver
2 Schalotten	300 ml Champagner	300 ml Fischfond
1 Lorbeerblatt	1/2 Bund Estragon	200 g Sahne

**Für das Nudelrisotto:**

2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	2 rote Paprikaschoten
300 g Risoni	2 EL Olivenöl	500 ml Gemüsebrühe
1 EL Tomatenmark	Meersalz	1 Msp Chilipulver
2 EL schwarze Oliven	2 EL getrocknete Tomaten	2 EL Mascarpone

Fisch:

Den Backofen auf 65 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Saiblingsfilet waschen, die Gräten ziehen und portionieren. Butter bräunen und milden Curry in der nicht mehr heißen Butter auflösen. Saibling in eine Auflaufform geben, die Butter darauf verteilen und im vorgeheizten Backofen ca. 12-15 Minuten glasig konfieren.

Nudelrisotto:

Schalotten, Knoblauch und Paprika schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 2 EL Olivenöl andünsten. Risoni zugeben, kurz mit andünsten und mit der heißen Gemüsebrühe ablöschen. Tomatenmark zugeben. Bei kleiner Temperatur und Rühren langsam Garen bis die Pasta al dente ist und die Konsistenz eines Risottos entsteht. Evtl. noch etwas Gemüsebrühe zugeben. Mit Meersalz und Chili abschmecken. Oliven und getrocknete Tomaten fein hacken. Zuletzt Mascarpone, Oliven und Tomaten unterrühren.

Sauce:

Schalotten schälen, fein schneiden und mit Champagner und Fischfond in einen Topf geben, das Lorbeerblatt zufügen und auf 150 ml einkochen lassen. Estragon waschen, trocken schütteln, Blätter zupfen, fein schneiden und die Stiele beiseitelegen. Sauce durch ein feines Sieb passieren. Sahne und Estragonstiele zugeben, aufkochen, Stiele etwas ziehen lassen. Dann die Sauce durch ein Sieb passieren. Die fein geschnittenen Estragonblätter zugeben. Risotto mit einem Metallring flach auf vorgewärmten Teller anrichten. Saibling aus der Butter nehmen, die Haut abziehen und auf dem Risotto anrichten. Sauce mit dem Mixer aufschäumen und um das Risotto geben.

Michael Kempf 11. November 2011

# Schwedische Festtagsplatte

## Für 6 Personen

### Für den Gebeizten Lachs:

1 Bund Dill	4 Wacholderbeeren	30 g grobes Salz
30 g Zucker	500 g frisches Lachsfilet	

### Für die eingelegten Heringe:

9 Matjesfilets	20 ml Rotwein	3 Pfefferkörner
3 Korianderkörner	2 Eigelbe	scharfer Senf
150 ml Sonnenblumenöl	Salz, Pfeffer	3 Zweige Dill
Honig	1 Lauchzwiebel	30 g Apfel
2 EL saure Sahne		

### Für die Räucherforellenmousse:

200 g geräuchertes Forellenfilet	10 ml Kümmelschnaps	100 g Sahne
4 Halme Schnittlauch	evtl. 2 EL Forellenkaviar	

### Für den Krabbensalat:

4 Halme Schnittlauch	4 Stiele Dill	200 g Nordseekrabben
1-2 Spritzer Zitronensaft	2 EL Mayonnaise	

### Für die Fischklopse:

50 g Brötchen vom Vortag	200 g Zanderfilet ohne Haut	100 g Garnelenfleisch
1 Schalotte	3 Stiele glatte Petersilie	1 Eigelb
Salz, Pfeffer	2-3 EL Butterschmalz	

Für den gebeizten Lachs:

Dill abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Wacholderbeeren zerdrücken, mit Salz und Zucker mischen. Lachs mit der Salz-Zucker-Mischung einreiben und mit Dill bestreuen. In eine flache Schale geben und mit Frischhaltefolie gut abdecken. Im Kühlschrank 2 Tage ziehen lassen. Dann den Lachs fein aufschneiden und servieren.

Für die eingelegten Heringe:

Salzheringsfilets wässern, entgräten und in schöne Stücke schneiden. Rotwein mit 20 ml Wasser in einen Topf geben, Pfeffer- und Korianderkörner zugeben und aufkochen. 3 geschnittene Heringe einlegen und in dem Sud erkalten lassen. Eigelbe mit dem 1 TL Senf in eine Schüssel geben und langsam das Sonnenblumenöl mit einem Schneebesen einrühren. Die Mayonnaise mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dill abspülen, trocken schütteln und fein hacken. 3 EL der Mayonnaise mit je 1 Msp. Senf, Honig und etwas Dill abschmecken. 3 geschnittene Heringe darin marinieren. Lauchzwiebel putzen und fein schneiden. Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und fein schneiden. saure Sahne mit feingeschnittenem Apfel und Lauchzwiebel mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken, 3 geschnittene Heringe darin marinieren. Für das Räucherforellenmousse Raucherforelle in Stücke schneiden und in einem Cutter mit Aquavit pürieren. Sahne steif schlagen und darunter ziehen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Aus der Fischmasse Nocken formen, auf Tellern anrichten und mit Schnittlauch und nach Belieben mit Forellenkaviar bestreuen. Für den Krabbensalat Schnittlauch und Dill abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Krabben mit den Kräutern etwas Zitronensaft und Mayonnaise vermengen und abschmecken.

Für die Fischklopse:

Das Brötchen in kaltem Wasser einweichen. Fischfilet und Garnele fein hacken. Schalotte schälen und fein hacken. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Das Brötchen ausdrücken und mit gehacktem Fisch, Garnele, Petersilie und Schalotte in eine Schüssel geben. Das Eigelb zufügen und zu einer Masse vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse kleine Klopse formen und diese in einer Pfanne mit Butterschmalz braten. Alles zusammen schön auf

einer großen Platte oder für jeden einem Teller anrichten, für die Garnitur ein wenig Dill und Schnittlauch, dazu verschiedene Sorten Knäckebrot und Butter reichen

Jacqueline Amirfallah 14. Dezember 2011

## **Wassermelone, Pfeffer-Vinaigrette, gegrillter Makrele**

### **Für 2 Personen**

1 kg Wassermelone	2 frische Makrelen	1 Limette
1/2 Bund frischer Koriander	7 EL Olivenöl	1 TL scharfer Senf
Pfeffer	Meersalz	20 g Crème-fraîche
1/2 Bund Schnittlauch		

Die Melone halbieren, das Fruchtfleisch von der Schale schneiden und dann das Fruchtfleisch in daumendicke ca. 5 cm lange Stäbchen schneiden. Die Fruchtfleischabschnitte fein pürieren. Die Makrelen filetieren, entgräten und von der Haut lösen. Dann in ca. 80 g schwere Stücke schneiden. Von der Limette den Saft auspressen. Koriander abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. In einer flachen Schale Limettensaft mit 4 EL Olivenöl und Korianderblättern vermischen und die Fischstücke darin einlegen. Senf, 3 EL Olivenöl und das Wassermelonenspäuree zu einer Vinaigrette vermischen, mit grob gemahlenem Pfeffer würzen und die Wassermelonenspäuree darin marinieren. Fischstücke aus der Marinade nehmen und in einer Grillpfanne von beiden Seiten braten, leicht salzen. Die restliche Marinade mit Crème-fraîche vermischen, mit Salz abschmecken und als Dip zum Gericht servieren. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln, fein schneiden und über die Melonenstäbchen streuen. Melone mit gegrillter Makrele und dem Crème-fraîche -Dip anrichten. Dazu passt sehr gut Fladenbrot.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 13. Juli 2011

## **Weißes Bohnen-Tomaten-Gemüse mit Räucherfisch-Klößchen**

### **Für 2 Personen**

150 g weiße Bohnenkerne	600 ml Gemüsebrühe	250 g Tomaten
1 Schalotte	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
Salz, Pfeffer	150 g Zanderfilet ohne Haut	150 g geräuchertes Forellenfilet
200 ml Sahne	1 Ei	1/2 Bund glatte Petersilie

Die Bohnenkerne über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Dann abschütten und in einem Topf mit ca. 500 ml Gemüsebrühe weich kochen. Die Tomaten am Stielansatz einritzen, kurz in kochendem Wasser überbrühen und anschließend die Haut abziehen. Tomaten vierteln, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch würfeln. Schalotte schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Die Bohnen und Tomatenwürfel zugeben, mit restlicher Brühe auffüllen, Rosmarin- und Thymianzweig zugeben und köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zanderfilet und Forellenfilet in Würfel schneiden und mit Sahne und Ei in einen Cutter geben, mit Salz und Pfeffer würzen und zu einer feinen Farce pürieren. Aus der Farce Klößchen formen und diese in einem Topf mit kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten pochieren. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Das Bohnengemüse abschmecken und in Tellern anrichten, die Fischklößchen obenauf geben und mit Petersilie bestreut servieren.

Frank Buchholz Freitag, 09. September 2011



# Weißkraut-Risotto mit Forelle und Schwarzwälder Schinken

## Für 2 Personen

### Für die Forelle:

30 g Butter	Weißer Pfeffer	1 EL Schnittlauchröllchen
1 TL körniger Senf	1 Msp. Kümmel, gemahlen	Salz
1 Spritzer Zitronensaft	4 Forellenfilets	1 Knoblauchzehe
1 Zweig Thymian	4 Scheiben luftgetr. Schinken	

### Für den Risotto:

1 kleine Zwiebel	1 EL Olivenöl	130 g Weißkraut
80 g Risottoreis	50 ml Weißwein	300 ml Geflügelfond
1 EL Butter	1 EL Parmesan, frisch gerieben	Salz, Pfeffer
1 Spritzer Zitronensaft		

### Für die Fischsauce:

1 kleine Zwiebel	20 g Butter	50 ml Weißwein
20 ml trockener Wermut	200 ml Fischfond	50 g Sahne
1 EL Sauerrahm	Salz, Pfeffer	1 Spritzer Zitronensaft

Für die Forelle:

Den Backofen auf 75 Grad (Umluft 65 Grad, Gas Stufe 1) vorheizen. 30 g Butter cremig aufschlagen und mit weißem Pfeffer würzen. Schnittlauch sowie Senf, Kümmel, Salz und Zitronensaft zugeben. Zwei Forellenfilets auf der Hautseite mit der Schnittlauchbutter bestreichen, übrige Filets darauf setzen, in hitzebeständige Frischhaltefolie stramm einschlagen, fixieren und kalt stellen. Die Forellenfilets in der Folie bei 75 Grad im Ofen für ca. 15 Minuten garen. Anschließend ohne Folie in etwas Olivenöl mit Thymian und der fein geschnittenen Knoblauchzehe in der Pfanne anbraten und in den Schinken einrollen.

Für den Risotto:

Zwiebel schälen und würfeln. Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Weißkraut anschwitzen, den Reis zugeben und mit Weißwein ablöschen. Mit Geflügelfond aufgießen und den Risotto immer wieder rühren und langsam köcheln lassen. Gegarten Risotto mit Butter und Parmesan abbinden und würzen.

Für die Fischsauce:

Zwiebel schälen und würfeln, in 1 TL Butter anschwitzen, mit Weißwein und Wermut ablöschen und reduzieren. Fischfond zugeben und fast ganz einkochen lassen. Sahne und Sauerrahm zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen und mit Butterflocken cremig rühren und kurz vor dem servieren mit dem Stabmixer schaumig aufmixen. Risotto in die Mitte des Tellers geben, die Filets schön darauf setzen und die aufgemixte Sauce auf dem Teller verteilen.

Jörg Sackmann 20. Dezember 2011

## Zander auf Linsen-Gemüse

### Für 2 Personen

100 g Berglinsen	1 Schalotte	60 g ger. Bauchspeck
1 Knoblauchzehe	2 EL Butter	2 Zweige Thymian
100 ml Weißwein	300 ml Geflügelbrühe	1 Karotte
60 g Sellerie	60 g Lauch	2 Zanderfilets a 200 g
Salz, Pfeffer	2 EL Sonnenblumenöl	1 Prise Zucker
3 EL Balsamico	3 Stängel glatte Petersilie	50 g Crème-double
1 EL flüssige, gebräunte Butter	Meersalz	

Die Linsen über Nacht in reichlich Wasser einweichen, anschließend abgießen und abtropfen lassen. Schalotte schälen und in Würfel schneiden, Speck ebenfalls fein würfeln. Die Knoblauchzehe schälen und andrücken. Schalotte in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, Speck zugeben, kurz anschwitzen, dann die Linsen, einen Zweig Thymian und die Knoblauchzehe zugeben. Mit Weißwein ablöschen und den Geflügelfond angießen. Die Linsen ca. 30 Minuten köcheln. In der Zwischenzeit Karotte, Sellerie und Lauch schälen bzw. putzen und waschen und in sehr feine Würfel schneiden. Die Gemüswürfel dann zu den Linsen geben und alles noch ca. 5 Minuten köcheln. Die Zanderfilets auf der Hautseite leicht einritzen, mit Salz und etwas Pfeffer würzen. In einer vorgewärmten Pfanne mit 2 EL Sonnenblumenöl die Filets auf der Hautseite ca. 4 Minuten kross anbraten, 1 EL Butter und den Thymianzweig zugeben und die Fischfilets auf die Fleischseite wenden. Mit einem Esslöffel etwas von dem Fett in der Pfanne über das Fischfilet gießen. Die Linsen mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen, Essig zugeben. Die Knoblauchzehe und den Thymianzweig wieder entfernen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Crème double unter die Linsen ziehen und die braune Butter untermischen. Das Linsengemüse soll eine leicht cremig, sämige Konsistenz haben. Das Linsengemüse in tiefen Tellern anrichten und das Fischfilet obenauf geben, mit Meersalz bestreuen. Dazu passen kleine Salzkartoffeln.

Karlheinz Hauser Montag, 19. September 2011

## Zander mit Kümmel-Kruste und Sahne-Filderkraut

### Für 2 Personen

#### Für den Fisch:

2 Stängel glatte Petersilie

80 g Butter

2 Zanderfilets a 180 g

60 g Weißbrot 1 Schalotte

1 TL Kümmel Salz, Pfeffer

#### Für das Filderkraut:

1/2 Kopf Filderkraut (Spitzkohl) (300 g) 1 Schalotte 1 EL Butterschmalz

Salz, Pfeffer

100 ml Sahne

Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Das Weißbrot grob zerkrümeln und in einem Mixer zu Bröseln zerkleinern. Die Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, die Brotbrösel zugeben und rösten. Dann alles in eine Schüssel geben und ca. 60 g weiche Butter unterarbeiten. Kümmel in einem Mörser zerstoßen, mit gehackter Petersilie ebenfalls unter die Buttermasse mischen und mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Für das Sahne-Filderkraut den Kohl vierteln, putzen, den Strunk entfernen und dann sehr fein schneiden. Schalotte schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen (sie sollen keine Farbe annehmen). Dann den geschnittenen Kohl dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und bei geschlossenem Deckel 5 Minuten dünsten. Dann den Deckel entfernen und den entstandenen Fond einkochen lassen. Die Sahne zugeben und diese um etwas mehr als die Hälfte einkochen. Die Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit 1 EL Butter von beiden Seiten jeweils ca. 2 Minuten braten. Aus der Pfanne nehmen, auf einen ofenfesten Teller (oder Form) geben und mit der Kümmelgratiniermasse ca. 5 mm dick bestreichen. Unter der Grillschlange oder bei Oberhitze im Ofen goldbraun gratinieren. Das Rahmkraut auf Tellern anrichten, den Fisch obenauf setzen und servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 27. Oktober 2011

# Zander-Schnecke mit Speck in Estragon-Essig-Marinade

## Für 2 Personen

150 g Mehl	50 g Hartweizengrieß	5-7 Eigelb
Salz	1 TL Olivenöl	35 g Brunnenkresse
3 EL Butter	Pfeffer	1 Eiweiß
120 g Sahne	150 g Zanderfilet ohne Haut	Cayennepfeffer
1 Spritzer Zitronensaft	80 g Blattsalat	1 Zwiebel
50 g geräucherter Bauchspeck	6 EL Traubenkernöl	3 Stiele Estragon
1 Schalotte	3 EL Estragonessig	30 ml Gemüsebrühe
1 TL scharfer Senf	1 Prise Zucker	

Mehl, Hartweizengrieß, Eigelbe, 1 TL Olivenöl und 1 Prise Salz zu einem glatten Teig verkneten, diesen in Frischhaltefolie verpackt 30 Minuten ruhen lassen. Brunnenkresse abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Dann die Blätter in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen und kalt stellen. Eiweiß mit 80 g Sahne und den Brunnenkresseblättern mit einem Pürierstab zu einem feinen Püree mixen. Zanderfilet in feine Würfel schneiden, leicht salzen und in einen Cutter geben, das Püree zugeben und zu einer feinen Farce cuttern. Diese durch ein Sieb streichen und kalt stellen. Restliche Sahne steif schlagen und unter die Farce heben, mit Salz, Cayennepfeffer und Zitronensaft würzen. Salat putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Den Nudelteig hauchdünn mit der Nudelmaschine ausrollen und in Rechtecke (6x3cm) schneiden. Die Zanderfarce mit einem Spritzbeutel der Länge nach auf den Teig spritzen, den Teig umklappen, fest andrücken, mit dem Nudelholz die Naht plattdrücken und mit einem gezackten Rädchen abschneiden. Die Nudeltasche wie eine Schnecke aufrollen und die Naht mit etwas Wasser zukleben. Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden, Speck ebenfalls fein würfeln. In einer Pfanne mit 1 EL Traubenkernöl die Zwiebel goldbraun anschwitzen, Speck zugeben und ebenfalls anschwitzen. Mit Pfeffer würzen. Estragon abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Schalotte schälen und fein würfeln. Schalotte, Essig, 5 EL Traubenkernöl, Gemüsebrühe, Senf und Estragon in eine Schüssel geben und zu einer Vinaigrette verrühren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. In einem Topf mit kochendem Salzwasser die Zanderschnecke 3 Minuten kochen, herausnehmen und in einer Pfanne mit 2 EL Butter schwenken, evtl. noch 2 EL Kochwasser zugeben. Zanderschnecke in der Mitte des Tellers anrichten, Speckschmelze darauf verteilen. Den Salat mit der Vinaigrette anmachen und daneben schön anrichten. Restliche Vinaigrette über die Zanderschnecke träufeln.

Jörg Sackmann Dienstag, 27. September 2011

# Geflügel

# Enten-Braten mit Rotkraut und Kastanien

**Für 4 Personen**

**Für den Rotkohl:**

1 kleiner Rotkohl (ca. 1 kg)	100 ml Rotweinessig	1 TL Salz
1 TL Zucker	1 säuerlicher Apfel	1 Zwiebel
2 EL Schweineschmalz	1/4 l Rotwein	100 ml Fleischbrühe
1/2 Zimtstange	1 Gewürznelke	1 kleines Lorbeerblatt

**Für Ente und Sauce:**

2 Zweige Thymian	3 Zwiebeln	2 säuerliche Äpfel
1/2 TL Beifuß	1 Bauernente (2 1/2 kg)	Salz, Pfeffer
1 Bund Suppengemüse	1 EL Speiseöl	1 EL Tomatenmark
300 ml Rotwein		

**Esskastanien:**

1 Schalotte	3 EL Butter	250 g Esskastanien
2 EL Puderzucker	100 ml Hühnerbrühe	100 ml Apfelsaft
Salz		

Für den Rotkohl:

Für den Rotkohl den Kohl putzen, waschen, vierteln und in feine Streifen schneiden oder hobeln. Mit dem Essig, je 1 TL Salz und Zucker mischen. Zugedeckt mindestens 2 Stunden ziehen lassen.

Für die Ente und die Sauce:

Für die Ente den Backofen auf 180 °C vorheizen. Den Thymian waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Zwiebeln schälen, die Äpfel waschen und entkernen, beides in Würfel schneiden und mit Thymian und Beifuß mischen. Die Ente waschen, trocken tupfen, die Flügelspitzen abtrennen, grob hacken und beiseite stellen. Die Ente innen und außen mit Salz und Pfeffer einreiben. Mit der Apfel-Zwiebel-Mischung füllen. Die Öffnung mit Küchengarn zunähen. Die Ente mit der Brustseite nach unten in einen Bräter legen. 1/2 l heißes Wasser angießen. Die Ente im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 2 Stunden goldbraun braten. Nach 1 Stunde Garzeit die Ente umdrehen und mehrfach mit dem Bratenfond übergießen. Das Suppengemüse putzen und waschen bzw. schälen und in kleine Würfel schneiden. Das Öl einem Topf erhitzen. Die Flügelstücke und das Gemüse darin anbraten. Das Tomatenmark kurz mitrösten, mit dem Wein ablöschen und etwa 30 Minuten leicht köcheln lassen. Für den Rotkohl den Apfel und die Zwiebel schälen. Apfel entkernen, mit der Zwiebel reiben und in einem Topf im Schmalz andünsten. Mit 1 EL Zucker bestreuen, den Kohl und den entstandenen Saft dazugeben. Den Wein, die Brühe, Zimt, Nelke und Lorbeerblatt hinzufügen. Rotkohl zugedeckt bei schwacher Hitze 30 Minuten schmoren.

Für die Maronen:

Für die Maronen die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen, die Schalotte darin andünsten. Die Maronen dazugeben, mit Puderzucker bestäuben und karamellisieren. Mit Brühe und Apfelsaft ablöschen. Maronen etwa 10 Minuten köcheln lassen, bis die Sauce fast eingekocht ist. Mit Salz würzen.

Die Ente aus dem Ofen nehmen, zerlegen und die Entenstücke im ausgeschalteten Ofen warm halten. Den Entenfond aus dem Bräter entfetten, mit der Rotweinsauce durch ein Sieb in einen Topf gießen, dabei das Gemüse gut ausdrücken. Aufkochen, nach Belieben leicht binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Rotkohl eventuell nachwürzen. Die Ententeile mit Rotkohl, Maronen und der Sauce servieren.

Jörg Sackmann 15. November 2011

## Enten-Brust mit Feige und Bulgur

### Für 2 Personen

2 Möhren	1 Zwiebel	1 EL Butterschmalz
80 g Bulgur	ca. 650 ml Geflügelbrühe	1 TL Fenchelsamen
Salz	15 g gehackte Mandeln	300 g Entenbrust
1 EL Honig	2 Lauchzwiebeln	4 Feigen
1 TL Zucker	Pfeffer	1 TL kalte Butter

Die Möhren schälen und in feine Würfel schneiden. Zwiebel schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anbraten, den Bulgur dazu geben, kurz mitrösten und mit ca. 500 ml Geflügelbrühe ablöschen. Fenchelsamen mörsern, ebenfalls zugeben und mit etwas Salz würzen. Gut umrühren und kochen lassen. Die Möhrenwürfel zugeben und weiter kochen bis der Bulgur weich und die Brühe eingekocht ist, dabei immer wieder umrühren. Zuletzt die gehackten Mandeln untermischen. Den Backofen auf 120 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Die Haut der Entenbrust bis aufs Fleisch rautenförmig anritzen, salzen und mit der Haut nach unten in eine kalte Pfanne legen, dann die Pfanne erhitzen und das Fett ausschwitzen lassen. Wenn die Hautseite goldbraun gebraten ist, die Entenbrust umdrehen, kurz auf der Fleischseite braten und dann in eine hitzefeste Form geben und im Backofen ca. 5 Minuten garen, dann die Entenhaut mit Honig bestreichen und nochmals ca. 5 Minuten fertig garen. Zwiebellauch waschen, abschütten und fein schneiden. Die Feigen schälen und vierteln. Aus der Fleischpfanne das überschüssige Fett abgießen und die Feigen darin anbraten, mit Zucker bestreuen und diesen karamellisieren lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Pfanne das überschüssige Fett abgießen und die geschälten, geschnittenen Feigen in der gleichen Pfanne braten, am Ende mit Zucker karamellisieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Feigen aus der Pfanne nehmen, dann den Zwiebellauch darin anschwitzen, mit 150 ml Geflügelbrühe ablöschen und etwas einkochen lassen. Mit 1 TL kalter Butter binden und abschmecken. Die Entenbrust in Tranchen aufschneiden. Bulgur auf die Teller verteilen, Entenbrust und die Feigen anlegen. Die Sauce angießen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 5. Oktober 2011

## Feigen-Ravioli mit Barberie-Enten-Brust

### Für 4 Personen

125 g Hartweizenmehl	75 g Weizenmehl, 405	2 Eier
Salz	2 rote Zwiebeln	2 EL Zucker
150 ml Rotwein	100 ml Portwein	2 Thymianzweige
2 EL Butter	4 Feigen, geschält	40 g Gänseleber, gewürfelt
1 TL Speiseöl	Pfeffer	250 g Nudelteig
1 Eiweiß	4 Entenbrüste à 150 g	100 ml Entenjus

Hartweizenmehl, Weizenmehl und Eier mit einer Prise Salz in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig kneten. Diesen in Frischhaltefolie im Kühlschrank verpackt mindestens 1 Stunde ruhen lassen. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Zwiebeln schälen, halbieren und längs in dünne Scheiben schneiden. Zucker in einem Topf goldgelb karamellisieren. Mit Rot- und Portwein ablöschen und die Thymianzweige dazugeben. Die Zwiebeln in dem Wein gar kochen. Dann durch ein Sieb passieren. Die Zwiebeln zur Seite stellen. Den Rotweinfond mit 2 EL Butter fast sirupartig einkochen. Dann die Zwiebeln wieder zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Feigen in Würfel schneiden. Die Gänseleber mit Salz würzen, in einer Pfanne mit 1 TL Öl 1- 2 Minuten braten. Auf ein Küchenpapier geben. Die Rotweinzwiebeln hacken, mit den Feigen und Gänseleberwürfeln in eine Schüssel geben, vermischen und nochmals abschmecken. Den Nudelteig mit der Nudelmaschine dünn ausrollen. Die Hälfte des Nudelteigs auf bemehlter Arbeitsfläche auslegen und mit etwas Abstand je 1 TL der Füllung auf dem Teig platzieren. Die Zwischenräume mit Eiweiß bepinseln. Mit der anderen Teighälfte bedecken und vorsichtig andrücken. Die Ravioli ausstechen und auf mehliertes Backpapier geben. Die Haut der Entenbrüste mit rautenförmig einritzen, salzen und pfeffern. Die Entenbrüste auf der Hautseite in eine Pfanne geben und knusprig anbraten, dann auf ein Backgitter legen und im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten rosa garen. Aus dem Ofen nehmen und abgedeckt ca. 5 Minuten ruhen lassen. Die Entenjus erhitzen. Die Ravioli in kochendem Salzwasser ca. 4-5 Minuten garen. Abtropfen und jeweils 1 Raviolo auf vorgewärmten Tellern anrichten. Die Entenbrust in Scheiben aufschneiden und auf dem Raviolo anrichten, Entenjus angießen. Dazu passen gut gebratene Pilze.

Cornelia Poletto 12. Dezember 2011



# Geschmortes Hähnchen mit Pflaumen und Kichererbsen

## Für 4 Personen

300 g Kichererbsen	650 ml Gemüsebrühe	1 Freilandhähnchen
2 Zwiebeln	Salz	1 kg Pflaumen
Pfeffer	3 EL Butterschmalz	Zucker
1 Lorbeerblatt	1,5 TL Fenchelsamen	1 Zweig Thymian
3 Lauchzwiebeln	2 EL Butter	

Die Kichererbsen waschen und dann in einer Schüssel mit reichlich kaltem Wasser über Nacht einweichen. Dann abschütten und in einem Topf mit Gemüsebrühe ca. 1,5 Stunden weich kochen. Vom Hähnchen die Brüste auslösen und die Keulen abtrennen. Die Knochen des Hähnchens grob hacken, in einen Topf geben, mit Wasser auffüllen, sodass alle Knochen bedeckt sind und aufkochen. Eine Zwiebel halbieren, zugeben, leicht salzen und alles ca. 30 Minuten kochen, dann die Brühe durch ein Sieb passieren. Die Pflaumen waschen, halbieren und die Kerne entfernen. Eine Zwiebel schälen, fein würfeln. Die Hähnchenkeulen am Gelenk durchschneiden und die Stücke mit Salz und Pfeffer würzen. In einem Topf mit 2 EL Butterschmalz anbraten, dann die Zwiebelwürfel zugeben und mit anschwitzen. 2/3 der Pflaumen zugeben, mitanbraten, mit 1 EL Zucker bestreuen und diesen karamellisieren lassen. Die Hühnerbrühe angießen, Lorbeerblatt, 1 TL Fenchelsamen und Thymian zugeben und alles bei milder Hitze weich schmoren. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Lauchzwiebeln, putzen waschen und fein schneiden. 1/2 TL Fenchelsamen im Mörser zerstoßen. Die Hähnchenbrüste mit Salz und den Fenchelsamen würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten anbraten. Dann auf ein Backgitter legen und im vorgeheizten Ofen fertig garen (ca. 8 Minuten). Die restlichen Pflaumen in der Fleischpfanne anbraten, Lauchzwiebeln zugeben, kurz durchschwenken und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. 1/4 der gekochten Kichererbsen aus dem Topf nehmen. Zu den restlichen Kichererbsen im Topf 2 EL Butter geben, mit einem Pürierstab fein mixen und abschmecken. Die geschmorten Keulen aus dem Topf nehmen und das Fleisch von den Knochen lösen. Den Schmorfond durch ein Sieb passieren und abschmecken. Kichererbsenpüree mit Hilfe eines Ringes auf Tellern anrichten, das ausgelöste Fleisch mit den Pflaumen obenauf legen, die Kichererbsen daneben legen und die Sauce angießen. Hähnchenbrüste in Tranchen aufschneiden und ebenfalls auf die Teller legen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 07. September 2011

## Hähnchen-Brust mit ChiliGemüse und Kokos-Milch

### Für 2 Personen

1/2 kleine Lauchstange	50 g Zuckerschoten	1 rote Paprika
1 Karotte	1 Kartoffel	2 Stangen Zitronengras
2 rote Chilischoten	20 g frischer Ingwer	2 Knoblauchzehen
2-3 EL mildes Currypulver	1 EL Olivenöl	Salz
60 g Maccadamianüsse	300 g Hähnchenbrustfilet	2 EL Erdnussöl
Salz	100 ml Kokosmilch	1 TL Garnelenpaste
3 Stiele frischer Koriander		

Lauch putzen, waschen und in 2 cm lange Rauten schneiden. Die Zuckerschoten ebenfalls in Rauten schneiden. Von der Paprikaschote mit einem Sparschäler die Haut abschälen, dann Paprika halbieren, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in 2 cm lange Rauten schneiden. Karotte schälen, in dünne Längsscheiben hobeln und anschließend in 2 cm große Rauten schneiden. Die Kartoffel schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Vom Zitronengras die äußeren harten Blätter entfernen, dann das Zitronengras halbieren und anklopfen, sodass sich die ätherischen Öle lösen. Chilischoten waschen, halbieren und die Kerne austreichen. Dann das Fruchtfleisch fein schneiden. Ingwer und Knoblauch schälen und fein schneiden. Alles mit dem Curry in einen Mörser geben, das Olivenöl hinzufügen und zu einer Paste verrühren, mit Salz abschmecken. Die Macadamianüsse halbieren. Das Fleisch in Streifen schneiden. 1 EL Erdnussöl in einem Wok erhitzen, die Nusshälften zugeben und goldbraun anschwitzen. Dann die Hähnchenstreifen zugeben, mit Salz würzen und von allen Seiten anbraten. Dann wieder aus dem Wok nehmen. Im Wok mit 1 EL Erdnussöl Zitronengras und die Chilipaste erhitzen, Kokosmilch zugeben, aufkochen und die Garnelenpaste unterrühren. Kartoffelwürfel zugeben und ca. 8 Minuten langsam kochen lassen. Dann Karotten, Paprika und Zuckerschoten zugeben, ca. 3 Minuten garen. Zuletzt den Lauch zugeben und abschmecken. Koriander abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Hähnchenstreifen und Nüsse wieder zugeben, alles kurz durch schwenken, Koriander untermischen und anrichten. Dazu passt sehr gut Basmatireis.

Jörg Sackmann Dienstag, 20. September 2011

## Hähnchen-Brust mit gebratenen Pilzen und Mais-Galettes

### Für 2 Personen

2 Hähnchenbrustfilets	Salz, Pfeffer	3 EL Butter
50 g Maiskörner	150 g Buchweizenmehl	50 g Mehl
2 Eier	100 ml Milch	1 Eiweiß
Butterschmalz	100 ml Geflügelfond	50 ml Madeira
50 ml trockener Rotwein	1/2 Bund glatte Petersilie	200 g gemischte Speisepilze
1 Schalotte		

Den Backofen auf 120 Grad vorheizen. Die Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne mit 1 EL Butter von beiden Seiten anbraten, dann in eine feuerfeste Form geben und im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten fertig garen. Maiskörner, Mehle, Eier und Milch in einen Mixbecher geben und mit einem Pürierstab fein mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eiweiß steif schlagen und unter die Maismasse heben. In einer beschichteten Pfanne mit etwas Butterschmalz nach und nach dünne Pfannkuchen (Galettes) ausbacken. Geflügelfond mit Madeira und Rotwein in einen Topf geben und um etwas mehr als die Hälfte einkochen lassen. Zuletzt mit 1 EL kalter Butter montieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Schalotte schälen, fein schneiden und in der Fleischpfanne mit 1 EL Butter anschwitzen. Die Pilze zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und anbraten. Zuletzt die Petersilie untermischen. Zum Anrichten die Pilze auf Tellern verteilen und die zweimal schräg geschnittenen Hähnchenbrüste darauf anrichten. Maisgalettes zu Vierteln zusammenschlagen, dazu geben und die Sauce angießen.

Otto Koch Freitag, 16. September 2011

## Lackierte Enten-Brust mit Pflaumenwein-Soße

### Für 4 Personen

#### Für die lackierte Entenbrust:

4 Entenbrustfilets a 180 g	2 EL Szechuan Pfeffer	1 EL Rosa Pfeffer
1/2 TL Schwarzer Pfeffer	5 EL Honig	1 EL Sojasauce

#### Für die Pflaumenweinsauce:

30 g Zucker	125 ml Orangensaft	400 ml Pflaumenwein
20 g Sweet-and-Sour-Plum-Sauce	2 TL Stärke	

Für die lackierte Entenbrust:

Backofen auf 120 Grad ( Umluft 100 Grad, Gas Stufe 2) vorheizen. Die Entenbrüste in einer Pfanne auf der Hautseite anbraten bis sie knusprig sind, wenden und kurz von der Fleischseite weiter braten lassen. Für den Entenlack die verschiedenen Pfeffersorten in einem Blitzhacker zerkleinern und mit Honig und Sojasauce vermengen. Die Entenbrüste auf ein Blech legen, mit dem Pfefferlack bepinseln und bei 120 Grad ca.10 Minuten garen und dann 5 Minuten ruhen lassen. Für die Pflaumenweinsauce Zucker in einem Topf hellbraun karamellisieren. Mit Orangensaft und Pflaumenwein ablöschen. Aufkochen und in ca. 10 Minuten offen um 1/3 einkochen lassen. Dann die Sweet and Sour Plumsauce zugeben. Stärke mit wenig kaltem Wasser glattrühren und die Sauce damit binden. Dazu passt Basmatireis.

Karlheinz Hauser 19. Dezember 2011

## Pastinaken-Creme mit Früchten und Perlhuhn-Sticks

### Für 2 Personen

250 g Pastinaken	1 kl. Stange Lauch	3 EL Olivenöl
150 ml Weißwein	450 ml Gemüsebrühe	80 ml Sahne
Salz, Cayennepfeffer	1 Limette, unbehandelt	300 ml Apfelsaft
100 g Dörrobst, gemischt	1 Kardamomkapsel	weißer Pfeffer
2 EL Sojasauce	1 EL Sweet-Chili-Chicken Sauce	Curry, mittelscharf
150 g Perlhuhnbrustfilet	80 g Mehl	45 g Speisestärke
1 TL Sesamöl	1 Prise Backpulver	180 ml Eiswasser
ca. 150 g Frittierfett		

Pastinaken schälen und klein schneiden. Lauch putzen, waschen und ebenfalls klein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Olivenöl die Pastinaken anschwitzen, Lauch zugeben und mit 50 ml Weißwein ablöschen. Diesen nahezu vollständig einkochen lassen. Dann Geflügelbrühe angießen und die Pastinaken weich kochen, ca. 20 Minuten. Zuletzt die Sahne hinzufügen, aufkochen und mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Die Limette heiß abspülen, abtrocknen und die Schale abreiben. Dann den Saft auspressen. 100 ml Weißwein und Apfelsaft in einen Topf geben und aufkochen. Das Dörrobst zugeben, Kardamom, 1 Msp. Limettenschale etwas Salz und Pfeffer zugeben, alles gut vermischen, den Topf vom Herd nehmen und das Dörrobst in der Flüssigkeit ziehen lassen. Aus Sojasauce, 1 Msp. Limettenschale, Sweet-Chili-Chicken Sauce, Salz und 1 Prise Curry eine Marinade mischen. Die Perlhuhnbrust in feine Streifen schneiden und mit der Marinade würzen. Mehl, Speisestärke, Sesamöl, eine Prise Salz, Backpulver, 1 Prise Curry, etwas Limettenschale und -saft in eine Schüssel geben. Eiswasser zufügen und mit einem Schneebesen zu einem glatten, dünnflüssigen Teig verrühren. Die gewürzten Perlhuhnstreifen durch den Teig ziehen und im heißen Frittierfett goldbraun ausbacken. Die Pastinakensuppe pürieren, durch ein feines Sieb passieren und mit einem Pürierstab 2 EL Olivenöl untermixen. Die Früchte in einem Whisky Tumbler geben, die gebackenen Perlhuhnsticks schön anrichten und den aufgeschäumten Pastinakensud eingießen.

Jörg Sackmann Dienstag, 11. Oktober 2011

## Pommersche Gänse-Keulen mit Backpflaumen

### Für 4 Personen

12 Backpflaumen	1 Bund Suppengemüse	3 EL Speiseöl
1 EL Tomatenmark	1 EL Puderzucker	1/4 l Rotwein
1/2 l Hühnerbrühe	4 Gänsekeulen (a 500 g)	2 EL zerlassene Butter
Salz	1 Knoblauchzehe	1 Lorbeerblatt
4 Pimentkörner	1/2 TL schwarze Pfefferkörner	1 kleiner Apfel
1 Streifen Zitronenschale	Pfeffer	1 Prise Majoran

Die Backpflaumen mit 100 ml heißem Wasser übergießen, ziehen lassen. Das Gemüse putzen und waschen bzw. schälen und in kleine Würfel schneiden. Das Gemüse in einem Bräter im Öl anbraten, das Tomatenmark kurz mitrösten. Mit dem Puderzucker bestäuben. Etwa 100 ml Wein angießen und einkochen lassen. Restlichen Wein und die Brühe hinzufügen und auf die Hälfte einkochen. Den Backofen auf 150 Grad vorheizen. Die Gänsekeulen waschen, trocken tupfen und mit einer spitzen Gabel oder Nadel einstechen, damit das Fett beim Braten leichter austreten kann. Die Keulen mit Salz würzen und auf den Saucenansatz im Bräter legen. Im Ofen etwa 4 1/4 Stunden weich schmoren. Nach etwa 3 1/2 Stunden die geschälte Knoblauchzehe, das Lorbeerblatt, die Piment- und die Pfefferkörner dazugeben. Die Keulen aus dem Bräter nehmen und warm halten. Den Saucenansatz eventuell entfetten und durch ein Sieb in einen kleinen Topf gießen, dabei das Gemüse gut ausdrücken. Den Apfel schälen, entkernen und in feine Würfel schneiden. Mit den Backpflaumen und dem Einlegewasser zur Sauce geben. Die Pflaumensauce kurz köcheln lassen und nach Belieben leicht binden. Die Zitronenschale 2 Minuten in der Sauce ziehen lassen und wieder entfernen. Die Pflaumensauce mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Majoran würzen. Die Gänsekeulen mit der Pflaumensauce anrichten. Nach Belieben Klöße dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah 23. November 2011

## Porree a la - Creme mit Hähnchen-Brust

### Für 2 Personen

250 g Lauch (Porree)	2 Stiele Majoran	2 Hähnchenbrustfilets
250 g Sahne	Salz, Pfeffer	1 EL Butterschmalz
500 g Kartoffeln	2 EL Butter	1 Prise Zucker
125 ml Geflügelbrühe	1 TL Kartoffelstärke	Muskat

Den Backofen auf 100 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Lauch putzen, waschen und abtropfen lassen. Ca. 30 g Lauch in feine Würfel schneiden. Majoran abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Hähnchenbrustfilets zuschneiden, ca. 30 g der Abschnitte mit 30 g Sahne in einen Cutter geben, mit Salz und Pfeffer würzen, Majoranblättchen zugeben und zu einer Farce mischen. Feingeschnittenen Lauch untermischen, die Masse in einen Spritzbeutel füllen. Die Haut der Hähnchenbrustfilets anheben und die Farce darunter spritzen. Hähnchenbrustfilets salzen und in einer Pfanne (backofengeeignet) mit Butterschmalz sanft von beiden Seiten anbraten. Dann im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten garen. Die Kartoffeln schälen, in dünne Scheiben schneiden und diese in Rauten schneiden. Rest Lauch längs halbieren und in Rauten oder Vierecke schneiden. Den weißen Anteil des Lauchs zusammen mit den Kartoffeln in einer Pfanne mit Butter anbraten. Mit Salz und wenig Zucker würzen. Rest Sahne und Geflügelbrühe zugeben und ca. 5 Minuten kochen. Kartoffelstärke mit 1 EL Wasser anrühren und die Sahne-Lauch-Kartoffeln damit binden. Den grünen Lauchanteil zugeben, nochmals kurz ziehen lassen und mit Salz und Muskat abschmecken. Die Hühnerbrust anschneiden und mit den Sahne-Lauch-Kartoffeln zusammen servieren.

Jacqueline Amirfallah 02. November 2011

## Ravioli von Rucola und Perlhuhn-Brüstchen

### Für 4 Personen

200 g Hartweizenmehl	100 g Mehl	2 Eier
2 Eigelb	1 EL kaltes Wasser	3 EL Olivenöl
Salz	3 Bund Rucola	1 Fleischtomate
800 g gelbe Tomaten	ca. 1 l Frittierfett	2 Zwiebeln
ca. 80 g Honig	5 g frischer Ingwer	1 Lorbeerblatt
Pfeffer	1 Prise Muskatblüte	4 Perlhuhnbrüstchen
150 ml Sahne	2 EL Butter	

Für den Teig die beiden Mehl auf ein Brett häufen oder in eine Schüssel geben, in der Mitte eine Mulde eindrücken. Eier, 1 Eigelb, Wasser, 1 EL Olivenöl und eine Prise Salz zugeben und zu einem glatten Teig kneten, in Frischhaltefolie einpacken und ca. 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Rucola abspülen, gut abtropfen lassen und abtrocknen. Die Fleischtomate und die gelben Tomaten am Stielansatz einritzen, kurz in heißem Wasser blanchieren, dann die Haut abziehen. Die gelben Tomaten grob schneiden, ohne sie zu entkernen. Die Fleischtomate vierteln, die Kerne austreichen und dann das Fruchtfleisch fein würfeln. In einem hohen Topf oder einer Fritteuse das Frittierfett erhitzen und den fast allen Rucola zugeben, frittieren, herausnehmen, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und dann sehr fein hacken. Zwiebeln schälen, in feine Streifen schneiden und in einem großen Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Honig zugeben und glacieren, dann die gelben Tomaten mit in den Topf geben. Ingwer schälen und in 2 dünne Scheiben schneiden, zusammen mit dem Lorbeerblatt zu den Tomaten geben und bei milder Hitze köcheln lassen, bis die Tomaten zu eine sämigen Masse verkocht sind. Mit Salz, Pfeffer und Muskatblüte abschmecken. Die Perlhuhnbrüstchen parieren und die kleinen Filetstücke, die an der Brust sind abschneiden. Die Filetstücke grob würfeln und mit kalter Sahne, etwas Salz und Pfeffer in einem Cutter zu einer Farce pürieren. Die Farce mit dem gehackten frittierten Rucola und den Fleischtomatenwürfeln vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Mit einer Nudelmaschine oder einem Nudelholz den Teig dünn ausrollen. 1 Eigelb verquirlen und die Teigstreifen damit einstreichen, mit einem Löffel kleine Häufchen Füllung auf den Nudelteig setzen, eine weitere Bahn Nudelteig darüber klappen. Den Teig gut andrücken und die einzelnen Raviolis ausschneiden oder ausstechen. Die Perlhuhnbrüstchen mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl von beiden Seiten je ca. 3-4 Minuten braten. Die Ravioli in einem großen Topf mit Salzwasser ca. 5 kochen, herausnehmen, abtropfen und in einer Pfanne mit 2 EL Butter kurz abglänzen. Die gelben Tomaten auf Tellern anrichten, dass in Tranchen geschnitten Fleisch und die Ravioli darauf geben. Mit etwas frischem Rucola garnieren und servieren.

Martin Gehrlein Mittwoch, 10. August 2011

## Sandwich vom Perlhuhn mit Kartoffel-Balsamico-Jus

### Für 2 Personen

#### Für das Sandwich:

2 Perlhuhnbrustfilets a 150 g	1 EL Butterschmalz	Salz, Pfeffer
1 Chilischote	1 Zweig Koriander	1 EL körniger Senf
1 EL weißer Balsamico	3 EL Olivenöl	1 Prise Zucker
3 Schalotten	1 TL Mehl	Olivenöl
1 Fleischtomate	5 Scheiben Toastbrot	1 Kopfsalatherz, geputzt

#### Für den Kartoffel-Balsamico-Jus:

100 g Kartoffeln, mehlig	80 g junger Lauch	20 g Pinienkerne
1 EL Olivenöl	30 ml trockener Wermut	30 ml Anisschnaps
60 ml Weißwein	150 ml Geflügelfond	Salz, Pfeffer
1 Prise Muskat	1 EL weißer Balsamico	1 Spritzer Zitronensaft

Für das Sandwich:

Backofen auf 70 Grad (Umluft 50 Grad, Gas Stufe 1) vorheizen. Perlhuhnbrust in einer backofengeeigneten Pfanne mit Butterschmalz anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und im Ofen bei 70 Grad für 20 Minuten ziehen lassen. Die Chilischote entkernen und fein schneiden, den Koriander fein hacken. Für die Marinade Senf, Balsamico und Olivenöl verrühren, Chili und Koriander untermischen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Schalotten schälen, in sehr dünne Ringe schneiden, leicht mit 1 TL Mehl mischen und in einer tiefen Pfanne oder einem tiefen Topf mit Olivenöl goldbraun rösten, auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Tomate in feine Scheiben aufschneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Kartoffel-Balsamico-Jus:

Die Kartoffeln schälen und in grobe Würfel schneiden. Lauch waschen und grob würfeln. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Kartoffeln, Lauch und Pinienkerne darin anschwitzen, mit dem Wermut, Schnaps und Wein ablöschen und reduzieren lassen. Mit dem Geflügelfond auffüllen und die Kartoffeln darin gar kochen. Durch ein Sieb passieren und die Pinienkerne mit einem Teil der Kartoffeln mixen, so dass die Sauce leicht bindet. Mit Salz, Pfeffer, Muskat, Balsamico und Zitronensaft würzen. Toastbrotsccheiben halbieren, von einer Seite in einer Pfanne bräunen. Eine Toastbrotsccheibe in Würfel schneiden, die anderen mit Senfmarinade bestreichen und würzen. Toastscheiben in die Mitte des Tellers geben, mit Tomatenscheiben und Kopfsalat belegen und mit Kartoffel - Balsamicojus beträufeln. Perlhuhnbrust in Streifen schneiden, auf den Salat geben und wieder mit Tomatenscheiben bedecken, mit Toastbrotwürfeln und Pinienkernen bestreuen. Zum Schluss noch Kartoffel - Balsamicojus über das Gericht geben und mit Senfmarinade beträufeln. Mit gebackenen Schalotten das Gericht vollenden.

Jörg Sackmann 27. Dezember 2011



## Sommerliches Hähnchen-Aprikosen-Sandwich

### Für 2 Personen

200 ml Hühnerbrühe	2 Hähnchenbrustfilets	1 Zitrone
1 TL scharfer Senf	1 frisches Eigelb	130 ml Olivenöl
Salz, Pfeffer	1 Stängel Liebstöckel	4 Aprikosen
1 EL Butter	1 Prise Zucker	1 Baguette
$\frac{1}{2}$ Romanasalat	3 Frühlingszwiebeln	3 Stiele Estragon

Die Hühnerbrühe in einem Topf erhitzen, gut abschmecken und Lorbeerblatt und Hähnchenbrustfilets einlegen. Fleisch bei ca. 65 Grad Brühentemperatur ca. 25 Minuten gar ziehen lassen. Von der Zitrone den Saft auspressen. Für die Mayonnaise Senf und Eigelb mit dem Schneebesen gut verrühren. Das Olivenöl langsam unter Rühren zugeben, bis die Mayonnaise die gewünschte Konsistenz hat. Diese mit Salz, etwas Pfeffer und 1 Spritzer Zitronensaft abschmecken. Liebstöckel abspülen, trocken schütteln, fein hacken und unter die Mayonnaise mischen. unterrühren und mit Salz abschmecken. Die Aprikosen waschen, abtrocknen, halbieren und die Steine auslösen. Vier Aprikosenhälften in einer Pfanne mit 1 EL Butter braten, mit einer Prise Zucker und Pfeffer würzen. Backofen auf 180 Grad Oberhitze vorheizen. Das Baguette längs aufschneiden, auf ein Backblech geben und im Backofen einige Minuten rösten. Romanasalatblätter putzen, waschen, abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Die restlichen Aprikosenhälften in Spalten schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und fein schneiden. Estragon abspülen, trocken schütteln, die Hälfte davon fein hacken. Salat, Aprikosenspalten, Frühlingszwiebeln und gehacktem Estragon in eine Schüssel geben, mit 2 EL Zitronensaft und 3 EL Olivenöl marinieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gegartes Hähnchenbrustfilet aus der Brühe nehmen und in Scheiben aufschneiden. Die gerösteten Brothälften mit der Mayonnaise bestreichen, die gebraten Aprikosen und die Fleischscheiben darauf legen, leicht salzen und Estragonblätter darüber streuen. Die belegten Brotscheiben auf Tellern anrichten und den Salat dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 20. Juli 2011

# Soufflierte Poularde mit flüssiger Polenta

## Für 4 Personen

1 Schweinenetz vom Metzger	4 Maispouardenbrüste mit Keule	50 g Hähnchenbrustfilet
50 g Sahne	Salz, Pfeffer	10 Champignons
2 EL Sonnenblumenöl	1/2 Bund glatte Petersilie	3 Zweige Thymian
1 Stängel Salbei	100 ml Geflügelfond	150 ml Milch
50 g Polentagries	20 g Parmesan	100 ml Geflügeljus

Das Schweinenetz gut wässern und anschließend mit klarem Wasser spülen. Den Backofen auf 120 Grad ( Umluft 100 Grad, Gas Stufe 2 ) vorheizen. Die Pouardenbrust von der Haut befreien und den Knochen zuputzen. Das Hähnchenfleisch mit der Sahne aufmixen, zu einer Farce verarbeiten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Champignons putzen und in feine Scheiben schneiden. Die Farce auf die obere Seite der Pouardenbrust dünn verteilen und mit den Champignons fächerförmig belegen. Das Schweinenetz zuschneiden und die Pouardenbrust darin einpacken. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Pouardenbrust von beiden Seiten kurz anbraten bis diese leicht goldgelb ist und im vorgeheizten Ofen ca. 12 Minuten fertig garen. Die Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Geflügelfond und Milch zusammen aufkochen und den Polentagrieß langsam einrieseln lassen. Mit einem Holzkochlöffel verrühren bis der Grieß eine schöne sämige Konsistenz ergibt. Den Parmesan fein reiben und mit den gehackten Kräuter unter die Polenta rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Geflügeljus erwärmen. Die Polenta in die Mitte des Tellers geben, die Pouardenbrust daraufsetzen und mit der Sauce beträufeln.

Karlheinz Hauser Montag, 22. August 2011

## Zitronen-Hähnchen in Sommer-Zwiebel-Essenz

### Für 2 Personen

1 Freilandhähnchen	1 Schalotte	1 Stange Staudensellerie
6 EL Olivenöl	250 ml Weißwein	Salz
2 Zweige Thymian	1 Biozitrone	Pfeffer
4 junge Gemüsezwiebeln	30 g Parmesan	2 Scheiben Kastenweißbrot

Das Hähnchen entbeinen, also Brust und Keulen auslösen, dabei jedoch bei der Brust den Flügelknochen dran lassen. Von den ausgelösten Keulen den Oberschenkelknochen auslösen. Das Knochengerippe kleinhacken. Schalotte schälen und würfeln, Sellerie in Stücke schneiden. Schalotten und Sellerie in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, die Knochen zugeben, jedoch keine Farbe nehmen lassen. Mit dem Weißwein und ca. 250 ml Wasser auffüllen. Mit Salz würzen und Thymian zugeben, alles ca. 15 Minuten kochen lassen, dann durch ein Sieb passieren. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Zitrone abwaschen, abtrocknen und dann die Schale abreiben. Von den Fleischteilen mit Hilfe des Zeigefingers die Haut vom Fleisch lösen. Der äußere Rand der Haut sollte jedoch noch am Fleisch haften. In den Hohlraum zwischen Fleisch und Haut die Zitronenschale verteilen. Die Fleischteile mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit hitzebeständigem Griff mit 2 EL Olivenöl von beiden Seiten braten, dann ca. 8 Minuten im vorgeheizten Ofen fertig garen. Die Keulenstücke evtl. ein paar Minuten länger als die Bruststücke garen. Die Zwiebeln schälen, in sehr dünne Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl hellbraun anschwitzen. Dann die Hühnerbrühe zugeben und abschmecken. Den Parmesan fein reiben. Das Brot toasten, mit Olivenöl beträufeln und Parmesan darüber streuen. In einem tiefen Teller die gebratenen Fleischstücke anrichten und die Zwiebelbrühe angießen. Das getoastete Brot schräg durch schneiden dazu reichen.

Vincent Klink Donnerstag, 14. Juli 2011



**Hack**

## Kohl-Rouladen mit Speck

### Für 4 Personen

8 große weiße Kohlblätter	Salz	1 – 2 EL Essig
1 Brötchen (vom Vortag)	2 kleine Zwiebeln	500 g gem. Hackfleisch
2 Eier	2 EL Petersilie, gehackt	1/2 TL getrockneter Majoran
Pfeffer	1 EL Speiseöl	100 g durchwachsener Räucherspeck
ca. 1/2 l Fleischbrühe	2 EL Crème-fraîche	

Die Kohlblätter waschen und in kochendem Salzwasser kurz blanchieren. In kaltem Essigwasser abschrecken, abtropfen lassen und die dicken Blattrippen flach schneiden. Das Brötchen in Wasser einweichen. Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Das Brötchen gut ausdrücken, mit den Zwiebeln, dem Hackfleisch, den Eiern und der Petersilie zu einem glatten Fleischteig verkneten. Mit Majoran, Salz und Pfeffer kräftig würzen. Die Kohlblätter nebeneinander auf die Arbeitsfläche legen. Den Fleischteig in 8 Portionen teilen und auf die Blätter verteilen. Die Blätter seitlich einschlagen und jeweils von der kurzen Seite her aufrollen. Die Rouladen mit Küchengarn umwickeln und verschließen. Das Öl in einem Bräter erhitzen. Den Speck in Würfel schneiden und darin leicht knusprig braten. Die Kohlrouladen im Speckfett bei schwacher Hitze rundum anbraten. Mit der Brühe ablöschen und zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze etwa 45 Minuten schmoren. Die Kohlrouladen herausnehmen und warm halten. Den Bratenfond etwas einkochen und nach Belieben durch ein Sieb passieren. Die Crème-fraîche in die Sauce rühren, aufkochen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kohlrouladen mit der Sauce und z. B. Salzkartoffeln servieren.

Vincent Klink 17. November 2011

# Königsberger Klopse in Kapern-Soße

## Für 4 Personen

### Für die Klopse:

200 ml Milch	4 Scheiben Toastbrot	3 Sardellenfilets (in Öl)
2 Zwiebeln	750 g Kalbshackfleisch	3 Eier
2 EL gehackte Petersilie	Salz, Pfeffer	1 l Fleischbrühe
1 Lorbeerblatt	3 Gewürznelken	4 schwarze Pfefferkörner

### Für die Sauce:

60 g Butter	3 EL Mehl	120 g Sahne
5 EL Kapern	3 EL Zitronensaft	Salz, Pfeffer

Für die Klopse:

Die Milch in einem Topf erhitzen. Das Toastbrot entrinden, in Würfel schneiden und in der heißen Milch einweichen. Die Sardellenfilets trocken tupfen und klein schneiden. Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Das Toastbrot ausdrücken und mit den Sardellen und den Zwiebelwürfeln unter das Hackfleisch mischen. Die Eier und die Petersilie hinzufügen und alles zu einem glatten Teig verkneten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Masse mit angefeuchteten Händen 8 Klopse formen. Die Brühe mit dem Lorbeerblatt, den Gewürznelken und den Pfefferkörnern aufkochen. Die Klopse darin bei schwacher Hitze 15 Minuten gar ziehen lassen. Mit dem Schaumlöffel herausnehmen und in einer Schüssel warm stellen. Die Kochbrühe durch ein Sieb passieren.

Für die Sauce:

Die Butter in einem Topf erhitzen und das Mehl darin anschwitzen. Nach und nach etwa 3/4 l der Kochbrühe mit dem Schneebesen unterrühren. Die Sauce einige Minuten köcheln lassen. Die Sahne unterrühren und die Kapern hinzufügen. Die Sauce mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzig abschmecken. Die Klopse in die Sauce geben und einige Minuten ziehen lassen. Mit Salzkartoffeln servieren.

Cornelia Poletto 28. November 2011

## Orientalische Kohl-Rouladen

### Für 4 Personen

100 g Rundkornreis	Salz	1 kleiner Weißkohl (ca. 1 kg)
2 Zwiebeln	4 EL Butterschmalz	1 Prise Safranfäden
50 g Mandeln	50 g Pistazien	50 g Sultaninen
200 g Rinderhackfleisch	1 Prise Sumach	

Reis in Salzwasser weich kochen. Vom Weißkohl 8-12 schöne Blätter herauslösen, diese in Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Restlichen Kohl halbieren, den Strunk entfernen und ca. 350 g Kohl sehr fein schneiden. Zwiebeln schälen, sehr fein würfeln und die Hälfte davon in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz anschwitzen, den fein geschnittenen Weißkohl zugeben, salzen und schmoren bis der Kohl fast weich ist. Die Safranfäden im Mörser zermahlen. Mandeln, Pistazien und Sultaninen grob hacken. 1 Prise Safran unter den gebratenen Kohl mischen, Mandeln, Pistazien, Sultaninen und den gekochten Reis darunter mischen. Den Topf vom Herd nehmen, das rohe Hackfleisch zugeben und Safran fäden im Mörser zermahlen und zugeben (einige Fäden zurückbehalten)Mandeln, Pistazien und Sultaninen grob hacken und zugeben. Reis darunter mischen, Topf vom Herd nehmen und das rohe Hackfleisch zugeben, alles sehr gut vermengen und mit Salz und Sumach abschmecken. Die Kohlblätter flach auslegen, falls nötig die Rippen heraus schneiden und ein wenig von der Füllung darauf geben, dann zu kleinen Roulade aufrollen. In einem großen flachen Topf die restliche fein geschnittene Zwiebel mit 2 EL Butterschmalz anbraten und die Kohlrouladen eng an eng hineinlegen bis Sie den Boden bedecken. 1 Prise Safran mit 50 ml warmen Wasser vermischen und darüber gießen. Die Kohlrouladen bei milder Hitze, zugedeckt ca. 15 Minuten garen. Herausnehmen und servieren. Dazu passt sehr gut Fladenbrot.

Jacqueline Amirfallah 09. November 2011



# Innereien

## Gebratene Geflügel-Leber mit Feigen-Chutney

### Für 2 Personen

150 g Kichererbsen	Salz	2 Schalotten
6 – 7 Feigen, frisch	5 EL Olivenöl	1 Prise Zucker
2 EL Rotweinessig	1/2 Bund Thymian	Pfeffer
1 EL Sesampaste (Tahin)	150 g Geflügelleber	1 EL Mehl
1 TL Butter	2 EL Portwein	

Die Kichererbsen über Nacht in reichlich kaltem Wasser einweichen. Dann abgießen und in einem Topf mit reichlich Salzwasser weichkochen. Für das Feigenchutney die Schalotten schälen und würfeln, die Feigen schälen und klein schneiden. 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Schalotten anschwitzen und die Feigen zugeben. Mit Salz, einer Prise Zucker und Essig würzen. Thymian abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Thymianblätter zu den Feigen geben, kurz köcheln und lassen, dann zum Abkühlen zur Seite stellen. Von den gekochten Kichererbsen einige beiseite legen, die restlichen mit 2 Esslöffeln Olivenöl, Salz und Pfeffer pürieren. Falls die Masse zu fest ist, etwas von dem Kochwasser zugeben bis ein cremiges Püree entsteht. Mit Salz, Pfeffer und Sesampaste abschmecken. Die Leber in Mehl wenden. In einer Pfanne 1 Esslöffel Olivenöl erhitzen und die Leber von beiden Seiten ca. 3 Minuten braten. Überschüssiges Fett aus der Pfanne gießen, die Leber salzen, Butter und Portwein zur Leber geben und weiterbraten, bis die Flüssigkeit fast verdampft ist. Die restlichen Kichererbsen mit Salz, 1 EL Olivenöl und Thymian würzen. Kichererbsenpüree mit der Leber und dem Feigenchutney anrichten. Nach Belieben mit einer frischen Feige garnieren.

Jacqueline Amirfallah 21. Dezember 2011

## Penne mit Kalb-Leber und Radicchio trevisano

### Für 4 Personen

2 Stück Radicchio trevisano	Essig	400 g Penne
Meersalz	2 Zweige Thymian	4 Stängel glatte Petersilienblätter
2 rote Zwiebeln	2 EL Butter	Pfeffer
100 ml Rotwein	50 ml roter Portwein	300 g Kalbsleber
50 ml Kalbsjus	2 EL Balsamico	1 EL Olivenöl
8 Scheiben Tirolerspeck, hauchdünn	Parmesan zum Hobeln	

Das Wurzelende vom Trevisano abschneiden und das weiße der Blätter herausschneiden. In lauwarmem Essigwasser waschen, danach vorsichtig trocken schleudern und in Streifen schneiden. Die Penne in kochendem Salzwasser bissfest garen. Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die roten Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Butter glasig anschwitzen, leicht salzen und pfeffern. Mit Rot- und Portwein ablöschen und einkochen lassen. Die Kalbsleber würfeln und in einer Pfanne mit einem 1 EL Butter anbraten, danach salzen und pfeffern. Kalbsjus und Balsamico zu den Zwiebeln geben und nochmals aufkochen lassen. Die Penne durch ein Sieb abgießen und dazugeben. Die geschnittenen Trevisanostreifen und Kräuter dazugeben und alles einmal durchschwenken. Alles einmal aufkochen lassen und durchschwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Speck in Stücken hineinzupfen und knusprig braten. Auf vier vorgewärmten Tellern die Penne anrichten, Kalbsleberwürfel und gebratenen Speck darauf geben und nach Belieben mit Parmesanhobeln bestreuen.

Cornelia Poletto Montag, 24. Oktober 2011

## Pikanter Bratapfel mit Maronen gefüllt und Hühner-Leber

### Für 2 Personen

10 Esskastanien (Maronen)	200 g Kartoffeln, mehlig	2 große Boskoop
150 g Hühnerleber	1 rote Zwiebel	2 EL Butterschmalz
Salz, Pfeffer	1 Prise Kreuzkümmel	2 Stiele frischer Majoran
1,5 EL Butter	1 Prise Muskat	20 ml roter Portwein

Den Backofen auf 220 Grad (Umluft 200 Grad) vorheizen. Die Maronen auf der glatten Seite einritzen, auf ein Backblech geben und ca. 10 Minuten in den vorgeheizten Ofen schieben. Dann herausnehmen, schälen und grob hacken. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 170 Grad) herunterschalten. Die Kartoffeln weich kochen. Die Äpfel waschen, mit einem Apfelsausstecher das Kerngehäuse entfernen und zusätzlich mit einem Messer noch etwas Fruchtfleisch schneiden, so dass eine Aushöhlung für die Füllung entsteht. Das ausgehöhlte Apfelfruchtfleisch fein hacken. 30 g der Hühnerleber fein hacken. Die rote Zwiebel schälen, halbieren, in hauchdünne Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Die Hälfte der angeschwitzten Zwiebel aus der Pfanne nehmen und zur Seite legen. Zu den übrigen Zwiebeln in der Pfanne die gehackten Maronen, gehackten Apfel geben und die gehackte Hühnerleber geben und mit anschwitzen. Dann mit Salz, Pfeffer und einer Prise Kreuzkümmel würzen. Die ausgehöhlten Äpfel von innen salzen und pfeffern und die Maronen-, Zwiebel-, Apfel-, Lebermasse hineingeben. Die gefüllten Äpfel in eine Auflaufform geben und im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten garen. Majoran abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Die gekochten heißen Kartoffeln pellen und in eine Schüssel geben. 1 EL Butter, Majoranblättchen und die übrigen Zwiebeln zugeben und alles mit einem Kartoffelstampfer zerstampfen. Mit Salz und Muskat würzen. Die Leber von allen Seiten in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anbraten, dann das überschüssige Fett aus der Pfanne abgießen, die Leber salzen, 1 TL Butter und den Portwein zugeben und die Leber fertig garen. Kartoffelstampf auf den Tellern anrichten, Bratapfel darauf setzen und die Leber im Portweinsud dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 26. Oktober 2011

# Kalb

## Carpaccio vom Kalb-Filet mit Steinpilzen

### Für 4 Personen

#### Für das Carpaccio:

400 g Kalbsfilet	50 ml hellen Kalbsfond	Saft einer halben Zitrone
3 – 4 EL kaltgepresstes Olivenöl	Salz, Pfeffer	1/4 Bund Kerbel
1/4 Bund glatte Petersilie	1 TL grobes Meersalz	

#### Für die Steinpilze:

400 g Steinpilze, klein	1 Schalotte	5 Stängel glatte Petersilie
2 EL Butter	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
2 Zweige Thymian	1 Spritzer Zitronensaft	1 Bund Rucola
20 g Parmesan		

Das Filet in dünne Scheiben schneiden, zwischen Klarsichtfolie legen und behutsam etwas klopfen damit es sehr dünn wird. Die geklopften Scheiben einzeln auf einen Teller legen bis dieser komplett bedeckt ist. Aus Kalbsfond, Zitronensaft und Olivenöl eine Vinaigrette herstellen und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Kerbel und Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Kräuter unter die Vinaigrette mischen und die Sauce auf dem Carpaccio gleichmäßig mit einem Pinsel verteilen und zum Schluss mit Salzflakes bestreuen. Die Steinpilze sauber putzen. Die Schalotte schälen und würfeln. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. In einer Pfanne Butter und Olivenöl erhitzen und die Schalotten darin glasig anschwitzen. Die Steinpilze zugeben und anbraten. Mit Salz, Pfeffer, Thymian und Zitronensaft würzen. Zum Schluss die Petersilie unterziehen. Den Rucola putzen, waschen und trockenschleudern. Auf das Carpaccio die lauwarmen Steinpilze verteilen und den Rucola daraufgeben. Parmesan darüber hobeln. Dazu passt geröstetes Kräuterbaguette.

Karlheinz Hauser Montag, 29. August 2011

## Fileto di vitello a limone

### Für 2 Personen

2 mittelgroße Kartoffeln	2 EL Olivenöl	Meersalz
1 Zweig Rosmarin	3 Schalotten	300 g Kalbsfilet
Pfeffer	3 EL Butter	1/8 l Kalbsfond
1 Zitrone	1/8 l trockener Weißwein	150 ml Sahne
150 g Blattspinat	1/2 Bund glatte Petersilie	1 Knoblauchzehe

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) vorheizen. Kartoffeln schälen, in Viertel schneiden und in einer kleinen Auflaufform mit etwas Olivenöl, Salz und Rosmarin im vorgeheizten Backofen ca. 25 Minuten garen. Schalotten schälen und fein schneiden. Das Kalbsfilet mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 2 EL Butter goldbraun anbraten. Zwei gewürfelte Schalotten dazugeben und mit anschwitzen. Mit dem Kalbsfond ablöschen, das Filet aus der Sauce nehmen und warm stellen. Den Kalbsfond in der Pfanne zur Seite stellen. Für die Sauce den Saft der Zitrone auspressen, in einem separaten Topf den Weißwein und den Zitronensaft um 3/4 einkochen lassen. Dann die Sahne zugeben und nochmals etwas einkochen lassen. Spinat waschen und abtropfen lassen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Knoblauch schälen und fein hacken. Die Sauce mit dem mit Kalbsfond gelösten Bratensaft mischen, Petersilie zugeben und abschmecken. Restliche Schalotte und Knoblauch in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, den Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Den aus dem Filet ausgetretenen Saft zur Sauce geben. Das Kalbsfilet in Scheiben schneiden, mit den Kartoffeln und dem Spinat anrichten. Mit der Sauce übergießen.

Otto Koch Freitag, 05. August 2011

## Gefüllte Kalb-Piccata

### Für 4 Personen

800 g kleine Strauchtomaten	3 Schalotten	3 Knoblauchzehen
1 TL brauner Zucker	120 ml Olivenöl	Meersalz, Pfeffer
120 g Mozzarella	50 g getrocknete Tomaten in Öl	2 Stiele Basilikum
4 Kalbsschnitzel a 150 g	2 Scheiben Toastbrot	3 Eier
30 g Parmesan	2 EL Butter	1/2 Bund Schnittlauch
1-2 EL Sherryessig		

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Die Tomaten waschen, halbieren und mit den Schnittflächen nach oben auf einem Backblech oder einer Auflaufform verteilen. Schalotten und Knoblauch schälen, in dünne Scheiben schneiden und zwischen den Tomaten verteilen. Mit braunem Zucker bestreuen, mit 2 EL Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Die vorbereiteten Tomaten ca. 10 Minuten im vorgeheizten Ofen garen. Mozzarella in Würfel schneiden, getrocknete Tomaten ebenfalls fein würfeln. Basilikum abspülen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und in Streifen schneiden. Die Kalbsschnitzel dünn plattieren, das geht am besten zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie oder Gefrierbeuteln. Die Schnitzel mit Salz und Pfeffer würzen, Mozzarella, getrocknete Tomaten und Basilikum jeweils auf einer Schnitzelhälfte verteilen, dabei ringsum einen Rand frei lassen. Die andere Fleischhälfte darüber klappen und die Ränder gut andrücken. Vom Toastbrot die Rinde entfernen, das Brot im Cutter fein zerhacken. Die Eier in einem tiefen Teller verquirlen. Parmesan fein reiben und mit den Brotbröseln unter die Eier mischen und alles gut verrühren. In einer Pfanne restliches Olivenöl und Butter erhitzen. Die Schnitzel durch die Eiermischung ziehen und im heißen Fett in der Pfanne bei mittlere Hitze auf jeder Seite ca. 5 Minuten goldbraun braten. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Tomaten aus dem Ofen nehmen und in eine Schüssel geben, Schnittlauch untermischen und mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kalbs-Piccata mit den Tomaten anrichten.

Cornelia Poletto Montag, 12. September 2011



# Gefüllter Kalb-Schwanz, Zwiebel-Püree, Stampf-Kartoffeln

## Für 4 Personen

2 Scheiben Toastbrot	2 EL Butter	150 g Pfifferlinge
40 g Lauch (weißer Teil)	Salz, Pfeffer	2 Kalbsschwänze, vom Metzger
150 g Schweinehals	100 ml Sahne	1 Prise Muskat
300 g Zwiebeln	3 EL Sonnenblumenöl	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	100 ml Rotwein	100 ml Rinderfond
500 g Kartoffeln	1/2 Bund Schnittlauch	50 ml Olivenöl
150 ml braune Bratensauce		

Toastbrot in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter leicht anrösten. Pilze putzen und fein schneiden. Lauch putzen, waschen und in feine Würfel schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Butter Pilze und Lauch anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die ausgelösten Kalbsschwänze parieren und die Abschnitte mit dem Schweinehals durch die feine Scheibe des Fleischwolfs drehen. Die Sahne untermischen und die Brotwürfel unterheben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Dann die leicht abgekühlte Pilzmasse untermischen. Den Backofen auf ca. 120 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Ein großes Stück Alufolie auf den Tisch legen und mit hitzefester Klarsichtfolie abdecken. Beide Kalbsschwänze jeweils mit der Spitze gegeneinander und mit der Außenseite nach unten auflegen, mit Salz und Pfeffer würzen und die Füllung darauf verteilen und gleichmäßig zu einer Rolle formen, an beiden Enden verschließen und ca. 3 bis 4 Stunden im Wasserbad bei 90 Grad Wassertemperatur im Ofen geschlossen garen. Den gegarten Kalbsschwanz abkühlen lassen. Für das Zwiebelpüree den Backofen auf 100 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Die Zwiebeln schälen, in feine Scheiben schneiden und in einem Topf mit 3 EL Sonnenblumenöl Öl anschwitzen und leicht Farbe annehmen lassen. Kräuterzweige zugeben und mit Rotwein ablöschen. Den Rotwein bei mittlerer Hitze einkochen lassen. Dann den Rinderfond zugeben und bei schwacher Hitze vollständig einkochen lassen. Dann alles in eine Auflaufform geben und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten ausdampfen lassen. Die Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser weich kochen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Von den Zwiebeln die Kräuterzweige entfernen, die Masse fein pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und warm halten. Die gekochten Kartoffeln abschütten, 50 ml Kochfond auffangen. Kartoffeln in eine Schüssel geben, mit einer Gabel zerdrücken und den Kochfond und Olivenöl unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Bratensauce in einem Topf erwärmen. Den Kalbsschwanz aus der Folie wickeln und in Scheiben aufschneiden. Auf Tellern anrichten, mit der Sauce übergießen und Stampfkartoffeln und Zwiebelpüree dazu reichen.

Jörg Sackmann Dienstag, 06. September 2011

## Kalb-Filet mit Pfifferlingen und Rucola

### Für 4 Personen

150 g Rucola	300 g Pfifferlinge	4 Medaillons vom Kalbsfilet a 120 g
Salz, Pfeffer	6 EL Olivenöl	12 Kirschtomaten
1/2 Bund glatte Petersilie	3 Zweige Thymian	1 Limette
1 Schalotte	1 EL Butter	2 EL Balsamico
150 ml Kalbssoupe	alter Balsamico	

Den Backofen auf 140 Grad (Umluft 120 Grad) vorheizen. Rucola abspülen und trocken schütteln. Die Pfifferlinge mit einem Küchenmesser und Küchenkrepp sauber putzen. Das Kalbsfilet mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heißen Pfanne mit 2 EL Olivenöl von beiden Seiten kurz anbraten. Die Filets auf ein Backofengitter setzen und im vorgeheizten Ofen ca. 12 Minuten rosa garen. Kirschtomaten waschen und vierteln. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Thymian abspülen, trocken schütteln und die Blättchen vom Zweig abstreifen. Von der Limette den Saft auspressen. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, Pfifferlinge zugeben und anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen und zum Schluss die fein geschnittene Petersilie und den Limettensaft unterziehen. Balsamico und 4 EL Olivenöl in eine Schüssel geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Dressing zum Rucola geben und gut miteinander vermischen. Tomatenhälften unterheben. Kalbssauce in einem Topf erwärmen. Rucolasalat auf Tellern anrichten, das rosa gebratene Kalbsfilet darauf setzen und die Pfifferlinge auf das Kalbsfilet und um den Rucola herum geben. Kalbssauce auf das Filet träufeln, nach Geschmack noch mit einem alten Balsamico beträufeln. Dazu passt sehr gut geröstetes Baguette.

Karlheinz Hauser Montag, 4. Juli 2011

# Kalb-Filet Rumohr mit Pilzen und Gemüse-Nudeln

## Für 2 Personen

### Für das Kalbsfilet:

50 g Trompetenpilze	2 große Steinchampignons	50 g frischer Blattspinat
1 Schalotte	1 EL Butter	Salz, Pfeffer
240 g Kalbsfilet (2 Stück a 120 g)	2 Scheiben luftgetr. Schinken	2 Eigelb
2 EL Milch	200 g Blätterteig	

### Für die Gemüsenudeln:

150 g Lauch	1 Kohlrabi	2 Schalotten
1 EL Olivenöl	80 ml Weißwein	50 ml trockener Wermut
50 ml Portwein	250 ml Geflügelfond	80 g Sauerrahm
1 Spritzer Zitronensaft	Salz, Cayennepfeffer	

Den Backofen auf 220 Grad vorheizen. Die Trompetenpilze putzen. Champignonköpfe aushöhlen und die Haut abziehen. Die Champignon-Stiele und die Trompetenpilze fein schneiden. Blattspinat putzen, waschen, abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Die Schalotte schälen, in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen. Die gewürfelten Pilze zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und anbraten. Spinat ebenfalls zugeben, kurz mit anschwitzen und dann alles auskühlen lassen. Das Kalbsfilet in zwei Medaillons schneiden, diese leicht plattieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Schinken um das Fleisch wickeln. Die Pilz-Spinat-Masse abschmecken und 1 Eigelb untermischen. Diese Masse nun in die Pilzköpfe füllen, und diese auf die Medaillons legen. 1 Eigelb mit der Milch verquirlen. Den Blätterteig ca. 0,5 cm dünn ausrollen. Aus diesem nun 2 Kreise mit ca. 15 cm Durchmesser und 2 Kreise mit ca. 22 cm Durchmesser ausstechen. Die kleineren Kreise mit verquirltem Ei bestreichen und die Medaillons aufsetzen, die größeren Kreise darauf legen und die Teigblätter gut andrücken. Die Teigoberfläche mit verquirltem Ei einstreichen. Die Fleischpäckchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und im vorgeheizten Ofen ca. 15-20 Minuten garen. Lauch putzen, waschen und die Stange in ca. 8 cm lange Stücke teilen. Dann diese Stücke in dünne Streifen schneiden. Kohlrabi schälen und mit einem Sparschäler oder einem Spiralschneider in dünne Nudeln schneiden. Schalotten schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl farblos anschwitzen, mit Weißwein, Wermut und Portwein ablöschen und die Flüssigkeit fast einkochen lassen. Dann Lauch – und Kohlrabinudeln zugeben, mit Geflügelfond ablöschen und ca. 5 Minuten gar kochen. Den Sauerrahm zugeben und mit Zitronensaft würzen, mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Die Gemüsenudeln in die Tellermitte geben, das Kalbsfilet darauf setzen und servieren.

Jörg Sackmann Dienstag, 25. Oktober 2011

## Kalb-Rücken mit Roquefort gefüllt und gebratenen Birnen

### Für 2 Personen

4 Halme Schnittlauch	25 g frisches Weißbrot	60 g Roquefort
300 g Kalbsrücken	Salz, Pfeffer	2 EL Butterschmalz
1 Knoblauchzehe	1 Schalotte	3 EL Butter
250 ml Milch	400 ml Kalbsfond	80 g Polentagrieß
1 Stängel Salbei	2 Birnen	Zucker

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Das Weißbrot fein zerreiben. Käse zerdrücken und mit Schnittlauch und Weißbrotbröseln mischen. Den Kalbsrücken parieren und vorsichtig von der Seite eine Tasche einschneiden, hier die Käsefüllung hineindrücken und mit einem Zahnstocher oder Küchegarn die Öffnung verschließen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in einer ofenfesten Pfanne mit 2 EL Butterschmalz rundum anbraten. Eine angedrückte Knoblauchzehe mit in die Pfanne geben und das Fleisch im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten fertig garen. In der Zwischenzeit eine Schalotte schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, Milch und 250 ml Kalbsfond angießen und aufkochen. Dann die Polenta unter Rühren einrieseln lassen, aufkochen und quellen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Salbei abspülen, abtropfen lassen, die Blätter abzupfen und fein hacken. Die Birnen schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Hälfte der Birnenviertel fein würfeln. In der Fleischpfanne die Birnenwürfel mit dem Salbei anbraten, 250 ml Kalbsfond angießen und etwas köcheln lassen. Die Birnenviertel in einer Pfanne mit 1 EL Butter anbraten, mit Salz und Zucker würzen. Die Birnensauce mit 1 EL kalter Butter binden. Das Fleisch aufschneiden und mit Polenta, gebratenen Birnen und der Sauce anrichten.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 14. September 2011

# Kalb-Steak mit Weintrauben-Soße und Pommes Dauphine

## Für 2 Personen

### Für das Fleisch:

2 Schalotten	100 g weiße Weintrauben	300 g Kalbsrücken
Salz	2 EL Butterschmalz	80 ml Kalbsfond
80 ml Weißwein	1 TL kalte Butter	

### Für die Pommes Dauphine:

450 g Kartoffeln, mehlig	100 ml Wasser	15 g Butter
50 g Mehl	1 Ei	10 g Speisestärke
50 g Parmesan, frisch gerieben	Salz, Pfeffer	1 Prise Muskat
ca. 250 ml Olivenöl		

Für die Pommes Dauphine Kartoffeln schälen, vierteln, in Salzwasser weich kochen. Für das Fleisch die Schalotten schälen, halbieren und vierteln. Die Trauben waschen und gut abtropfen lassen. Den Kalbsrücken in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden, salzen und in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz von beiden Seiten jeweils vier Minuten anbraten. Aus der Pfanne nehmen und warm stellen (im Ofen bei ca. 60 Grad). Die gekochten Kartoffeln abschütten und im Topf ausdampfen lassen. In einem Topf 100 ml Wasser mit 15 g Butter aufkochen, das Mehl einrühren und solange gut rühren, bis die Masse „ abgebrannt“ ist. Den Topf vom Herd nehmen und unter ständigem Rühren das Ei unterarbeiten. Die Kartoffeln noch heiß durch die Presse drücken und unter den Teig arbeiten, Stärke und Parmesan ebenfalls untermischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Aus dem Teig Nocken formen und diese in reichlich Olivenöl ausbacken (bzw. frittieren), auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Schalotten in die Fleischpfanne geben und anschwitzen, mit dem Wein und dem Fond ablöschen und so den Bratensatz lösen. Die Flüssigkeit um mehr als die Hälfte einkochen. Die Trauben zugeben, mit kalter Butter die Sauce montieren und abschmecken. Das Fleisch wieder in die Sauce geben, kurz durchschwenken und anrichten. Dazu die Pommes Dauphine servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 13. Oktober 2011

# Kalb-Tafelspitz mit Kürbiskern-Mayonnaise, Bratkartoffeln

## Für 2 Personen

300 g Kartoffeln, fest	50 g Lauch	50 g Sellerie
50 g Karotte	300 g Kalbstafelspitz	Salz, Pfeffer
1 EL Sonnenblumenöl	1 EL Tomatenmark	250 ml Kalbsbrühe
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	10 Pfefferkörner
1 Bund glatte Petersilie	1 Eigelb	1 TL Senf
1 EL Weißweinessig	3 EL Kürbiskernöl	1 Schalotte
2 EL Butterschmalz		

Kartoffeln kochen, pellen und auskühlen lassen. Lauch, Sellerie und Karotte putzen bzw. schälen und grob würfeln. Das Fleisch sauber parieren, mit Salz und Pfeffer würzen und mit den Gemüseswürfeln in einem heißen Topf mit 1 EL Sonnenblumenöl anbraten. Tomatenmark dazugeben und kurz mit anbraten, mit Kalbsfond ablöschen, Rosmarin, Thymian und angedrückte Pfefferkörner zugeben. Das Fleisch ca.40 Minuten zugedeckt leicht köcheln lassen, anschließend sollte der Fond nahezu eingekocht sein. Das Fleisch ca. 1 Stunde im Topf abkühlen lassen, den Rest Fond anschließend abpassieren. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Eigelb, Senf und Essig gut verrühren, das Kürbiskernöl langsam mit dem Schneebesen unterrühren. Die Mayonnaise mit Salz und Pfeffer abschmecken und etwas Petersilie untermischen. Schalotte schälen und fein schneiden. Kartoffeln in Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz goldgelb anbraten. Die Schalotte dazu geben und mit anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und zuletzt die restliche Petersilie untermischen. Den passierten Bratenfond erwärmen. Das abgekühlte Fleisch mit einem scharfen langen Messer in dünne Scheiben schneiden und auf die Teller legen, mit dem Bratenfond beträufeln. Die Mayonnaise angießen und die Bratkartoffeln dazu reichen.

Martin Gehrlein Freitag, 22. Juli 2011

# Kalbfleisch im grünen Bohnenkern-Sud

## Für 4 Personen

50 g getrocknete weiße Bohnenkerne	50 g getrocknete schwarze Bohnenkerne	2 Zweige Thymian
4 Schalotten	1 l Kalbsfond	1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen	1 Möhre	4 Stangen Staudensellerie
2 Lorbeerblätter	2 Wacholderbeeren	1 kleiner Kräuterstrauß
1 EL Pfefferkörner	Meersalz	1 Fleischtomate
800 g Semmerrolle vom Kalb	1 kg frische Saubohnen	100 g Stangenbohnen
300 g Kartoffeln	1/2 Bund frisches Bohnenkraut	50 g Butter
Pfeffer		

Die getrockneten Bohnenkerne separat über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Dann abschütten und sowohl weiße wie schwarze Bohnenkerne in je einem Topf mit reichlich Wasser, 1 Zweig Thymian und einer geschälten Schalotte weich kochen (ca. 1 Stunde). Dann die Bohnen abschütten, kalt abspülen und die dünne Haut um die Bohnenkerne abschälen. Einen großen Topf mit 5 l Wasser und dem Kalbsfond zum Kochen bringen. Zwiebel, Knoblauch und Möhre schälen und in grobe Stücke schneiden. Stangensellerie waschen und ebenfalls grob schneiden. Die Gemüse mit Lorbeerblättern, Wacholderbeeren, dem Kräuterstrauß, Pfefferkörnern und etwas Meersalz in den Fond geben. Die Tomate waschen, am Stielende einritzen, kurz in den Fond geben, herausnehmen und die Haut abziehen. Das Fleisch parieren, in den Fond geben und ca. 50 Minuten leicht köchelnd garen. Die enthäutete Tomate entkernen und dann fein würfeln. Die frischen Bohnenkerne aus der Schale puhlen, in einem Topf mit Wasser blanchieren, kalt abschrecken und die äußere Haut der Bohnenkerne entfernen. Die Stangenbohnen putzen, klein schneiden und in einem Topf mit Wasser weich kochen (ca. 15 Minuten), kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Kartoffeln schälen, fein würfeln, in Salzwasser weich kochen, dann abschütten und abtropfen lassen. Bohnenkraut abspülen, trocken schütteln und fein hacken. 2 Schalotten schälen, fein würfeln und in einer großen Pfanne mit 50 g Butter anschwitzen, alle vorbereiteten Bohnenkerne und Bohnen zugeben und warm anschwenken. Kartoffeln- und Tomatenwürfel untermischen, das Bohnenkraut zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Das gekochte Fleisch in Scheiben aufschneiden und auf dem Bohnengemüse anrichten.

Martin Gehrlein Dienstag, 02. August 2011





**Lamm**

## Couscous-Salat mit Zucchini und Lamm-Koteletts

### Für 2 Personen

2 Tomaten	3 kleine Zucchini	100 g Couscous
6 EL Olivenöl	Salz	1 Prise Razelhanout
2 Zweige Thymian	1 Stängel Minze	2 Stängel Dill
5 Halme Schnittlauch	1 Knoblauchzehe	6 Kirschtomaten
6 Lammkoteletts		

Tomaten am Stielansatz einritzen, mit heißem Wasser überbrühen und die Haut abziehen. Dann die Tomaten vierteln, entkernen und in feine Würfel schneiden. Zucchini waschen und 2 Zucchini in kleine Würfel schneiden. Couscous mit den Zucchini- und Tomatenwürfeln und 3 EL Olivenöl in einer Schüssel vermischen, mit Salz und Raz el Hanout würzen. Thymian abspülen, die Blättchen von den Zweigen streifen, ebenfalls zugeben und alles ziehen lassen, dabei ab und zu umrühren. Minze, Dill und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die übrige Zucchini längs in Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken, die Kirschtomaten waschen. Lammkoteletts salzen und in einer heißen Pfanne mit 2 EL Olivenöl von beiden Seiten je 3 Minuten braten. Zuchinischeiben salzen und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anbraten, die Kirschtomaten zugeben und etwas später den gehackten Knoblauch. Alles gut durchschwenken. Unter den Couscous-Salat die gehackten Kräuter mischen und nochmals abschmecken. Lammfilets, gebratene Zucchini und Couscous-Salat auf Tellern anrichten.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 27. Juli 2011

## Lamm-Rücken, Salat von Pfifferlingen, Pfirsichen, Pfeffer

### Für 4 Personen

500 g Lammrücken	1 EL Pflanzenöl	400 g Pfifferlinge
3 Schalotten	1 Knoblauchzehe	2 EL Butter
Salz, Pfeffer	20 g geräucherter Bauchspeck	1 reifer Pfirsich
1 Biozitrone	2 EL Olivenöl	1 TL eingel. grüner Pfeffer
3 Zweige Kerbel	2 Zweige Koriander	

Den Backofen auf 140 Grad (Umluft 120 Grad) vorheizen. Die Silberhäute vom Lammrücken entfernen, den Fettdeckel sehr fein einschneiden. Dann in einer Pfanne mit 1 EL Öl auf der Fettseite langsam knusprig anbraten. Den Lammrücken drehen, von der Fleischseite kurz anbraten und auf das Gitter im Backofen legen. Von jeder Seite ca. 5 Minuten im Ofen garen, herausnehmen und 5 Minuten in Alufolie eingewickelt ruhen lassen. Pfifferlinge gut putzen. Schalotten und Knoblauch schälen, sehr fein würfeln. Butter in einer Pfanne schmelzen und Schalotten und Knoblauch darin glasig andünsten, dann in eine Schüssel geben. Pfifferlinge in der heißen Pfanne anrösten, mit Salz und Pfeffer würzen und zu den Schalotten geben. Speck fein würfeln und in einer Pfanne auslassen. Pfirsich in Spalten schneiden und mit den Speckwürfeln zu den Pfifferlingen geben. Von der Zitrone etwas Schale abreiben und Saft auspressen. Den Salat mit Olivenöl, grünem Pfeffer, etwas Zitronenschale und Zitronensaft abschmecken. Kerbel und Koriander abspülen und trocken schütteln. Pfifferlingssalat auf Tellern anrichten. Den Kerbel und den Koriander darüber zupfen. Lammrücken portionieren, mit Meersalz würzen und neben dem Salat anrichten.

Michael Kempf Freitag, 15. Juli 2011

## Paprika mit arabischem Lamm-Ragout gefüllt

### Für 2 Personen

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	3 Tomaten
400 g Lammkeule	3 EL Olivenöl	1 Lorbeerblatt
Kreuzkümmel, Zimt	Salz, Pfeffer	250 ml Rinderbrühe
1 Schalotte	60 g Langkornreis	200 ml Fleischbrühe
2 rote Paprikaschoten	2 gelbe Paprikaschoten	1/2 Bund glatte Petersilie

Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden. Tomaten waschen, den Stielansatz entfernen und dann in Würfel schneiden. Fleisch in ca. 3 cm große Würfel schneiden. In einem Topf mit 1 EL Olivenöl die Zwiebelscheiben anschwitzen, Fleischwürfel zugeben und gut anbraten. Tomatenwürfel, Knoblauch, Lorbeerblatt, 1 Prise Kreuzkümmel, 1 Prise Zimt, etwas Salz und Pfeffer zugeben und ca. 1 Stunde zugedeckt weich schmoren, dabei immer wieder etwas Rinderbrühe angießen. Schalotte schälen fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Reis untermischen, mit Kreuzkümmel und 1 Prise Zimt mischen und mit der Fleischbrühe auffüllen, 30 Minuten köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160, Gas Stufe 3) vorheizen. Paprikaschoten waschen, jeweils einen Deckel abschneiden und das Kerngehäuse aushöhlen. Auf ein Backblech die Paprikaschoten und die Deckel geben, mit Olivenöl einpinseln und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten weich garen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Das weich gekochte Lammragout, abschmecken und Petersilie untermischen. In die Paprikaschoten füllen und anrichten. Die Deckel locker obenauf geben. Dazu den Reis servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 25. August 2011



**Meer**

## Cappuccino von Kokos und Curry mit Garnelen-Spieß

### Für 4 Personen

1 Banane	150 g Ananas	1 Apfel
2 Schalotten	2 EL Traubenkernöl	1 Stange Zitronengras
1 TL Currypulver	100 ml Geflügelfond	600 ml Kokosmilch
Salz, Zucker	1 Limette	2 Kaffirlimettenblätter
1 Prise Piment-d'Espelette	8 Garnelen (13/15)	2 EL Olivenöl
Pfeffer		

Banane, Ananas und Apfel schälen. Vom Apfel das Kerngehäuse entfernen, von der Ananas den harten Mittelstrunk entfernen. Dann Ananas, Apfel und Banane in grobe Stücke schneiden. Schalotten schälen, würfeln und in einem Topf mit 2 EL Traubenkernöl anschwitzen. Vom Zitronengras die äußeren harten Hüllblätter entfernen, dann die Stange Zitronengras andrücken und mit dem Obst zu den Schalotten in den Topf geben. Curry zugeben, leicht mitschwitzen und alles mit dem Geflügelfond und der 500 ml Kokosmilch auffüllen. Alles aufkochen und 20 Minuten leicht köcheln lassen. Mit Salz und etwas Zucker abschmecken, das Zitronengras herausnehmen und dann pürieren und die Suppe durch ein Sieb passieren und nochmals abschmecken. Für den Schaum den Saft der Limette auspressen und mit 100 ml Kokosmilch in einen Topf geben, die Limettenblätter und eine Prise Piment d'Espelette zugeben, aufkochen, den Topf vom Herd ziehen und 10 Minuten ziehen lassen. Die Garnelen schälen und den Darm entfernen, je 2 Garnelen auf einen Holzspieß stecken und in einer Pfanne mit Olivenöl braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Die durchgezogene Limetten-Kokosmilch durch ein Sieb passieren und mit dem Pürierstab schaumig aufmixen. Die Suppe in eine Kaffetasse füllen und mit einem Löffel den Schaum daraufgeben, so dass dieses wie ein Cappuchino aussieht. Den Garnelenspieß in den Cappuchino geben und sofort servieren.

Karlheinz Hauser Montag, 26. September 2011

## Gurken-Terrine mit Dill und Krabben-Salat

### Für 2 Personen

6 Blatt Gelatine	1 Salatgurke, 250 g	5 g Ingwer
250 g Magerquark	Salz, Pfeffer	30 ml Sahne
1/2 Bund Dill	1 Biozitrone	1 EL Puderzucker
3 EL Olivenöl	1/2 Bund Schnittlauch	250 g Büsumer Krabben

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Gurke schälen, halbieren, die Kerne austreichen, dann das Fruchtfleisch grob würfeln. Ingwer schälen und fein reiben. Quark, Gurkenstücke und Ingwer in einen Mixer geben, mit Salz und Pfeffer würzen und alles fein pürieren. Die Sahne in einem Topf erwärmen, die eingeweichte Gelatine ausdrücken und in der Sahne auflösen, dann alles unter die Gurken-Quarkmasse mischen. Dill abspülen, trocken schütteln, fein hacken und untermischen. Eine Terrinenform (ca. 600 ml Inhalt) mit Frischhaltefolie auslegen, die Gurken-Quarkmasse eingießen, mit Folie abdecken und im Kühlschrank fest werden lassen (am besten über Nacht). Die Zitrone abwaschen, abtrocknen und mit einem Zestenreiser Streifen der Zitronenschale dünn abschälen, die Streifen zwei Mal in kochendem Wasser blanchieren. Dabei das Wasser jedes Mal wechseln. Anschließend die Zitronenschalen in Zuckerwasser weich kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Von der Zitrone etwas Saft auspressen. 1 –2 EL Zitronensaft mit Puderzucker und Olivenöl vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen, Schnittlauch und gekochte Zitronenzesten untermischen. Krabben damit marinieren. Die Terrine aus der Form stürzen, die Folie entfernen. Terrine in Scheiben schneiden und mit dem Krabbensalat anrichten. Dazu passt Pumpernickel mit Butter.

Vincent Klink Donnerstag, 21. Juli 2011

# Lauwarmer Oktopus mit roh mariniertem Artischocken-Salat

## Für 4 Personen

### Für den Oktopus:

1 Oktopus (1 kg)	3 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe
75 g Lauch	75 g Stangensellerie	2 EL Butter
125 ml Weißwein	Meersalz	5 schwarze Pfefferkörner
1/2 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	1/2 Zitrone, ausgepresst
3 Weißweinnaturkorken	200 ml klarer Tomatensaft	

### Für den Artischockensalat:

3 Artischocken	1 Zitrone, ausgepresst	200 ml Gemüsebrühe
2 Limetten, ausgepresst	2 EL klarer bzw. weißer Tomatensaft	Meersalz, Zucker
150 ml Olivenöl	2 Schalotten	2-3 Tomaten
4 EL saure Sahne	2 EL Speiseöl	Cayennepfeffer, Pfeffer

Den Oktopus in seine einzelnen Arme teilen, die Mitte entfernen. Die Arme kalt waschen und abtropfen lassen. Zwiebeln, Knoblauch, Lauch und Stangensellerie schälen bzw. putzen oder waschen. Zwiebeln vierteln, Lauch und Sellerie in Stücke schneiden. In einem Topf mit 2 EL Butter das Gemüse samt dem Knoblauch andünsten, ohne Farbe nehmen zu lassen. Mit Wein ablöschen, die Oktopusarme zugeben und völlig mit Wasser bedecken. Mit Salz, Pfeffer, Kräutern und Zitronensaft würzen. Die Weißweinkorken zufügen; sie sorgen dafür, dass die Oktopusarme schön weich werden. Alles einmal aufkochen und dann bei sanfter Hitze etwa 1 Stunde leise köcheln lassen, bis die Arme weich sind. Den Topf vom Herd nehmen und Oktopusarme im Sud abkühlen lassen, bis sie nur noch lauwarm sind. Dann die Arme abtropfen lassen, in 1-2 cm große Stücke schneiden und noch lauwarm unter den Tomatensaft mischen. Die Artischockenböden vorbereiten, dazu von den Artischocken die Stiele abbrechen (dabei lösen sich auch die harten Fasern vom Blütenboden). Mit einem Messer oder einer Schere die oberen Blattspitzen abschneiden (große Artischocken werden so um ein bis zwei Drittel gestutzt). Die äußeren harten Blätter um den Blütenboden entfernen, die Blattansätze und harten Stellen am Rand und an der Bodenunterseite mit einem scharfen Küchenmesser abschälen. Die hellen Herzblätter, die über dem „Heu“ liegen, herausziehen oder abzupfen. Das „Heu“ mit einem Esslöffel entfernen. Die vorbereiteten Böden sofort in eine Schüssel mit Zitronenwasser legen. Gemüsebrühe mit Limettensaft, Tomatensaft, Salz und Zucker verrühren. Das Olivenöl nach und nach untermischen. Schalotten schälen, fein schneiden und unter das Dressing mischen. Zwei Artischockenböden mit der Aufschnittmaschine oder einem Hobel in hauchdünne Scheiben schneiden. Sofort in die Marinade geben, gut untermischen und etwa 30 Minuten ziehen lassen. Tomaten am Sielansatz einritzen, kurz in heißem Wasser überbrühen, die Haut abziehen, vierteln, entkernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. saure Sahne mit 1 EL Öl verrühren und mit Salz, Cayennepfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Den übrigen Artischockenboden in schmale Keile schneiden, in eine Pfanne mit 1 EL Öl goldbraun und weich braten, leicht salzen. Die Tomatenwürfel mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen und locker unter den Artischockensalat heben. Den Salat nochmals abschmecken und mit etwas Marinade auf die Teller geben. Den marinierten Oktopus leicht abtropfen lassen und mit den gebratenen Artischocken und auf dem Salat anrichten. Die Sauerrahmcreme in Linien um den Salat verteilen.

Frank Buchholz Freitag, 1. Juli 2011



## Nudel-Fetzen mit Krabben und Tomaten-Bouillabaisse-Soße

### Für 4 Personen

400 g Hartweizenmehl	100 g Weizenmehl	4 Eier
2 Eigelbe	80 ml Olivenöl	Meersalz
3 Schalotten	2 Knoblauchzehen	2 Karotten
3 rote Paprika	1 Fenchelknolle	100 g Staudensellerie
100 ml kräftiger Fischfond	300 ml Tomatensaft	1 Lorbeerblatt
1 Msp. Safran	1 Prise Chilipulver	2 Scheiben Toastbrot
2 EL Butter	1/2 Bund Basilikum	250 g Büsumer Krabben

Hartweizenmehl und Mehl mit Eiern, Eigelben, 50 ml Olivenöl und einer Prise Salz zu einem glatten Teig kneten. Diesen in Frischhaltefolie einpacken und 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen. Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Karotten und Paprika mit dem Sparschäler schälen, vom Paprika das Kerngehäuse entfernen, dann Paprika und Karotten fein würfeln. Fenchel und Staudensellerie waschen und fein würfeln. In einer großen Pfanne oder einem flachen großen Topf mit 3 EL Olivenöl Schalotten anschwitzen. Paprika, Karotten und Knoblauch zugeben und mit anbraten, dann Fenchel und Staudensellerie zugeben und anschwitzen. Fischfond, Tomatensaft und Lorbeerblatt zugeben und langsam einkochen. Mit Safran, Chili und Salz würzen. Den Teig mit einer Nudelmaschine dünn ausrollen, gut mit Mehl bestäuben und mit einem Teigrädchen zu Fetzen schneiden. Das Brot in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit Butter goldbraun rösten. Die Nudelfetzen in Salzwasser ca. 3 Minuten kochen, abgießen und zum Gemüse geben. Basilikum abspülen, trocken schütteln und 2/3 der Blätter fein schneiden. Die Büsumer Krabben und den Basilikum unter die Nudelfetzen mischen, abschmecken und in tiefen vorgewärmten Tellern anrichten. Die Toastbrotwürfel darauf streuen und mit Basilikum verzieren.

Michael Kempf Freitag, 14. Oktober 2011

## Püree vom geschmorten Blumenkohl mit Chili und Garnelen

### Für 2 Personen

2 Tomaten	1 Blumenkohl	1 Zwiebel
2 EL Butterschmalz	Salz, Pfeffer	50 ml Gemüsebrühe
10 ml Sahne	1 rote Chili	1 grüne Chili
1/2 Bund Schnittlauch	70 ml Olivenöl	Limettensaft
Zucker	4 große Garnelen mit Schale	

Tomaten waschen und den Stielansatz entfernen. Die Tomaten in grobe Stücke schneiden, pürieren und anschließend durch ein sehr feines Sieb oder ein Passiertuch tropfen lassen. Blumenkohl waschen, putzen und einige Röschen (ca. 200 g) abtrennen. Restlichen Blumenkohl in ca. 3 cm große Stücke schneiden. Zwiebel schälen, fein schneiden und in einer großen Pfanne mit 2 EL Butterschmalz anschwitzen. Die Blumenkohlstücke zugeben und mit anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und weich schmoren, evtl. 50 ml Gemüsebrühe zugeben. Restlichen Blumenkohlröschen in Salzwasser weich kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. Die Chilis entkernen, die Kerne austreichen und die weißen Scheidewände wegschneiden, das Fruchtfleisch sehr fein hacken. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Unter den Tomatensaft mit einem Schneebesen ca. 50 ml Olivenöl unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen, die Hälfte der Chiliwürfel und den Schnittlauch untermischen. Die gekochten Blumenkohlröschen mit der Tomatensauce marinieren. Wenn die Blumenkohlstücke weich geschmort sind, die Sahne zugeben und fein pürieren. Die Blumenkohlmasse mit etwas Chiliwürfel, Limettensaft, Salz und Zucker abschmecken. Die Garnelen mit der Schale in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl braten. Blumenkohlpüree auf Tellern anrichten (am besten mit eines Ringes, den man nachdem das Püree eingefüllt wurde, wieder abzieht) und marinierten Blumenkohl und Garnelen zugeben.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 03. August 2011

## Röllchen von Kapuziner-Kresse, Garnelen, Blatt-Salat

### Für 4 Personen

1 Schalotte	4 große Garnelen	5 TL Olivenöl
20 ml Rosenwasser	12 große Kapuzinerkresse-Blätter	2 Zweige Thymian
4 Halme Schnittlauch	200 g Frischkäse	essbare Blüten
Salz	1 Msp. Honig	1 kl. Stück frischer Ingwer
2 EL weißer Balsamico	1/2 TL scharfer Senf	2 Kopfsalatherzen
125 g Himbeeren		

Schalotte schälen und fein würfeln. Die Garnelen schälen, den Darm entfernen und Garnelen grob in Stücke schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Schalotte anschwitzen, die Garnelen zugeben, leicht salzen und braten, dann mit Rosenwasser ablöschen. Kapuzinerkresseblätter abspülen und gut abtrocknen. Thymian und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln, Thymianblättchen abstreifen und Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Frischkäse mit Garnelenwürfeln, Schnittlauch, Thymian und einigen Blüten mischen, mit Salz und Honig abschmecken. Die Masse in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen und ca. daumendick auf die Kapuzinerkresseblätter spritzen, dann zu Röllchen aufrollen. Jeweils die Rollenenden oben und unten abschneiden, dass eine gerade Fläche entsteht und man die Röllchen aufstellen kann. Ingwer schälen, fein reiben. Essig, Senf, 1 Prise Salz und 4 EL Olivenöl, 1 Msp. Ingwer zu einer Vinaigrette vermischen und abschmecken. Kopfsalatherzen putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Je 3 Röllchen auf einem Teller aufstellen, mit etwas Vinaigrette beträufeln und mit einem Blütenblatt dekorieren. Die Salatblätter mit der Vinaigrette marinieren, Himbeeren und restliche Blüten untermischen. Salat mit auf die Teller geben und servieren.

Jacqueline Amirfallah Montag, 4. Juli 2011



**Rind**

## Côte de Boeuf mit rotem Zwiebel-Püree

### Für 6 Personen

1 Rinderkotelett 1,2 kg, pariert	Meersalz, Pfeffer	400 g rote Zwiebeln
20 g brauner Zucker	250 ml Rotwein	250 ml roter Portwein
20 g Butter	1 TL Gänseeschmalz	250 ml Gemüsebrühe
2 Lorbeerblätter	1 Zweig Thymian	500 g festk. Kartoffeln
Muskatnuss	75 g zerlassene Butter	6 Schalotten
2 EL Maiskeimöl	1 Prise Cayennepfeffer	150 ml Kalbsfond
200 ml Rinderjus	50 g gebräunte Butter	2 Lauchzwiebeln

Den Backofen auf 160 Grad (Umluft nicht geeignet) vorheizen. Das Rinderkotelett mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heißen Pfanne ganz kurz auf beiden Seiten anbraten. Auf einem Gitter (mit Blech darunter) im heißen Ofen etwa 45 Minuten garen. Herausnehmen, 15-20 Minuten ruhen lassen, dann erneut für 15 Minuten in den heißen Ofen schieben, damit es durchgehend schön rosa ist. Für das Zwiebelpüree die Zwiebeln schälen und fein Würfeln. In einem Topf braunen Zucker karamellisieren, mit Rot- und Portwein ablöschen. 20 g Butter und Gänseeschmalz einrühren und alles etwas einkochen lassen. Zwiebeln, Gemüsebrühe, ein Lorbeerblatt und Thymian zugeben und alles köcheln lassen, bis kaum noch Flüssigkeit vorhanden ist. Dann Lorbeer und Thymian entfernen und die Zwiebeln im Mixer pürieren. Das Zwiebelpüree mit wenig Salz und Pfeffer abschmecken. Für die Tarte die Kartoffeln schälen und in hauchdünne Scheiben hobeln. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die zerlassene Butter zufügen und alles von Hand gut durchkneten, bis die Kartoffeln weich und geschmeidig sind. Dann in eine Tarteform (18 cm Durchmesser) geben und fest andrücken. Im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen in etwa 20 Minuten goldgelb backen. Die Tarte nach dem Herausnehmen einige Minuten mit einem Teller beschweren, damit sie flach bleibt. Die Schalotten schälen, quer halbieren und auf der Schnittfläche in einer ofenfesten Pfanne mit 2 EL Maiskeimöl kräftig anrösten, mit Salz und Cayennepfeffer würzen. So viel Kalbsfond angießen, dass die Schalotten zur Hälfte mit Flüssigkeit bedeckt sind. Ein Lorbeerblatt zugeben und zusammen mit der Kartoffeltarte im Ofen etwa 20 Minuten garen. Die Rinderjus in einem Topf kurz aufkochen und mit der gebräunten Butter verfeinern. Lauchzwiebeln putzen, waschen abtropfen lassen und fein schneiden. Zum Anrichten das Fleisch in 6 Portionen, die Tarte in 12 Stücke schneiden und beides mit Schalotten und Zwiebelpüree-Nocken anrichten. Die Tarte-Stücke mit ein paar Lauchzwiebelringen bestreuen. Etwas Sauce angießen, den Rest separat dazu reichen.

Tipp: Wenn man es besonders fein haben möchte, kann man noch Trüffel dazu reichen. Dazu von einem Périgord einige Scheiben dünn abhobeln, diese in einer Pfanne mit 2 EL aufgeschäumter Butter schwenken und mit dieser auf den Kotelettstücken verteilen.

Frank Buchholz Montag, 08. August 2011

## Grüne Soße mit Tafelspitz

**Für 4 Personen**

**Für den Tafelspitz:**

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

**Für die Grüne Sauce:**

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 EL Zitronensaft
Salz, Pfeffer	1 kleine Zwiebel	2 hart gekochte Eier

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 dazugießen, bis das Fleisch knapp bedeckt ist. 1/2 TL Salz hinzufügen und das Fleisch etwa 2 1/2 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 quer in ca. 8 cm lange Stücke schneiden. Die Möhren und den Sellerie putzen und schälen bzw. 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.

Für die Grüne Sauce:

Inzwischen für die Grüne Sauce die Kräuter waschen und trocken schütteln. Harte Stiele entfernen und die Kräuter fein hacken. 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 Zwiebel schälen, die Eier pellen und beides 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.

Jacqueline Amirfallah 30. November 2011

# Labskaus mit Spiegelei

## Für 4 Personen

600 g gepökelte Rinderbrust	3 Zwiebeln	2 Lorbeerblätter
2 Gewürznelken	800 g Kartoffeln, mehlig	Salz
4 große Gewürzgurken	Pfeffer	4 Eier
1 TL Butter	100 g Rote Bete, vorgegart	4 Matjesfilets
4 Rollmöpse		

Die Rinderbrust in einem Topf mit kaltem Wasser bedecken. Die Zwiebeln schälen, mit den Lorbeerblättern und den Gewürznelken zur Rinderbrust geben. Alles bei schwacher Hitze etwa 1 1/2 Stunden köcheln lassen. Die Kartoffeln schälen, waschen, in Stücke schneiden und in wenig Salzwasser 15 bis 20 Minuten weich garen. Abgießen, ausdampfen lassen und mit dem Kartoffelstampfer grob zerdrücken. Das Fleisch aus dem Sud nehmen, mit den Zwiebeln durch die grobe Scheibe des Fleischwolfs drehen oder in sehr kleine Würfel schneiden. Die Fleisch-Zwiebel-Mischung mit den Kartoffeln in einem Topf vermischen. So viel Kochsud hinzufügen, bis eine breiige Masse entsteht. Die Gurken in feine Würfel schneiden und unter die Fleisch-Kartoffel-Masse rühren. Das Labskaus kurz erhitzen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Eier aufschlagen und in einer Pfanne in der heißen Butter zu Spiegeleiern braten. Die Rote Bete in Streifen schneiden. Das Labskaus mit Matjesfilets, Rollmöpsen, den Spiegeleiern und den Rote-Bete-Streifen auf Tellern anrichten.

Variation:

Anstelle der Rinderbrust können Sie auch Corned Beef mit einer Gabel zerdrücken, die geschälten Zwiebeln in feine Würfel schneiden und beides in etwas Butter andünsten. Mit den gestampften Kartoffeln vermischen und etwas Fleischbrühe unterrühren.

Vincent Klink 01. Dezember 2011



## Rheinischer Sauerbraten mit Printen

### Für 4 Personen

#### Für die Marinade:

1 Bund Suppengemüse	1/8 l Weinessig	1/8 l Rotwein
3 Gewürznelken	8 schwarze Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt
4 Wacholderbeeren	1 Prise Zucker	

#### Für den Sauerbraten:

1 kg Rindfleisch	Salz, Pfeffer	3 EL Butterschmalz
100 g Sauerbraten-Printen	1 EL Apfelkraut	100 g Rosinen

Für die Marinade 2 bis 4 Tage zuvor das Suppengemüse putzen und waschen bzw. schälen und in Stücke schneiden. Das Gemüse mit dem Essig, dem Wein, 1 l Wasser, den Gewürznelken, den Pfefferkörnern, dem Lorbeerblatt, den Wacholderbeeren und 1 Prise Zucker aufkochen. Etwas abkühlen lassen und die noch leicht warme Marinade über das Fleisch gießen. Das Fleisch 2 bis 4 Tage in der Marinade im Kühlschrank ziehen lassen, dabei das Bratenstück gelegentlich wenden. Für den Sauerbraten Das Fleisch aus der Marinade nehmen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Marinade durch ein Sieb in eine Schüssel gießen. Das Butterschmalz in einem Bräter erhitzen und das Fleisch darin rundum anbraten. Das Gemüse aus der Marinade hinzufügen und kurz mitbraten. Mit etwa der Hälfte der Marinade ablöschen. Die Printen zerbröseln und hinzufügen. Den Sauerbraten zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze etwa 1 – 1,5 Stunden schmoren. Den Sauerbraten aus der Sauce nehmen und warm halten. Die Sauce durch ein Sieb in einen Topf passieren, dabei das Gemüse gut ausdrücken. Das Apfelkraut unterrühren. Die Rosinen in einem Sieb kalt abbrausen, abtropfen lassen und in die Sauce geben. Die Sauce kurz aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch aufschneiden und mit der Sauce servieren. Dazu schmecken Kartoffelklöße oder Kartoffelpuffer.

Jacqueline Amirfallah 16. November 2011

## Rinder-Filet Terriyaki mit Gemüse und Miso-Creme

### Für 4 Personen

800 g Kartoffeln	Meersalz	1 Rote Bete
1 grüner Rettich	2 Möhren	3 EL Orangensaft
2 EL Rapsöl	2 EL Walnussöl	weißer Pfeffer
2 Knoblauchzehen	2 Stangen Zitronengras	1 EL Szechuanpfeffer
300 ml koreanische Sojasauce	700 g Rinderfilet	300 ml Milch
50 g Misopaste		

Den Backofen auf 80 Grad (Umluft 65 Grad) vorheizen. Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Rote Bete, Rettich und Möhren gut waschen und schälen. Mit einem asiatischen Gemüseschneider in feine Streifen hobeln. Orangensaft mit Rapsöl, Walnussöl, etwas Salz und Pfeffer mischen, über die Gemüsestreifen gießen, gut untermischen und 10 Minuten ziehen lassen. Knoblauch schälen und fein schneiden. Vom Zitronengras die äußeren harten Hüllblätter entfernen, dann Zitronengras fein schneiden. Szechuanpfeffer in einer Pfanne leicht rösten, Ketjap Manis, Knoblauch und Zitronengras zugeben und aufkochen. Rinderfilet in 4 Medaillons schneiden und in eine Auflaufform legen, den heißen Gewürzfond darüber gießen und im vorgeheizten Ofen ca. 12 Minuten garen. Dann das Fleisch herausnehmen, abtropfen lassen und in einer Grillpfanne von allen Seiten kurz braten. Die Milch aufkochen. Die Kartoffeln abschütten, durch eine Presse drücken und mit der heißen Milch zu einem cremigen Püree rühren. Mit der Misopaste abschmecken. Mariniertes Gemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten. Kartoffel-Misopüree daneben aufstreichen. Rinderfilet aufschneiden, auf dem Püree anrichten, mit etwas Gewürzfond und Meersalz würzen.

Michael Kempf Freitag, 19. August 2011

## Rinder-Filet Wellington

### Für 4 Personen

160 g Champignons	1 Zwiebel	70 g gek. Schinken
5 Stängel glatte Petersilie	3 Zweige Thymian	2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer	1 EL Tomatenmark	40 ml Sherry
1 EL Rosenpaprika	2 EL Bratenjus	100 g Putenbrustfilet
Cayennepfeffer	80 g Sahne	700 g Rinderfilet
250 g Blätterteig	1 Eigelb	2 EL Milch
500 g Kartoffeln, fest	1 EL Butter	1 Msp. Muskat
300 ml Gemüsebrühe	30 g Parmesan	

Pilze putzen und sehr fein würfeln. Zwiebel schälen, fein würfeln. Schinken in 2 mm große Würfel schneiden. Petersilie und Thymian abspülen, trocken schütteln und fein hacken. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Zwiebel anschwitzen, Pilze und Schinken zugeben und kurz mitanschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen. Tomatenmark und Kräuter zugeben und mit Sherry ablöschen. Rosenpaprika untermischen, Bratenjus zufügen und die Flüssigkeit einkochen lassen. Dann die Pilze abkühlen lassen. Das Rinderfilet in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl rundum braun anbraten, abkühlen lassen und würzen. Putenfleisch in kleine Würfel schneiden, mit einer Prise Salz, Cayennepfeffer und etwas gekühlter Sahne in einen Cutter geben und zu einer Farce pürieren. Unter die ausgekühlte Pilzmasse die Geflügelfarce geben. Den Backofen auf 220 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 200 Grad) vorheizen. Den Blätterteig 2-3 mm dick ausrollen, so dass ein Rechteck entsteht, das 12 cm länger und 4 cm breiter als der Fleischumfang ist. Eigelb mit der Milch verquirlen und die Ränder des Blätterteiges damit einstreichen. Die Pilzefarce gleichmäßig stark in Länge und Breite des Filets auf die Teigplatte streichen, so dass ein Längs- und Seitenrand frei bleibt. (Wenn Teig übrig bleibt, kann er zum Verzieren der Rolle später verwendet werden.) Das Filet auf die Füllung geben, den Rest der Füllung auf dem Filet verteilen, einrollen, die Seitenränder unter die Rolle klappen und mit der Verschluss-Seite nach unten auf ein Backblech geben. Im vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten goldbraun backen. Danach ca. 15 Minuten bei offener Tür ruhen lassen. Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Eine Auflaufform mit Butter ausfetten, die Kartoffelscheiben einschichten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und die Brühe angießen. Parmesan reiben und über die Kartoffeln streuen. Im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten garen. Das Fleisch im Blätterteig aufschneiden und mit den Kartoffeln anrichten. Dazu passt sehr gut eine Pfeffersauce und Schmorgemüse.

Jörg Sackmann 13. Dezember 2011

# Rinder-Filet, Senf-Kräuter-Kruste, Bratkartoffel-Spalten

## Für 2 Personen

3 große Kartoffeln, fest	2 Rinderfilets à 200 g	Salz, Pfeffer
3 EL Olivenöl	100 ml kräftiger Rotwein	1 Scheibe Weißbrot vom Vortag
1/2 Bund glatte Petersilie	2 Zweige Thymian	2 Schalotten
3 EL Butter	1 TL englisches Senfpulver	

Die Kartoffeln kochen, pellen und auskühlen lassen. Den Backofen auf 60 Grad vorheizen (Umluft nicht geeignet). Die Filets mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl von jeder Seite ca. 4 Minuten bei schwacher bis mittlerer Hitze braten. Dann die Filets aus der Pfanne nehmen und im Ofen warm stellen. Den Bratensatz in der Pfanne mit Rotwein ablöschen, den Wein etwas einkochen lassen, dann beiseite stellen. Das Weißbrot fein reiben. Die Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Schalotten schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, das Senfpulver darüber streuen und die Kräuter untermischen. Kartoffeln in dicke Spalten (doppelt so dick wie Pommes frites) schneiden. Die Kartoffelspalten in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl rundum braun braten und mit Salz würzen. Die Filets aus dem Ofen nehmen und den Backofengrill vorheizen. Die Schalotten-Kräuter-Paste auf die Filets streichen, 1 EL Butter in Flöckchen und etwas geriebenes Weißbrot darüber streuen und die Filets unter dem Grill gratinieren. Die Weinsauce aufkochen lassen, 1 EL Butter einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Filets anrichten und die Sauce angießen, die Bratkartoffelspalten dazu servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 11. August 2011

# Rinder-Gulasch mit Paprika-Kraut

## Für 4 Personen

### Für das Gulasch:

800 g Rinderschulter	500 g Zwiebeln	2 EL Butterschmalz
Salz, Pfeffer	1 EL Tomatenmark	3 EL Paprikapulver, edelsüß
1 TL Paprikapulver, scharf	1/2 TL Majoran, gerebelt	1/2 TL Thymian, getrocknet
1/2 TL Kümmel, leicht gehackt	1/2 TL Zitronenschale	

### Für das Paprikakraut:

2 Schalotten	2 EL Butter	1 Knoblauchzehe
1 rote Paprika	1/4 l trockenen Weißwein	200 g Sauerkraut
1 TL Bio-Gemüsebrühepulver	1 EL Paprikapulver, mild	1 Lorbeerblatt
1 TL zerdrückte Wacholderbeeren	Salz, Pfeffer	

Für das Gulasch:

Das Fleisch in ca. 3 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in möglichst feine Scheiben schneiden. Butterschmalz in einem Schmortopf erhitzen und die Zwiebeln darin hellbraun rösten. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, zugeben und kurz anbraten. Tomatenmark und Paprikapulver zugeben, alles mit ca. 50 ml Wasser ablöschen, gut vermengen und zugedeckt kurz bei schwacher Hitze ziehen lassen. Dann bis auf Fleischhöhe Wasser angießen, den Topf wieder zudecken und alles bei niedriger Temperatur ca. 2,5 Stunden garen.

Für das Paprikakraut:

Die Schalotten schälen, würfeln und mit 1 Esslöffel Butter in einer Pfanne glasig dünsten. Den Knoblauch schälen, fein schneiden und etwas später dazugeben, da er schnell dunkel wird. Nichts darf braun werden, deshalb nur mäßig Hitze. Die Paprika putzen und fein würfeln. Den Wein, die Paprika, das Sauerkraut und die Gewürze in die Pfanne geben. Mit einer Gabel vermengen, pfeffern und salzen. Fünfzehn Minuten kochen bei geschlossenem Deckel. Die Flüssigkeit sollte restlos verflüchtigt sein, dazu evtl. den Deckel abnehmen und bei großem Feuer reduzieren. 1 EL Butter untermischen, das Kraut hat auf diese Weise noch Biss, sollte aber nicht mehr hart sein. Majoran, Thymian, Kümmel und Zitronenschale kurz vor Ende der Garzeit zum Gulasch geben. Das Fleisch mit einer Spießgabel aus der Sauce nehmen und am Topfrand abklopfen. Die Sauce mit einem Stabmixer zerkleinern und kurz sämig einkochen. Das Gulasch wird nicht mit Mehl gebunden, die Bindung entsteht durch die Zwiebeln. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken, das Fleisch zugeben, erneut kurz aufkochen und servieren. Gulasch und Paprikakraut anrichten. Dazu passen Salzkartoffeln.

Vincent Klink 22. Dezember 2011

# Rinder-Steak mit Burgunder-Senf und Wurzel-Gemüse-Sud

## Für 2 Personen

1 Zwiebel	80 g Karotte	80 g Petersilienwurzel
80 g Lauch	8 Champignons	8 kleine Kartoffeln
2 EL Korianderkörner	1 TL rote Pfefferkörner	1 TL getr. grüne Pfefferkörner
1 TL schwarze Pfefferkörner	2 Zweige Thymian	2 Knoblauchzehen
6 EL Olivenöl	400 g Rindersteak	2 Zweige Rosmarin
1 Lorbeerblatt	2 Stück Würfelzucker	300 ml Spätburgunder
1/2 EL Zucker	20 ml Cassismark	2 EL Dijonsenf
Cayennepfeffer	50 ml weißer Balsamico	500 ml Rinderfond
1/2 Bund Schnittlauch		

Den Backofen auf 140 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Zwiebel, Karotte und Petersilienwurzel schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Lauch putzen, waschen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Pilze putzen. Die Kartoffeln schälen und jeweils in 3 gleichgroße Stücke schneiden. Korianderkörner in einer Pfanne ohne kurz rösten, dann zusammen mit roten, grünen und schwarzen Pfefferkörnern in einen Mörser geben und fein zerdrücken. Thymian abspülen, trocken schütteln und 1 Zweig fein schneiden. Knoblauch schälen, eine Zehe fein schneiden und mit geschnittenem Thymian, 2 EL Olivenöl und der Pfeffermischung vermischen. Das Fleisch in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl kurz von beiden Seiten anbraten, dann mit der Pfeffer-Ölmischung einreiben und auf einem Backblech im vorgeheizten Ofen rosa garen. Aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen. Zwiebel in einem Schmortopf mit 3 EL Olivenöl anschwitzen. Karotte, Petersilienwurzeln Lauch, Kartoffeln und Pilze zugeben. Thymian-, 1 Rosmarinzwig, Lorbeerblatt, Würfelzucker und eine geschälte Knoblauchzehe zugeben und zugedeckt ca. 10 Minuten sachte schmoren. Für den Burgundersenf 1 Rosmarinzwig abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Wein und Zucker in einen Topf geben und nahezu einkochen lassen. Dann das Cassismark zugeben und aufkochen. Senf und Rosmarin untermischen und gut verrühren. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Zum Gemüse im Schmortopf Balsamico zugeben, mit Rinderfond auffüllen und köcheln lassen, bis alle Gemüse weich sind. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Den Gemüsesud abschmecken und Schnittlauch untermischen. Den Gemüsesud in tiefen Tellern anrichten, das Fleisch in Scheiben aufschneiden und auf das Gemüse legen, den Burgundersenf auf das Fleisch streichen und servieren.

Jörg Sackmann Dienstag, 18. Oktober 2011

## Rotes Curry mit Rindfleisch

### Für 4 Personen

300 g Rindfleisch (Lende)	100 g Strohpilze	100 g Bambussprossen
100 g Wasserkastanien	50 g Cashewkerne	4 Schalotten
1 Möhre	80 g Zuckerschoten	1/2 Bund Koriander
6 EL Pflanzenöl	1,5 EL rote Currypaste	250 ml Geflügelfond
500 ml Kokosmilch, ungesüßt	5 Limettenblätter	Salz, Zucker
3 EL Speisestärke	frische Wasabiwurzel	

Das Rindfleisch in feine Streifen schneiden. Strohpilze, Bambussprossen und Wasserkastanien abschütten und unter fließendem Wasser abwaschen. Strohpilze und Wasserkastanien halbieren. Cashew Kerne in einer Pfanne ohne Öl leicht rösten. Schalotten und Möhre schälen, Karotte grob würfeln, Möhre zunächst in dünne Streifen, dann in Rauten schneiden. Zuckerschoten waschen und ebenfalls in Rauten schneiden. Koriander waschen, trocken schütteln und grob zupfen. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen und die Currypaste darin leicht anschwitzen. Mit dem Geflügelfond ablöschen und gut verrühren, so dass keine Klumpen mehr zu sehen sind. Kokosmilch angießen, Limonenblätter zugeben und 10 Minuten leicht köcheln lassen. Mit Salz und Zucker abschmecken. Es sollte eine leichte Süße zu schmecken sein, darüber hinaus etwas kräftiger mit Salz würzen, da die Einlage viel davon annimmt. Stärke mit kaltem Wasser anrühren und die Sauce damit abbinden. Schalotten in einer Pfanne mit 2 EL Öl anschwitzen, Möhren zugeben und leicht dünsten, Zuckerschoten und Pilze, Sprossen und Wasserkastanien zugeben und kurz schwenken. Das Rindfleisch in einer Pfanne mit 2 EL Öl kurz und scharf anbraten. Das Fleisch mit den Cashewkernen in die heiße Sauce geben, ebenfalls die komplette Gemüsepfanne zugeben und kurz ziehen lassen. Die Wasabiwurzel schälen und mit einer Reibe zu einer Paste reiben und diese in das Curry geben. Koriander zugeben und servieren. Dazu passt Basmatireis.

Karlheinz Hauser 31. Oktober 2011

# Tafelspitz mit Meerrettich und Rote Bete Carpaccio

**Für 6 Personen**

**Für den Tafelspitz:**

1,5 kg Rindertafelspitz	1 kg Knochen	1 EL Meersalz
10 Pfefferkörner	4 Wacholderbeeren	1/2 TL Senfkörner
1 Zwiebel	200 g Wurzelgemüse	

**Für die Meerrettichkruste:**

160 g Butter	200 g Semmelbrösel, fein	4 EL Meerrettich
2 EL Senf	Salz, Pfeffer	1 Spritzer Zitronensaft

**Für das Rote-Bete Carpaccio:**

500 g Rote-Bete	50 ml Apfelessig	1 Lorbeerblatt
1 Nelke	1/2 TL Senfkörner	30 g Kristallzucker
1/2 TL Kümmel	Salz	

Für den Tafelspitz:

Fleisch und Knochen unter kaltem Wasser waschen. Drei Liter Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Tafelspitz, Knochen und Gewürze in das Wasser geben und ca. 3-4 Stunden schwach wallend kochen. Den entstehenden Schaum ständig dabei abschöpfen. Die Zwiebel halbieren und an der Schnittfläche in einer Pfanne braun rösten. Das Wurzelgemüse putzen und in Stücke schneiden. Zwiebel und Gemüse eine Stunde vor Garende in die Brühe geben und langsam köcheln lassen. Für die Meerrettichkruste:

Für die Meerrettichkruste sollte die Butter Zimmertemperatur haben. Die Butter mit den Semmelbröseln, dem Meerrettich und dem Senf in einer Küchenmaschine schaumig schlagen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitrone abschmecken. Zwischen zwei Blättern Backpapier ausrollen und kalt stellen. Für das Rote Bete Carpaccio:

Rote Bete gründlich waschen. In einen Topf legen, Apfelessig und Gewürze zugeben, mit Wasser bedecken und langsam gar kochen. Die Rote Bete auskühlen lassen und auf der Aufschnittmaschine dünn und gleichmäßig aufschneiden. Auf jeden Teller die dünn aufgeschnittenen Rote Bete Scheiben rund anrichten. Den Tafelspitz aus dem heißen Fond nehmen, die Meerrettichkruste auf das Fleisch legen und unter dem Grill gratinieren. Dann das Fleisch in Scheiben aufschneiden und auf dem Carpaccio anrichten.

Karlheinz Hauser 14. November 2011



# Thüringer Klöße mit Rouladen

## Für 4 Personen

### Für die Rouladen:

2 Scheiben Frühstücksspeck	2 kleine Zwiebeln	4 Gewürzgurken
4 Rinderrouladen (a 180 g)	Salz, Pfeffer	4 TL Senf
1 Bund Suppengemüse	4 EL Speiseöl	1/4 l Rotwein
1/4 l Rinderbrühe	1 Lorbeerblatt	4 Pimentkörner

### Für die Klöße:

1 1/2 kg mehlig. Kartoffeln	1 EL Essig	Salz
1 Brötchen	1 – 2 EL Butter	

Für die Rouladen:

Die Speckscheiben quer halbieren. Die Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden. Die Gurken längs vierteln. Die Rouladen mit Salz und Pfeffer würzen, mit dem Senf bestreichen. Mit Speck, Zwiebeln und Gurken belegen. Die Rouladen von der schmalen Seite her fest aufrollen und die Enden mit Holzspießchen feststecken. Das Suppengemüse putzen und waschen bzw. schälen und in Stücke schneiden. Die Rouladen in einer Pfanne im Öl rundum anbraten, herausnehmen. Das Gemüse im Bratfett anbraten. Mit Wein und Brühe ablöschen. Die Rouladen, Lorbeerblatt und Pimentkörner dazugeben. Alles zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 1 1/2 Stunden garen. Für die Klöße Kartoffeln schälen und waschen. Etwa zwei Drittel der Kartoffeln fein reiben. Den Essig mit 5 EL warmem Wasser mischen, über die geraspelten Kartoffeln geben und einmal umrühren. Ein Sieb mit einem Küchentuch auslegen, die Kartoffeln hineingeben und fest ausdrücken, dabei den Kartoffelsaft auffangen. Die übrigen Kartoffeln klein schneiden, in einem Topf mit etwa 350 ml Wasser knapp bedecken, 1/2 TL Salz dazugeben. Zugedeckt etwa 20 Minuten weich garen. Das Brötchen in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Brötchenwürfel darin goldbraun braten. Die gegarten Kartoffeln im Topf mit dem Kochwasser zu einem etwas dünneren, klumpchenfreien Brei stampfen.

Für die Klöße:

Die rohen Kartoffeln in einer Schüssel auflockern und mit 1 TL Salz würzen. Den Kartoffelsaft vorsichtig abgießen, dabei die Stärke am Boden zurückbehalten und zu den rohen Kartoffeln geben. Den Kartoffelbrei unter Rühren blubbernd aufkochen. Den sehr heißen Brei mit dem Kochlöffel unter die geriebenen Kartoffeln schlagen, so werden die rohen Kartoffeln vom Brei erwärmt (■gebrüht■). Aus der Masse mit angefeuchteten Händen etwa 8 Klöße formen, dabei jeweils 3 bis 4 Brötchenwürfel in die Mitte geben. In einem großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Die Klöße darin bei sehr schwacher Hitze 15 bis 20 Minuten gar ziehen lassen. Die Rouladen aus der Sauce nehmen, warm halten. Die Sauce durch ein Sieb in einen Topf passieren, nach Belieben etwas einkochen oder leicht binden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Klöße aus dem Wasser nehmen und mit den Rouladen und der Sauce anrichten.

Jörg Sackmann 22. November 2011

## Vogtländischer Sauerbraten mit Pfeffer-Kuchen

### Für 4 Personen

2-3 große Zwiebeln                      1/4 l Weinessig                      8 schwarze Pfefferkörner  
1 Lorbeerblatt

### Für den Sauerbraten:

1 kg Rinderschmorbraten    2 Möhren                      200 g Knollensellerie  
4 EL Butterschmalz            1 EL Tomatenmark    Salz  
1 Prise Zucker                      80 g Pfefferkuchen    Pfeffer  
1/2 Bund Petersilie

Für die Marinade:

2 bis 3 Tage zuvor die Zwiebeln schälen und achteln. In einem großen Topf 1 l Wasser mit den Zwiebeln, dem Essig, den Pfefferkörnern und dem Lorbeerblatt aufkochen und etwas abkühlen lassen. Das Fleisch in die Marinade legen und 2 bis 3 Tage im Kühlschrank ziehen lassen, das Bratenstück dabei gelegentlich wenden.

Für den Sauerbraten:

Die Möhren und den Sellerie putzen, schälen und klein würfeln. Das Fleisch aus der Marinade nehmen und trocken tupfen. In einem Bräter das Butterschmalz erhitzen und das Fleisch darin rundum anbraten. Die Marinade durch ein Sieb in eine Schüssel gießen, die Hälfte der Zwiebeln beiseitelegen. Das Tomatenmark zum Fleisch geben und kurz mitrösten. Die Möhren, den Sellerie und die beiseitegelegten Zwiebeln hinzufügen und 1 Minute mitdünsten. Den Braten mit der Marinade ablöschen, mit Salz und 1 Prise Zucker würzen und zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze etwa 2 Stunden weich schmoren. Den Sauerbraten aus der Sauce nehmen und warm halten. Die Sauce mit dem Pfefferkuchen binden, kurz aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Durch ein Sieb in einen Topf passieren und dabei das Gemüse gut ausdrücken. Das Fleisch aufschneiden und mit der Sauce servieren. Mit Petersilie garnieren. Dazu passen Apfelrotkohl und ■griene Kließ■ (grüne Klöße).

Karlheinz Hauser 21. November 2011

## Zwiebel-Rostbraten mit Rotwein

### Für 4 Personen

4 Rumpsteaks (a 200 g)	1 EL Speiseöl	4 Zwiebeln
3 EL Butter	1 TL Zucker	1 Zweig Thymian
1 EL Tomatenmark	1/4 l Rotwein	2 EL Balsamico
Salz, Pfeffer	1 Prise Majoran	2 EL Butterschmalz
1/8 l Fleischbrühe		

Die Rumpsteaks waschen, trocken tupfen, mit dem Öl bestreichen und zugedeckt kühl stellen. Die Zwiebeln schälen und in feine Streifen oder dünne Spalten schneiden. In einer Pfanne 2 EL Butter erhitzen, die Zwiebeln darin goldbraun braten und beiseite stellen. Die restliche Butter in einem Topf erhitzen und den Zucker darin leicht karamellisieren. Den Thymianzweig waschen und trocken tupfen. Mit dem Tomatenmark in den Topf geben und unter Rühren bei schwacher Hitze leicht andünsten. Mit dem Wein und dem Essig ablöschen und kurz köcheln lassen. Die gebratenen Zwiebeln hinzufügen und alles kurz aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen und warm halten. Den Fettrand der Rumpsteaks mehrmals einschneiden. Die Steaks vorsichtig leicht flach klopfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Das Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Die Steaks darin bei mittlerer bis starker Hitze auf beiden Seiten braun anbraten, aus der Pfanne nehmen, in Alufolie wickeln und warm halten. Den Bratenansatz in der Pfanne mit der Brühe ablöschen und etwa 10 Minuten einkochen lassen. Die Rotweinzwiebeln (ohne den Thymian) in die Pfanne geben und aufkochen. Die Zwiebelsauce nach Belieben mit etwas kalt angerührter Speisestärke binden und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Steaks mitsamt dem ausgetretenen Fleischsaft in die Zwiebelsauce geben und bei sehr schwacher Hitze weitere 5 Minuten ziehen lassen. Den Zwiebelrostbraten auf Tellern anrichten. Dazu schmecken Spätzle.

Vincent Klink 24. November 2011

# Zwiebel-Rostbraten mit Spätzle

## Für 2 Personen

### Für die Spätzle:

200 g Mehl	2-3 Eier	Salz
2 EL Butter		

### Für den Zwiebelrostbraten:

1 Gemüsezwiebel	2 Scheiben Rinderrücken	Salz, Pfeffer
2 EL Sonnenblumenöl	1/8 Rotwein	2 TL Butter
3 EL Bratensauce		

Für die Spätzle das Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte des Mehlbergs eine Kuhle eindrücken, Eier einschlagen und eine Prise Salz zugeben. Alles mit einem Kochlöffel vermengen und so lange schlagen, bis ein glatter Teig entstanden ist. Die Teigschüssel mit einer Klarsichtfolie verschließen und den Teig eine halbe Stunde ruhen lassen. Einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Ein Spätzlebrett kurz ins kochende Wasser tauchen, darauf ca. 2 EL 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.

Für den Zwiebelrostbraten: Die Zwiebel schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Die Fleischscheiben flach klopfen. Den äußeren oberen Fettrand in Zentimeterabständen einschneiden und mit Pfeffer und Salz würzen. In einer großen Bratpfanne die Hälfte des Öls erhitzen und die Fleischscheiben von beiden Seiten jeweils zwei Minuten scharf anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Dem Bratensatz das restliche Öl beifügen und die Zwiebel darin goldbraun braten. Mit Salz würzen. Die Zwiebel aus der Pfanne nehmen und auf die Fleischscheiben geben. Die noch heiße Pfanne wieder aufs Feuer stellen und den Bratensatz mit Rotwein und Bratensauce ablöschen. In den kochenden Wein kräftig die Butter rühren bis sie geschmolzen ist. Sauce abschmecken.

Spätzle in einer Pfanne mit 2 EL Butter kurz warm schwenken. Fleisch mit Zwiebeln anrichten, Sauce dazu gießen und mit Spätzle servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 29. September 2011

# Salat

## Artischocken-Salat

### Für 4 Personen

3 Artischocken	1 Zitrone, ausgepresst	200 ml Gemüsebrühe
2 Limetten, ausgepresst	2 EL klarer bzw. weißer Tomatensaft	Meersalz, Zucker
150 ml Olivenöl	2 Schalotten	2-3 Tomaten
4 EL saure Sahne	2 EL Speiseöl	Cayennepfeffer, Pfeffer

Die Artischockenböden vorbereiten, dazu von den Artischocken die Stiele abbrechen (dabei lösen sich auch die harten Fasern vom Blütenboden). Mit einem Messer oder einer Schere die oberen Blattspitzen abschneiden (große Artischocken werden so um ein bis zwei Drittel gestutzt). Die äußeren harten Blätter um den Blütenboden entfernen, die Blattansätze und harten Stellen am Rand und an der Bodenunterseite mit einem scharfen Küchenmesser abschälen. Die hellen Herzblätter, die über dem „Heu“ liegen, herausziehen oder abzupfen. Das „Heu“ mit einem Esslöffel entfernen. Die vorbereiteten Böden sofort in eine Schüssel mit Zitronenwasser legen. Gemüsebrühe mit Limettensaft, Tomatensaft, Salz und Zucker verrühren. Das Olivenöl nach und nach untermischen. Schalotten schälen, fein schneiden und unter das Dressing mischen. Zwei Artischockenböden mit der Aufschnittmaschine oder einem Hobel in hauchdünne Scheiben schneiden. Sofort in die Marinade geben, gut untermischen und etwa 30 Minuten ziehen lassen. Tomaten am Sielansatz einritzen, kurz in heißem Wasser überbrühen, die Haut abziehen, vierteln, entkernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. saure Sahne mit 1 EL Öl verrühren und mit Salz, Cayennepfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Den übrigen Artischockenboden in schmale Keile schneiden, in eine Pfanne mit 1 EL Öl goldbraun und weich braten, leicht salzen. Die Tomatenwürfel mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen und locker unter den Artischockensalat heben. Den Salat nochmals abschmecken und mit etwas Marinade auf die Teller geben. Die Sauerrahmcreme in Linien um den Salat verteilen.

Frank Buchholz Freitag, 1. Juli 2011

## Fruchtiger Ingwer-Geflügel-Salat

### Für 2 Personen

250 g Hähnchenbrustfilet	1 EL Butter	100 g kleine Champignons
1 Zitrone	100 g Apfel	100 g frische Ananas
100 g frische kleine Trauben	1 Eigelb	80 ml Sonnenblumenöl
1 TL scharfer Senf	Salz, Pfeffer	1 TL milder Curry
1 TL frischer Ingwer	1/2 kleiner Kopfsalat	

Hähnchenbrust gut parieren und in einer Pfanne mit 1 TL Butter langsam braten ohne braun werden zu lassen. Beiseite stellen und abkühlen lassen. Champignons in Viertel schneiden und ebenfalls in einer Pfanne mit 1 TL Butter anschwitzen. Die Zitrone auspressen und die Champignons mit etwas Zitrone ablöschen und mit Deckel kurz aufkochen lassen. Apfel und Ananas in 2 cm grosse Würfel schneiden und mit Zitronensaft würzen. Trauben säubern und herrichten. Aus Eigelb, Öl und Senf eine Mayonnaise rühren. Mit Salz, Pfeffer und Curry abschmecken. Den Ingwer schälen, fein würfeln und unterrühren. Den Kopfsalat waschen, trocken schütteln und in Blätter zerteilen. Einen Suppenteller mit Salatblättern auslegen und den Salat in der Mitte anrichten. Dazu passt getoastetes Baguette.

Otto Koch 23. Dezember 2011

## Lauch-Salat mit Waldpilzen und pochiertem Ei

### Für 2 Personen

2 Stangen Lauch	Salz	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	2 Zweige Zitronenthymian	1 EL Zitronensaft
2 EL Sherryessig	Pfeffer	6 EL Olivenöl
300 g gemischte Speisepilze	1 kleine Zwiebel	1 EL Butter
250 ml Weißweinessig	2 ganz frische Eier	

Den Lauch putzen, gut waschen und in Salzwasser bissfest kochen. Die Lauchstangen trocken tupfen und in schmale Ringe schneiden. Für die Vinaigrette Schalotte und Knoblauch schälen und sehr fein schneiden. Zitronenthymian abspülen, trocken schütteln und fein hacken. In einer Schüssel Zitronensaft, Sherryessig und 6 EL Olivenöl geben, mit Salz und Pfeffer würzen und gut vermischen. Schalotte, Knoblauch und Zitronenthymian unterrühren und die Hälfte der Vinaigrette über die Lauchringe gießen, ca. 20 Minuten ziehen lassen. Die Pilze gut putzen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen, fein schneiden, in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, die Pilze zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und kurz durchschwenken. Dann auf einen tiefen Teller geben und mit der restlichen Vinaigrette marinieren. Für das pochierte Ei 1 l Wasser in einem Topf aufkochen, Essig zugeben. Die Eier einzeln in kleine Schälchen aufschlagen und dann vorsichtig nach und nach in das siedende Wasser gleiten lassen. Ca. 5 Minuten ziehen lassen, die Eier sollten innen noch ganz leicht flüssig sein. Dann herausnehmen und kurz in eine Schüssel mit gesalzenem kaltem Wasser geben. Den Lauchsalat mit den Pilzen in tiefen Teller anrichten. In die Mitte jeweils ein pochiertes Ei setzen und mit Salz und Pfeffer würzen. Tipp: Anstatt dem pochierten Ei kann man auch ein sog. Onsen-Ei zubereiten. Dazu das frische Ei mit der Schale im 65 Grad warmen Wasser ca. 25 Minuten garen. Anschließend das Ei einfach aufschlagen und auf dem Salat anrichten. Mit Salz würzen.

Jörg Sackmann Dienstag, 04. Oktober 2011

## Rotkraut-Salat und Preiselbeeren mit Enten-Leber

### Für 4 Personen

400 g Rotkohl	4 EL Rotweinessig	3 EL Olivenöl
3 EL Zucker	Meersalz, Zucker	50 g grüner Eichblattsalat
50 g Frisée- oder Feldsalat	160 g Entenleber	1 Prise Muskatblüte, gemahlen
1 TL Sherryessig	1 EL Nussöl	4 EL Preiselbeerkompott

Den Rotkohl putzen, halbieren, den harten Strunk ausschneiden und den Kohl in sehr feine Streifen schneiden oder hobeln. Rotweinessig mit Olivenöl und einer Prise Salz und Zucker mischen und Rotkohlstreifen damit marinieren und ca. 1 Stunde ziehen lassen. Blattsalate putzen, waschen und mit einer Salatschleuder trockenschleudern. Die Entenleber waschen, trockentupfen, in dünne Scheiben schneiden und die Adern entfernen. In einer beschichteten Pfanne die Entenleberscheiben ohne Fett von beiden Seiten braten und anschließend mit Salz und gemahlener Muskatblüte würzen. Sherryessig und Nussöl mit wenig Salz verrühren, die Blattsalate damit marinieren und kreisförmig auf Tellern anrichten, den Rotkrautsalat und die Preiselbeeren darauf verteilen. Die gebratene Entenleber jeweils in der Mitte der Teller auf dem Rotkrautsalat anrichten und servieren.

Frank Buchholz 12. November 2011

## Salat von gebratenem und rohem Kürbis in Ingwer - Marinade

### Für 2 Personen

20 g eingelegter Ingwer	30 g frischer Inger	1 kleine Zwiebel
400 g Muskatkürbis	7 EL Olivenöl	Salz, Zucker
80 g Frischkäse	2 EL Weißweinessig	1 EL scharfer Senf
30 g Frisée-Salat	1/2 Bund Schnittlauch	300 g Hokkaido-Kürbis
Pfeffer	2 EL Mehl	1 Ei
2-3 EL Semmelbrösel	ca. 150 g Frittierfett	

Friscen Ingwer schälen und fein hacken. Vom eingelegten Ingwer den Saft abtropfen lassen und auffangen, den eingelegten Ingwer fein hacken. Zwiebel schälen, fein schneiden. Den Muskatkürbis schälen, die Kerne entfernen und 50 g Fruchtfleisch fein würfeln. Das restliche Fruchtfleisch in Streifen schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Zwiebel anschwitzen, Kürbiswürfel und gehackten Ingwer zugeben und anbraten. Mit Salz und Zucker abschmecken. Die Masse in eine Schüssel umfüllen, leicht abkühlen lassen und mit Frischkäse mischen, nochmals abschmecken und zu kleinen Kugeln (Golfballgröße) formen und kalt stellen. Aus Essig, gehacktem Sushi-Ingwer, Senf und 4 EL Olivenöl eine Vinaigrette herstellen. Den Frisée zupfen, abspülen und trocken schütteln. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Den Hokaido-Kürbis schälen, die Kerne entfernen und in sehr dünne Streifen schneiden. Dann mit 2/3 der Ingwervinaigrette marinieren, gut durchkneten und mit Salz abschmecken. Mit Schnittlauch mischen. Die Kürbisstreifen vom Muskatkürbis in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anbraten, mit dem Ingwersaft ablöschen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Frisée mit der restlichen Vinaigrette marinieren. Die Frischkäsekugeln zuerst in Mehl wälzen, dann durch verquirltes Ei ziehen und in Semmelbröseln wälzen. Frittierfett in einem Topf erhitzen und die Käsekugeln darin goldbraun ausbacken, herausnehmen und auf Küchenkrepp ablegen. Die gebratenen Kürbisstreifen, roh marinierten Kürbisstreifen und die Kugeln auf Tellern anrichten, mit dem Frisée garnieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 12. Oktober 2011



**Schwein**

# Eisbein auf Möhren, Petersilienwurzel und Kartoffeln

## Für 4 Personen

1 große Zwiebel	2 Lorbeerblätter	7 Gewürznelken
1 Eisbein, ca. 1 kg	1 Bouquet garni	Meersalz
500 g Möhren	200 g Petersilienwurzeln	200 g kleine Zwiebeln
350 g kleine Kartoffeln, mehlig	1 Bund glatte Petersilie	2 Zweige Thymian
Pfeffer	1 Prise Muskat	2 EL Honig
150 ml Gemüsebrühe	2 EL Schweineschmalz	

Die Zwiebel schälen und mit einem Lorbeerblatt und zwei Nelken spicken. Eisbein, Bouquet garni und die gespickte Zwiebel in kochendes Salzwasser legen und ca. 1 Stunde köcheln lassen. In der Zwischenzeit Möhren, Petersilienwurzeln, Zwiebeln und Kartoffeln schälen. Das gekochte Eisbein herausnehmen, die Schwarte ablösen, dabei einen Teil des Fetts am Eisbein belassen. Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Die Schwarte in einen feuerfesten Topf legen und bei mittlerer Hitze das Fett ausbraten. Die Möhren an der dickeren Stelle 5 cm einschneiden, damit sie gleichmäßig garen und auf der Schwarte verteilen. Petersilienwurzeln, kleine Zwiebeln und Kartoffeln darauflegen. Zwei Petersilienstängel und Thymian zusammenbinden und zugeben. Etwas Salz, Pfeffer, Muskat und 1 EL Honig zugeben, 5 Minuten anschwitzen und dann die Gemüsebrühe angießen. Das gekochte Eisbein mit einem Lorbeerblatt und fünf Nelken spicken und auf das Gemüse legen. Den Topf mit Alufolie abdecken, den Deckel auflegen und für ca. 30 Minuten in den auf vorgeheizten Ofen schieben. Anschließend den Deckel und die Alufolie entfernen, die Haxe mit dem restlichen Honig bestreichen und die Ofenhitze auf 220 Grad erhöhen. Die Haxe in den Ofen schieben und ca. 15 Minuten bräunen lassen – falls es zu dunkel wird, eventuell die Hitze reduzieren. Rest Petersilie abspülen, trocken schütteln, fein hacken und zum Eisbein geben. Schweineschmalz in einer Kasserolle erhitzen, Zwiebeln und Kartoffeln aus dem Topf nehmen und in dem Schmalz rundherum anbraten. Das Eisbein in Portionstücke teilen. Möhren und Petersilienwurzel im Ganzen zusammen mit den angebratenen Zwiebeln und Kartoffeln auf Teller geben, Fleisch anlegen (die Schwarte nicht servieren) und mit entstandenen Schmorfond beträufeln.

Frank Buchholz 05. November 2011

## Medaillons vom Schweine-Filet mit Lauchstroh

### Für 2 Personen

1/4 Lauchstange	300 g Schweinefilet	Salz, Pfeffer
100 ml Olivenöl	100 ml Rotwein	1 TL kalte Butter

### Für die Schupfnudeln:

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

Für die Schupfnudeln Die Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser kochen. Sind sie weich, abschütten und wieder in den Topf zurückgeben. Gut ausdampfen lassen. Die Kartoffeln noch heiß durch eine Pürierpresse drücken. Sofort das Eigelb und anschließend so wenig Mehl wie nötig darunter rühren, so dass ein formbarer Teig entsteht. Mit Salz und Muskat würzen. Den Teig zu kleinen Würstchen mit spitzen Enden drehen. Die Schupfnudeln in schwach kochendem Wasser abkochen, herausnehmen, abtropfen lassen. Lauch waschen, putzen, in lange dünne Streifen schneiden und gut abtrocknen. Schweinefilet in 4 Medaillons schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne vorheizen und die Medaillons mit 1 EL Olivenöl darin von beiden Seiten je ca. 2-3 Minuten braten. Herausnehmen und im Backofen (bei 60 Grad ) warm stellen. Den Bratensatz in der Pfanne mit Rotwein lösen, diesen etwas einkochen, kalte Butter untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Lauchstreifen in einem flachen Topf mit Olivenöl fritieren, herausnehmen und auf einem Sieb abtropfen lassen, leicht salzen. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Schupfnudeln kurz vor dem Servieren leicht anbraten. Die Medaillons anrichten, obenauf das Lauchstroh geben, die Sauce angießen und die Schupfnudeln dazu reichen.

Vincent Klink 10. November 2011

# Schweine-Bauch mit Mangold-Strudel und Stachelbeer-Soße

## Für 4 Personen

1 Bund Suppengemüse	2 Zweige Rosmarin	4 Zweig Thymian
4 Zweige Bohnenkraut	4 Zweige Estragon	1 Lorbeerblatt
4 Knoblauchzehen	3 Zwiebeln	900 g Jungschweinebauch
200 ml Olivenöl	3 EL Blütenhonig	3 TL weißer Portwein
2 TL Sojasoße	200 g Kartoffeln	Salz
30 g geräucherter Speck	2 Mangold	Pfeffer
2 EL Crème-fraîche	1 Prise Muskat	1 Prise Kardamom, gemahlen
3 EL flüssige Butter	100 g reife Stachelbeeren	1 TL grüne Pfefferkörner
30 g Mischbrotbrösel, geröstet		

Suppengemüse waschen und mit einem Küchengarn zusammenbinden. Die Kräuter abspülen, trocken schütteln und die Hälfte der Kräuterzweige mit dem Lorbeerblatt ebenfalls mit einem Küchengarn zu einem Kräuterstrauß zusammenbinden. Einen Topf mit reichlich Wasser aufkochen, Gemüse- und Kräuterstrauß, 3 ungeschälte Knoblauchzehen und 2 ungeschälte halbierte Zwiebeln zugeben. Den Schweinebauch einlegen und ca. 1 Stunde leicht köcheln, bis der Schweinebauch fast weich ist. Den Backofen auf 100 Grad (Umluft 90 Grad) vorheizen. Restliche Kräuter fein hacken. 1 Knoblauchzehe schälen, fein hacken. 150 ml Olivenöl mit Honig, Portwein und Sojasauce glatt rühren, die gehackten Kräuter und Knoblauch untermischen, so dass eine dickflüssige Marinade entsteht. Den Schweinebauch auf ein Backblech geben, mit der Marinade einreiben und im vorgeheizten Ofen noch ca. 20 Minuten weiter garen. Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser weich kochen. Zwiebel schälen, in feine Streifen schneiden. Speck in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne kurz anbraten. Mangold waschen, die Stiele vom Blattgrün trennen. Die Blätter in einem Topf mit Salzwasser blanchieren, abtropfen und auf einem sauberen Küchentuch zu einer Fläche ca. 35 cm x 25 cm auslegen. Die Mangoldstiele in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl zusammen mit den Zwiebelstreifen anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz auskühlen lassen. Die gekochte Kartoffel abschütten und durch eine Presse drücken. Kartoffel mit Mangoldstreifen, Speck und Crème-fraîche vermischen und mit Muskat, gemahlenem Kardamom, Salz und Pfeffer abschmecken. Diese Masse auf die Mangoldblätter streichen und zu einem Strudel aufrollen, den Strudel mit flüssiger Butter bestreichen und im abgeschalteten Ofen (bei Restwärme) warm stellen. Die Stachelbeeren halbieren und mit einem Kugelausstecher das Fruchtmark herausstreichen. Den Schweinebauch aus dem Ofen nehmen und den Fond, der sich auf dem Backblech gebildet hat in eine Sauteuse schütten, 40 ml Olivenöl untermixen, das Stachelbeermark und grüne Pfefferkörner untermischen, abschmecken. Den Mangoldstrudel vorsichtig aufschneiden und auf Tellern anrichten, die Brotbrösel drauf streuen. Schweinebauch in Scheiben schneiden und auf den Brotbröseln anrichten, die Stachelbeersauce angießen und servieren.

Martin Gehrlein Montag, 25. Juli 2011

# Schweine-Braten mit Kartoffel-Knödeln und Bier-Soße

## Für 8 Personen

### Für den Schweinebraten:

1 Möhre	100 g Knollensellerie	1 Stange Lauch
4 Stiele Petersilie	1 Zweig Rosmarin	1 1/2 kg Schweinebraten
Salz, Pfeffer	1/2 TL gemahlener Kümmel	1/2 l dunkles Bier
1 EL Butter	1 Prise Zucker	

### Für die Knödel:

1 kg Kartoffeln, mehlig	Salz	2 Scheiben Weißbrot
1 EL Butterschmalz	1 Ei	100 g Mehl
1 Prise Muskatnuss		

Für den Schweinebraten:

Den Backofen auf 220 °C vorheizen. Die Möhre, den Sellerie und den Lauch putzen und waschen bzw. schälen und in Stücke schneiden. Die Petersilie und den Rosmarinzwig waschen und trocken schütteln. Den Schweinebraten mit Salz, Pfeffer und dem Kümmel würzen und mit der Schwartenseite nach unten in einen Bräter legen. Das Gemüse, die Petersilienstiele und 1/2 l Wasser dazugeben. Den Braten im Ofen auf der mittleren Schiene 30 Minuten garen. Den Schweinebraten aus dem Bräter nehmen und die Schwarte mit einem scharfen Messer rautefförmig einschneiden. Mit der Schwartenseite nach oben zurück auf das Gemüse legen, den Rosmarinzwig dazugeben und die Temperatur auf 180 °C reduzieren. Den Schweinebraten weitere 1 1/2 Stunden garen. Während der Garzeit nach und nach das Bier über den Braten gießen. Für die Knödel:

Die Kartoffeln schälen, waschen und in Salzwasser 15 bis 20 Minuten weich garen. In der Zwischenzeit die Weißbrotscheiben entrinden und in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, die Brotwürfel darin anbraten und leicht mit Salz würzen. Die Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und durch die Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken. Das Ei, das Mehl, Salz und 1 Prise Muskatnuss unter die warme Kartoffelmasse rühren. Den Teig zu Knödeln formen, dabei jeden mit etwa 3 gerösteten Weißbrotwürfeln füllen. In einem Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Die Knödel etwa 10 Minuten vor Ende der Garzeit des Schweinebratens vorsichtig in das Wasser geben und bei schwacher Hitze langsam gar ziehen lassen. Den Braten in Alufolie wickeln und kurz ruhen lassen. Für eine Bratensauce das Gemüse mit dem Fond durch ein Sieb passieren, dabei das Gemüse gut ausdrücken. Die Sauce nach Belieben mit kalten Butterstücken leicht sämig binden und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Den Schweinebraten in Scheiben schneiden, mit den Knödeln und der Sauce anrichten.

Otto Koch 02. Dezember 2011

## Schweine-Filet mit Stauden-Sellerie und Gorgonzola

### Für 2 Personen

200 g Staudensellerie	150 g dünne Bandnudeln	Salz
400 g Schweinefilet	Pfeffer	1 EL Olivenöl
100 ml Fleischbrühe	20 g Butter	80 g Gorgonzola
80 ml Sahne		

Staudensellerie waschen und in dünne Scheiben schneiden. Die Nudeln in einem Topf mit Salzwasser bissfest kochen. Schweinefilet in 4 Medaillons schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl von beiden Seiten 2 Minuten anbraten. Aus der Pfanne nehmen, in eine Auflaufform legen und warm stellen (im Ofen bei 60 Grad). Bratensatz mit 50 ml Brühe lösen. Staudensellerie in einer Pfanne mit Butter anschwitzen. Mit 50 ml Brühe ablöschen und kurz köcheln lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Backofengrill oder Oberhitze einschalten. Staudensellerie auf den Medaillons verteilen. Käse in dünne Scheiben schneiden und auf das Gemüse legen, im vorgeheizten Backofen gratinieren. Den Bratensatz mit der Sahne aufkochen. Nudeln abschütten und mit dem Sahnfond vermischen. Überbackene Medaillons mit den Nudeln anrichten.

Otto Koch Freitag, 26. August 2011

**Soßen**

## Grüne Soße

### Für 4 Personen

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 EL Zitronensaft
Salz, Pfeffer	1 kleine Zwiebel	2 hart gekochte Eier

Inzwischen für die Grüne Sauce die Kräuter waschen und trocken schütteln. Harte Stiele entfernen und die Kräuter fein hacken. 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 Zwiebel schälen, die Eier pellen und beides in kleine Würfel schneiden. Zusammen mit den restlichen Kräutern unter die Sauce mischen.

Jacqueline Amirfallah 30. November 2011



# Suppen

# Auberginen-Creme-Suppe mit Curry, Tomaten und Garnelen

## Für 2 Personen

2 Auberginen	Salz, Pfeffer	4 EL Olivenöl
3 Tomaten	2 Schalotten	3 Knoblauchzehen
1 Msp Curry	1 Zweig Thymian	25 ml weißer Balsamico
50 ml Weißwein	100 ml Geflügelbrühe	150 g Sahne
50 g Crème-fraîche	1 Prise Zucker	2 große Garnelen
4 Rosmarinnadeln	1 Spritzer Zitronensaft	

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) vorheizen. Die Auberginen halbieren, einschneiden und mit Salz, Pfeffer und 1-2 EL Olivenöl einreiben. Die vorbereiteten Auberginen in Alufolie einwickeln und im vorgeheizten Ofen ca. 35 Minuten weich schmoren. Die Tomaten am Stielansatz einritzen, in heißem Wasser überbrühen, die Haut abziehen, vierteln, die Kerne entfernen und vier Tomatenviertel fein würfeln. Die weich geschmorten Auberginen auspacken und das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale schaben und kleinschneiden, 2 EL davon für die Dekoration beiseite stellen. Schalotten und Knoblauch schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Tomatenviertel und gehackte Aubergine zugeben, mit Salz, Pfeffer, Curry und Thymian würzen. Dann mit 20 ml Essig ablöschen, mit Weißwein und Geflügelfond auffüllen, leicht köcheln lassen. Sahne und Crème Fraîche zugeben und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Die Suppe aufmixen und mit Salz, einer Prise Zucker und einem Spritzer weißem Balsamico abschmecken. Die Garnelen schälen, Darm entfernen und das Fleisch in feine Würfel schneiden. Rosmarinnadeln fein hacken und mit den vorbereiteten Tomatenwürfel unter die fein geschnittenen Garnelen mischen. Mit einer Prise Salz, Curry und einem Spritzer Zitronensaft würzen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech zwei Metallringe von 5 cm Durchmesser stellen, die Garnelenmasse in die Ringe füllen und kalt stellen. Kurz vor dem Servieren die Ringe abziehen, die Oberfläche der Garnelentörtchen mit Olivenöl bespinseln und im Ofen bei 180 Grad ca. 5 Minuten garen. Die Zurückbehaltenen 2 EL geschmorte Aubergine mit 1 TL Olivenöl, einem Spritzer weißem Balsamico, Salz und Pfeffer würzen und zwei Nocken daraus formen. In Suppenteller die Garnelentörtchen setzen, darauf eine Auberginenocke darauf geben und die Suppe angießen.

Jörg Sackmann Dienstag, 5. Juli 2011

## Erdnuss-Eintopf aus Guinea mit Lamm-Hüfte

### Für 6 Personen

3 Möhren	1 Weißkohl (ca. 1 kg)	400 g Lammhüfte
600 ml Gemüsebrühe	Salz	1 Zwiebel
2 rote Paprika	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
2 TL Cayennepfeffer	1 TL Paprikapulver	1 EL Kreuzkümmel
1 Zweig Thymian	100 g Erdnussbutter	1 TL grobkörniger Senf
300 g Dosen-Tomaten	100 g Okraschoten	150 g Maiskörner
150 g Kidneybohnen	1 Prise Curry	1 Prise Chilipulver
frischer Ingwer	1 Spritzer Mangosaft	

Möhren schälen und klein würfeln. Vom Kohl die äußeren Blätter entfernen, den Strunk heraus schneiden und den Kohl in feine Würfel schneiden. Die Lammhüfte in Würfel schneiden und mit Kohl und Möhren in der Gemüsebrühe gar kochen, leicht salzen. Zwiebel schälen und fein würfeln, Paprika waschen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und klein würfeln. Die Knoblauchzehe schälen, andrücken und in einem Topf mit 1 EL Butter und Zwiebel anschwitzen. Paprika zugeben und mitanbraten. Mit Cayennepfeffer, Paprikapulver und Kreuzkümmel würzen, Thymianzweig zugeben und langsam die Erdnussbutter untermischen. Dann die Gemüsebrühe mit Fleisch, Kohl und Möhren zugeben. Senf und Tomaten untermischen, gut umrühren und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Die Okraschoten fein schneiden und zuletzt mit Mais und Bohnen untermischen. Den Eintopf mit Salz, Curry, Chillipulver, Ingwer und Mangosaft abschmecken.

Michael Kempf 16. Dezember 2011

## Forellen-Eintopf mit gefülltem Wirsing-Täschle

### Für 4 Personen

110 g Mehl	1 Ei	Salz, Cayennepfeffer
400 g Wirsing	Salz	1 Schalotte
1 EL Butter	100 g Sahne	1 Prise Muskat
1 Zwiebel	3-4 EL Olivenöl	1/2 Bund Schnittlauch
4 Forellenfilets a 150 g	800 ml Fischfond	frischer Meerrettich

100 g Mehl mit dem Ei in eine Schüssel geben und zu einem Teig vermengen, evtl. noch 1-2 EL Wasser zugeben. Den Teig mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Teigschüssel mit Frischhaltefolie abdecken und im Kühlschrank 1 Stunde ruhen lassen. Vom Wirsing vorsichtig die einzelnen Blätter abtrennen, den Strunk ausschneiden, die Blätter in einem Topf mit kochendem Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Mit einem runden Ausstecher (6 cm Durchmesser) aus den Blättern 12 Kreise ausstechen. Wirsingblätter mit einem 6 cm großen Ausstecher rund ausstechen (12 Stück) Die Wirsingblattabschnitte fein hacken. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, gehackten Wirsing zugeben und kurz anbraten. Dann mit 1 TL Mehl bestäuben, mit Sahne ablöschen und etwas einkochen lassen, mit Salz und Muskat würzen, abkühlen lassen. Die Wirsingkreise jeweils zur Hälfte mit 1 TL des Wirsingragouts füllen, zusammenklappen fest andrücken und warm stellen. Die Zwiebel schälen, in sehr dünne Ringe schneiden, leicht mit 1 TL Mehl mischen und in einer tiefen Pfanne oder Topf mit Olivenöl goldbraun rösten, auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Forellenfilets in 2 cm große Stücke schneiden. Den Fischfond aufkochen. Den Teig mit einer Küchenreibe (am besten mit zackig sternförmiger Lochung) in den kochenden Forellenfond einreiben und die Riebele kurz aufkochen lassen. Die Forellenstücke mit in den heißen, nicht mehr kochenden Fond (ca. 70 Grad) geben und kurz ziehen lassen. Wirsingtäschle im Teller anrichten. Riebele, Forellenstücke und etwas Fond zugeben und mit Schnittlauch und warmen Röstzwiebeln garnieren. Zuletzt frischen Meerrettich über das Gericht geben.

Jörg Sackmann Dienstag, 13. September 2011

## Gemüse-Eintopf mit Meerrettich und Hähnchen

### Für 4 Personen

1 Zwiebel	1 Freilandhähnchen	Salz
5 Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt	2 Schalotten
400 g Kartoffeln	200 g Karotten	200 g Sellerie
2 EL Butter	1/4 l Weißwein	1 Zweig Thymian
1/2 Stange Lauch	1/2 Bund glatte Petersilie	Pfeffer
35 g frischer Meerrettich		

Die Zwiebel schälen und grob schneiden. Vom Hähnchen die Brust und die Keulen auslösen. Das Gerippe in einen Topf geben, mit 1,5 l Wasser auffüllen und aufkochen. Etwas Salz, Pfefferkörner, Lorbeerblatt und die Zwiebelstücke zugeben und ca. 30 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Den Topf vom Herd nehmen und die Brühe durch ein Sieb passieren. Schalotten schälen und in feine Streifen schneiden. Kartoffeln, Karotte und Sellerie putzen, schälen etc. und in 1 cm große Würfel schneiden. Schalotte, Kartoffeln, Karotten und Sellerie in einem Topf mit Butter andünsten und mit Wein und der passierten Hühnerbrühe auffüllen. Thymian und die Hähnchenkeulen dazugeben, ca. 5 Minuten kochen lassen. Dann die ausgelösten Hähnchenbrüste zugeben und weitere 10 Minuten sacht köcheln lassen. In der Zwischenzeit den Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Dann Lauch zum Eintopf geben und knapp 5 Minuten mit garen, mit Salz und Pfeffer würzen. Meerrettich schälen und in den Eintopf raspeln, kurz ziehen lassen und abschmecken. Hähnchenbrüste in Tranchen aufschneiden, das Fleisch von den Keulen lösen und wieder in den Eintopf geben. Eintopf in Suppentellern anrichten und mit Petersilie bestreut servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 6. Oktober 2011

# Kalte Tomaten-Suppe mit Basilikum-Sauer-Rahm-Eis

## Für 4 Personen

8 gelbe Kirschtomaten	Salz, Zucker	3 EL Olivenöl
2 Blatt Gelatine	1 Bund Basilikum	250 g Sauerrahm
40 ml Milch	100 g Sahne	2 kg vollreife Tomaten
500 ml Hühnerbrühe	1 Knoblauchzehe	3 Zweige Thymian
Pfeffer	2 Lorbeerblätter	1 Baguette
8 grüne Oliven, entkernt		

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen. Kirschtomaten waschen, abtropfen lassen und in eine Auflaufform oder auf ein Backblech geben. Mit Salz und einer Prise Zucker bestreuen und mit ca. 1 TL Olivenöl beträufeln, dann im vorgeheizten Ofen 30 Minuten garen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Basilikumblätter von den Stielen zupfen, zusammen mit dem Sauerrahm pürieren und mit Salz und Zucker abschmecken. Die Milch erwärmen, die Gelatine ausdrücken und in der heißen Milch auflösen, dann alles unter den Basilikumrahm mischen. Die Sahne steif schlagen und unterheben, die Masse nochmals abschmecken, in kleine Gefrierförmchen (ca. 80 ml Inhalt) füllen und einige Stunden oder über Nacht tiefgefrieren. Die Tomaten waschen, die Stielansätze entfernen und die Frucht in grobe Stücke schneiden. Brühe aufkochen. Tomaten und Brühe in einen Mixer geben und fein pürieren. Knoblauch schälen, sehr fein hacken. Thymian abspülen und die Blättchen von den Zweigen streifen. Das Tomatenpüree mit Salz und Pfeffer würzen, Lorbeer, Thymianblättchen und Knoblauch zugeben und durch ein feines Sieb, das mit einem Mulltuch ausgelegt ist drücken. Die passierte Suppe kalt stellen. Das im Mulltuch zurückgebliebene Tomatenpüree aufbewahren. Das Brot längs lange schmale Scheiben schneiden (sie sollten länger als der vorgesehene Servierteller sein). Brotscheiben in einer Pfanne mit restlichem Olivenöl von beiden Seiten rösten, dann mit dem im Mulltuch zurückgebliebenen Tomatenpüree bestreichen. Von den gegarten Kirschtomaten die Haut abziehen und entweder in die Suppe oder auf die "Brotbrücke" setzen. Das Eis in die Tellermitte setzen, die kalte Suppe darum herum angießen, einige Oliven hineingeben und die Brotscheibe anlegen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 6. Juli 2011

## Kohl und Pinkel

### Für 4 Personen

2 kg Grünkohl	Salz	2 Zwiebeln
80 g Schweineschmalz	1 EL weißer Kandis	150 g durchw. Räucherspeck
450 g Kasseler Rippenspeer	1/2 – 3/4 l Gemüsebrühe	2 Lorbeerblätter
5 Pimentkörner	4 EL Haferflocken	1 EL Senf
4 Grützwürste	Pfeffer	

Den Grünkohl putzen, waschen und die Stiele entfernen. In einem großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Den Grünkohl darin etwa 2 Minuten blanchieren. Den Kohl in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Den Grünkohl ausdrücken und klein schneiden. Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Das Schmalz in einem großen Topf erhitzen, die Zwiebeln darin andünsten. Den Kandis hinzufügen und leicht karamellisieren. Den Grünkohl, den Räucherspeck und das Kasseler hinzufügen. Die Brühe angießen, die Lorbeerblätter und die Pimentkörner dazugeben. Alles aufkochen und zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze etwa 45 Minuten leicht köcheln lassen. Die Hafergrütze und den Senf unterrühren, die Würste dazugeben und alles zugedeckt weitere 20 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Speck und das Kasseler aus dem Topf heben, kurz abtropfen lassen und aufschneiden. Den Grünkohl mit den Grützwürsten, dem Kasseler und dem Speck auf Tellern anrichten. Dazu schmecken Salzkartoffeln.

Jörg Sackmann 06. Dezember 2011

# Kopfsalat-Gurken-Gazpacho mit Makrelen-Tatar

## Für 4 Personen

### Für die Gazpacho:

2 Salatgurken	2 Kopfsalate	1 grüne Paprika
1 Knoblauchzehe	2 Blatt Gelatine	Meersalz, Pfeffer
1 Prise Zucker	1 Msp. Piment-d'Espelette	ca. 200 ml Olivenöl
100 g Baguette	50 ml Tomatenessig	

### Für das Makrelentatar:

2 Schalotten	2 Tomaten	6 grüne Oliven, entkernt
1/2 Bund Schnittlauch	140 g Makrelenfilet, ohne Haut	30 ml Walnussöl
10 ml Tomatenessig	Meersalz, Pfeffer	

Für die Gazpacho:

Gurken waschen, schälen, entkernen und klein schneiden. Die Kopfsalate putzen, waschen, von den dunkelgrünen Blättern die Strünke entfernen, die Salatherzen zur Seite stellen. Paprika waschen, halbieren, entkernen und klein schneiden. Knoblauch schälen und fein schneiden. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Salatgurken, Paprika, Kopfsalatblätter, Knoblauch mit etwas Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und Piment d'Espelette in einen Mixer geben und fein pürieren. 2 EL Wasser in einem Topf erwärmen und die eingeweichte, ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Die aufgelöste Gelatine zum gemixten Gemüse geben. Die Masse durch ein feines Sieb passieren und abschmecken. Ca. 150 ml Olivenöl nach und nach einrühren und die Suppe kalt stellen. Das Baguette in sehr dünne Scheiben schneiden, diese in einer Pfanne mit etwas Olivenöl von beiden Seiten knusprig braten, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und anschließend mit etwas Meersalz würzen. Für das Makrelentatar Schalotten schälen und fein würfeln. Die Tomaten am Stielansatz einritzen, kurz blanchieren, dann die Haut abziehen, Tomaten vierteln, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Die Oliven fein hacken. Schnittlauch abspülen, trocken schüttern und fein schneiden. Vom Fischfilet alle Gräten ziehen, dann in sehr feine Würfel schneiden. Gewürfelten Fisch mit Schalotten, Tomaten, Oliven und Schnittlauch in einen Schüssel geben, Walnussöl und Tomatenessig zugeben, alles gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Anrichten das Tatar in einen Ring (ca. 6 cm Durchmesser) in einem tiefen Teller füllen, den Ring vorsichtig abziehen die vorbereiteten Baguettescheiben darum herum garnieren und die Kopfsalatherzen obenauf geben. Die Gazpacho aufmixen, und mit dem Tomatenessig abschmecken. Gazpacho vorsichtig in die vorbereiteten Teller füllen und servieren.

Jörg Sackmann Dienstag, 16. August 2011



## Rahm-Suppe vom Knollen-Sellerie mit Nuss-Strudel

### Für 4 Personen

600 g Sellerie	1 Zwiebel	5 EL Butter
1 l Hühnerbrühe	15 Walnusshälften	15 Haselnüsse
3 Lauchzwiebeln	2 Zweige Thymian	Salz
1 EL Walnussöl	4 Blätter Filoteig	80 g Parmesan
2-3 EL Butterschmalz		

Den Knollensellerie schälen, ca. 100 g davon in sehr feine Würfel schneiden, den Rest in Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen, würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Die Selleriestücke zugeben, mit Hühnerbrühe auffüllen und weich kochen. Die Nüsse fein hacken. Zwiebellauch putzen, waschen und fein schneiden. Thymian abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen. In einer Pfanne mit 1 EL Butter 2/3 der gehackten Nüsse und den Zwiebellauch anschwitzen. Mit Salz würzen, Thymian untermischen und mit 1 TL Walnussöl abschmecken. 2 EL Butter schmelzen. Die Filoteigblätter ausbreiten, mit der flüssigen Butter bestreichen, die Nussmasse darauf geben. Parmesan reiben und darüber streuen, dann zu kleinen Strudeln aufrollen. Feine Selleriewürfe in einer Pfanne mit Rest geschmolzener Butter anbraten. Die Suppe pürieren und anschließend durch ein Sieb streichen. Mit 1 EL kalter Butter montieren und mit Salz und 1 TL Walnussöl abschmecken. In einer Pfanne mit Butterschmalz die Strudel von allen Seiten braten, herausnehmen und auf Küchenkrepp legen. Die Suppe in tiefen Tellern anrichten, mit gebratenen Selleriewürfeln und restlichen gehackten Nüssen bestreuen und die Strudel dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 19. Oktober 2011

## Rinder-Gulasch-Suppe

### Für 2 Personen

1 Zwiebel	1 EL Butterschmalz	300 g Rindfleisch
Salz	1 TL Paprikapulver, rosenscharf	1 EL Tomatenmark
600 ml Rinderbrühe	2 Kartoffeln, fest	1/2 rote Paprika
1/2 grüne Paprika	1 Chilischote	1 EL Olivenöl
60 g saure Sahne		

### Für die Brotstangen:

200 g Mehl	10 g Hefe	1 Prise Zucker
1 EL Olivenöl	Salz	1 TL Paprikapulver

Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Butterschmalz erhitzen, die Zwiebeln darin anbraten. Das Rindfleisch in 0,5 cm kleine Würfel schneiden, mitbraten. Mit Salz und Paprika würzen. Tomatenmark zugeben und kurz mitrösten. Mit der Brühe auffüllen und kochen. Die Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden und mitkochen bis alles weich ist. Die Paprika putzen und in feine Würfel schneiden. Ein Esslöffel Paprikawürfel beiseite stellen. Die Chilischote entkernen und sehr fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen, Paprikawürfel anbraten, Chili zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Brotstangen:

Aus Mehl, Hefe, Zucker, Olivenöl und Wasser einen Teig herstellen. Salz und Paprikapulver unterkneten und den Teig kurz gehen lassen. Den Backofen auf 230 Grad (Umluft 210 Grad, Gas Stufe 4) vorheizen. 1 EL rohe Paprikawürfel zum Teig geben und verkneten. 30 cm lange dünne Stangen formen und 5 – 7 Minuten im Ofen backen. Die angebratenen Paprikawürfel zur Suppe geben, nochmal abschmecken und in vorgewärmte Teller füllen. Mit einem Löffel saurer Sahne garnieren und mit den Brotstangen servieren.

Jacqueline Amirfallah 28. Dezember 2011

## Spitzkohl-Möhren-Eintopf

### Für 4 Personen

400 g Kasslerfilet	1 Stange Lauch	1 Zwiebel
2 schwarze Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt	2 Sternanis
1 Prise Kreuzkümmel	1 Zweig Thymian	Meersalz
400 g kleine Kartoffeln, fest	1 kleiner Kohlrabi	1 kleiner Spitzkohl (400 g)
1 Bund junge Möhren	1 Bund Kerbel	weißer Pfeffer

Das Fleisch abtupfen. Lauch putzen, waschen und klein schneiden. Zwiebel schälen und vierteln. In einem großen Topf 1 Liter Wasser, Lauch, Zwiebel, Pfefferkörner, Lorbeerblatt, Sternanis, Kreuzkümmel, Thymian und 1/2 TL Salz aufkochen. Das Fleisch zugeben und darin bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten ziehen lassen. Dann das Fleisch aus dem Topf nehmen, zugedeckt warm stellen. Kartoffeln schälen, wenn nötig halbieren. Kohlrabi schälen und in Stifte schneiden. Anschließend beides in der kochenden Brühe ca. 10 Minuten garen. In der Zwischenzeit Spitzkohl putzen, die äußere Blätter entfernen. Spitzkohl waschen, klein schneiden. Möhren abbürsten, evtl. schälen und in Scheiben schneiden. Mit in die kochende Brühe geben und ca. 10 Minuten garen. Kerbel abspülen, trocken schütteln, fein schneiden. Fleisch in Scheiben schneiden und nochmals kurz im Eintopf erhitzen (die Brühe darf dann nicht mehr kochen). Brühe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Eintopf in Suppentassen oder tiefen Tellern anrichten und mit Kerbel bestreut servieren.

Frank Buchholz 07. November 2011



# Vegetarisch

## Auberginen-Bruschetta

### Für 2 Personen

2 Auberginen	ca. 100 g grobes Salz	500 ml Geflügelbrühe
1 Fleischtomate	1 Knoblauchzehe	6 EL Olivenöl
Meersalz, Pfeffer, Zucker	1/2 Bund glatte Petersilie	250 g Kastenweißbrot
2 EL Butter		

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 80 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Auberginen waschen, mehrfach mit einer Gabel einstechen. Auf einem Backblech eine gute Handvoll grobes Salz verteilen, darauf die Auberginen legen und im Backofen ca. 45 Minuten garen. Die Geflügelbrühe aufkochen. Die Tomate am Stielansatz einritzen und kurz in kochendes Wasser tauchen, die Haut abziehen. Die Tomate halbieren, die Kerne entfernen und die Kerne mit der anderen Tomatenhälfte mit einer halben geschälten Knoblauchzehe, der Brühe und 2 EL Olivenöl fein pürieren, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und durch ein feines Sieb passieren. Die andere Tomatenhälfte fein würfeln. Petersilie abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Restliche Knoblauchzehe mit etwas Salz fein zerdrücken. Die gegarten Auberginen der Länge nach aufschneiden und das Fruchtfleisch herauskratzen. Die Hälfte des Fruchtfleischs fein hacken und mit etwas zerdrückten Knoblauch, Salz, Pfeffer und 2 EL Olivenöl vermischen und abschmecken. Die andere Hälfte Auberginenfruchtfleisch mit den Petersilienblättern, etwas zerdrücktem Knoblauch, 2 EL Olivenöl in einen Cutter geben und fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Weißbrot entrinden und längs in Scheiben schneiden, daraus Streifen von 6 x14 cm Größe schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Butter die Brotstreifen knusprig braten. Die Tomatenwürfel mit Salz und Pfeffer würzen. Beide Auberginenmassen auf den Brotstreifen verteilen und mit den Tomatenwürfeln bestreuen. Den Tomatensud nochmals aufmixen und in ein Milchkaffeeglas füllen, die Auberginen-Bruschetta obenauf legen und servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 31. August 2011

## Gefüllte Zucchini-Blüten mit Tomaten-Vinaigrette

### Für 4 Personen

4 Scheiben Kastenweißbrot	80 ml Milch	3 Eigelbe
1/2 Bund glatte Petersilie	1 Schalotte	1 TL Butter
Salz, Pfeffer, Muskat	12 kleine Zucchini mit Blüte	2 Tomaten
1 EL Pinienkerne	2 Lauchzwiebeln	8 grüne Oliven ohne Kerne
1 TL Zitronensaft	2 EL Weißwein	2 EL Olivenöl
1 Prise Zucker		

Das Kastenweißbrot sehr fein würfeln, mit Milch und Eigelben vermengen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Schalotte schälen, fein hacken und in einer Pfanne mit 1 TL Butter anschwitzen. Petersilie unter die Schalotten mischen, alles zu den Brotwürfeln geben, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und zu einer feinen Farce vermengen. Von den Zucchini-Blüten vorsichtig die Stempel entfernen, die Zucchini in Streifen schneiden, dass man sie auffächern kann, die Blüte an der Zucchini dran lassen. Die Farce in einen Spritzbeutel mit Lochtüle geben, vorsichtig in die Zucchini-Blüten füllen und mit den überstehenden Blütenblättern verschließen. In einem Topf mit leise köchelndem Salzwasser die gefüllten Zucchini-Blüten ca. 5 Minuten garen. Tomaten am Stielansatz einritzen, mit heißem Wasser überbrühen, die Haut abziehen, Tomaten vierteln, die Kerne entfernen und anschließend die Tomaten in feine Würfel schneiden. Pinienkerne, grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Lauchzwiebel waschen, putzen und fein schneiden. Oliven fein hacken. Tomatenwürfel, Frühlingszwiebeln, Oliven, Pinienkerne, Zitronensaft, Weißwein und Olivenöl in eine Schüssel geben und gut vermischen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Die gefüllten Zucchini-Blüten auf Tellern anrichten und mit der Tomatenvinaigrette begießen.

Vincent Klink Montag, 4. Juli 2011

## Geschmorter Kürbis im Filo-Teig mit Kürbiskern-Pesto

### Für 2 Personen

400 g Kürbisfruchtfleisch	1 Zwiebel	60 ml Sonnenblumenöl
Salz, Pfeffer	1/2 Bund glatte Petersilie	50 g Greuzeer Käse
1 Knoblauchzehe	1 EL Kürbiskerne	40 ml Kürbiskernöl
1 Bund Schnittlauch	1 Bund Koriander	1 Spritzer Zitronensaft
4 EL Butter	80 g Filoteig	150 g Frittierfett

Das Kürbisstück schälen, 60 g Kürbisfruchtfleisch in sehr feine Würfel schneiden und zur Seite stellen. Den Rest Kürbis in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 2 EL Sonnenblumenöl anschwitzen. Die Kürbisstücke zugeben, 2-3 EL Wasser oder Gemüsebrühe zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und weich schmoren. Petersilie abspülen, trocken schütteln und grob die Blätter abzupfen. Käse grob reiben. Knoblauch schälen, grob hacken und mit Käse, Petersilienblättern, Kürbiskernen, 40 ml Sonnenblumenöl und Kürbiskernöl in einen Cutter geben und zu einem Pesto mixen, mit Salz abschmecken. Schnittlauch und Koriander abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Geschmorten Kürbis anpürieren und je die Hälfte Schnittlauch, Koriander und den Zitronensaft untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. 3 EL Butter in einem Topf schmelzen. Filoteig in 20 x 15 cm große Rechtecke schneiden und jeweils 2 Teigstücke aufeinander legen. Darauf flüssige Butter streichen, Kürbismasse darauf geben und zu Stangen formen oder zu Teigpäckchen packen. Die Päckchen in einem Topf mit heißem Frittierfett goldbraun ausbacken, auf Küchentrepp abtropfen lassen. Die Kürbiswürfel in einer Pfanne mit 1 EL Butter anbraten und salzen. Die Kürbispäckchen auf Tellern anrichten, die gebratenen Kürbiswürfel dazugeben und etwas Pesto angießen. Mit den restlichen Kräutern bestreuen und servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 28. September 2011



## Gratinierte Mangold-Ricotta-Crespelle

### Für 4 Personen

90 g Mehl	3/8 l Milch	3 Eier
30 g flüssige Butter	Zucker, Salz	1 Knoblauchzehe
1,5 EL Olivenöl	250 g gehackte Tomaten	300 g Mangold
1 Schalotte	Muskat	2-3 EL Butterschmalz
200 g Ricotta	4 Blätter Salbei	3 Stängel Basilikum
100 g Parmesan	Pfeffer	2 EL Butter

60 g Mehl mit 1/8 l Milch, den Eiern und der flüssigen Butter gut verrühren. Mit einer Prise Zucker und Salz den Teig würzen und 1/2 Stunde quellen lassen. Knoblauch schälen, fein hacken und in einem Topf mit 1 TL Olivenöl anschwitzen, die Tomatenwürfel zugeben, mit Salz und Zucker würzen und ca. 10 Minuten schmoren lassen. Mangold putzen, waschen, die harten Strünke in feine Streifen schneiden, die Blätter grob schneiden. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, zuerst die in Streifen geschnittenen Mangoldstrünke zugeben und mit anschwitzen, dann die Mangoldblätter. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. In einer beschichteten Pfanne mit etwas Butterschmalz nach und nach aus dem Teig dünne Crespelle (Pfannkuchen) ausbacken. Den Backofen auf 220 Grad (Umluft 200 Grad) vorheizen. Angeschwitzten Mangold mit Ricotta mischen. Salbei und Basilikum abspülen, trocken schütteln, fein hacken und ebenfalls untermischen. Parmesan fein reiben, die Hälfte davon unter den Ricotta mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. In einem Topf 1 EL Butter schmelzen lassen, 30 g Mehl dazugeben und mit der restlichen Milch aufgießen, gut verrühren, damit es keine Klumpen gibt. Die Sauce kurz aufkochen lassen und mit Salz und Muskat abschmecken. Die Crespelle mit der Ricottamasse füllen, aufrollen und in eine gebutterte Auflaufform schichten. Dann erst mit der Tomatensauce und der Bechamelsauce begießen. Restlichen Parmesan darüber streuen und im vorgeheizten Ofen bei 220 Grad ca. 15 Minuten garen.

Otto Koch Freitag, 12. August 2011

# Kartoffel-Gnocchi mit Salbei und Parmesan

## Für 2 Personen

500 g mehligk. Kartoffeln	1/2 Bund Salbei	1 Zwiebel
1 EL Butterschmalz	2 EL Rosinen	80 g Parmesan
2 Eigelb	4 EL Kartoffelstärke	Salz
1 Schalotte	2 EL Butter	1 Granatapfel
2 EL Pinienkerne		

Backofen auf 200 Grad (Umluft: 180 Grad/Gasherd: Stufe 3) vorheizen. Die Kartoffeln waschen, auf ein Backblech legen und im heißen Backofen ca. 50 Minuten backen bis sie weich sind. Salbei abspülen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Die Zwiebel schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Gehackten Salbei zugeben und kurz mit anschwenken. Rosinen fein hacken, die Hälfte des Parmesans fein reiben. Kartoffeln halbieren, aus der Schale kratzen und durch die Presse drücken. Eigelbe, Kartoffelstärke, Salbei-Zwiebeln, Rosinen und geriebenen Parmesan zugeben, leicht salzen und zu einem geschmeidigen Teig vermengen. Evtl. noch etwas Kartoffelstärke untermischen. Aus dem Teig Stangen von ca. 2 cm Durchmesser formen, von diesen 3 cm lange Gnocchi abschneiden, mit einer Gabel ein Muster eindrücken und in einem Topf mit kochendem Salzwasser garen, bis sie an die Oberfläche steigen. Herausnehmen und abtropfen lassen. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Butter anschwitzen. Den Granatapfel halbieren, die Kerne auslösen, mit zu den Schalotten geben und anschwitzen. Ebenfalls die Pinienkerne mit in die Pfanne geben und leicht anrösten. Zuletzt die Gnocchi untermischen und alles gut schwenken. Die Gnocchi auf Tellern anrichten und Parmesan darüber hobeln.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 21. September 2011

# Kürbis-Ravioli in Kreuzkümmel-Soße

## Für 2 Personen

### Für den Teig:

150 g Mehl	30 g Hartweizenmehl	3 Eigelb
1 Ei	1 TL Olivenöl	Salz

Mehl

### Für die Füllung:

300 g Kürbisfruchtfleisch	Zucker	2 Stängel glatte Petersilie
2 Stängel Basilikum	1 Zwiebel	2 EL Butter
2 Eigelb	1 Prise Kreuzkümmel	1 TL Bio Gemüsebrühe-Pulver

Salz, Pfeffer

### Für die Sauce:

3 Stängel glatte Petersilie	1 Schalotte	1 EL Butter
1 TL Mehl	150 ml Milch	1 Prise Muskat
1 Prise Kreuzkümmel	Salz, Pfeffer	

Für den Teig Das Mehl auf ein Brett häufen oder in eine Schüssel geben, in der Mitte eine Mulde eindrücken. Eigelb, Ei, Öl und eine Prise Salz zugeben und zu einem Teig kneten, in Frischhaltefolie einpacken und ca. 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. (Der Teig sollte fest sein und darf ruhig an Knetmasse erinnern. Es ist von Vorteil, zuerst etwas weniger Mehl zu nehmen und den Teig weich anzukneten, um anschließend immer wieder soviel Mehl hinzuzugeben bis die gewünschte Festigkeit erreicht ist.)

Für die Füllung:

Das Kürbisfleisch in größere Stücke schneiden und in leicht gesüßtem Wasser wie Salzkartoffeln weichkochen. Das Wasser abschütten und die Kürbisstücke im Topf noch etwas ausdampfen lassen. Mit einem Kartoffelstampfer zu Püree zerkleinern. Petersilie und Basilikum abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Zwiebel schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen. Zwiebel und Kräuter zum Kürbispüree geben, die Eigelb untermischen und mit Kreuzkümmel, Gemüsebrühepulver, Salz und Pfeffer würzen. Mit einer Nudelmaschine oder einem Nudelholz den Teig dünn ausrollen und in vier Zentimeter große Quadrate schneiden. Auf die Hälfte der Teigquadrate 1 TL Kürbis-Füllung geben. Die Ränder mit einem feuchten Pinseln einstreichen. Mit einem Teigquadrat abdecken und die Ränder gut andrücken.

Für die Sauce:

Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Schalotte schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Mehl untermischen und unter Rühren die Milch zugeben, aufkochen lassen und mit Muskat, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer würzen, Petersilie untermischen. Die Ravioli in Salzwasser weich kochen (ca. 4 Minuten). Aus dem Wasser nehmen, abtropfen, in einem Topf mit etwas Butter anschwanken und mit der Kreuzkümmelsauce servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 15. September 2011

## Mariniertes gebratenes Sommer-Gemüse mit Parmesan-Chip

### Für 4 Personen

8 Minifenchel	4 Minizucchini	4 rote Minipaprika
4 gelbe Minipaprika	8 Shiitakepilze	4 Miniartischocken
6 EL Olivenöl	1 Bund Rosmarin	1 Bund Thymian
1 junge Knoblauchknolle	Meersalz, Pfeffer	200 g Sherrytomaten
50 g Parmesan	1 EL Pinienkerne	3 EL Balsamico
2 EL Walnussöl	2 EL Distelöl	4 Stängel Basilikum
50 ml Olivenöl		

Vom Fenchel das äußere Kraut entfernen, Spitzen abschneiden. Zucchini der Längen nach aufhängen, so dass sie an der Blütenseite zusammenhalten. Paprika halbieren, das Kerngehäuse entfernen und Paprikahälften wieder halbieren. Die Stiele der Shiitakepilze entfernen und mit einem Tuch trocken putzen. Stiele der Artischocken auf 1,5 cm kurz abschneiden, Artischocken putzen, d.h. die äußeren harten Blattspitzen abschneiden, Stiel schälen. Die geputzten Artischocken halbieren, das Heu entfernen und vierteln. In einer Pfanne (wenn möglich eine Grillpfanne) etwas Olivenöl erhitzen, je 1 Zweig Rosmarin, Thymian und ein Stück Knoblauchzehe dazu geben und darin nacheinander die vorbereiteten Gemüsestücke und Pilze garen, mit Salz und Pfeffer würzen. Mit den Artischocken beginnen. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen, die Tomaten in eine Auflaufform geben, eine Knoblauchzehe, je 1 Zweig Rosmarin und Thymian zugeben und die Tomaten mit 1 TL Olivenöl beträufeln. Im heißen Ofen die Kirschen garen, bis die Haut zu springen beginnt, herausnehmen und die Haut abziehen. Vom gebratenen Paprika ebenfalls die Haut abziehen. Die mit geschmorten Knoblauchzehenshälften. Alle Gemüse mit den Knoblauchzehen in eine flache Schüssel geben, mit 2 EL Olivenöl begießen und über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen. Äußere Haut des Knoblauchs entfernen und im heißen Olivenöl mit Rosmarin- und Thymianzweig weich schmoren. Das gegrillte Gemüse und Knoblauch mit dem Olivenöl übergießen. Mindestens 24 Stunden einlegen. Den Backofen auf 120 Grad vorheizen. Parmesan fein reiben und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen, im Ofen ca. 5 Minuten schmelzen lassen, herausnehmen und abkühlen lassen. Die Pinienkerne grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Das eingelegte Gemüse aus dem Öl nehmen und im Ofen erwärmen. Für die Vinaigrette Essig (Tipp: man kann die Hälfte des Essigs auch durch Trüffelsaft ersetzen) mit Salz und 1 EL Olivenöl, Walnuss- und Distelöl zu einer zu einer Vinaigrette vermischen, Pinienkerne unterheben und mit Pfeffer abschmecken. Basilikumblätter von den Zweigen zupfen und in einem Topf mit heißem Olivenöl kurz frittieren, herausnehmen, salzen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Das erwärmte Gemüse auf Tellern dekorativ anrichten, die Vinaigrette darüber träufeln und mit Parmesanchip und frittiertem Basilikum servieren.

Harald Wohlfahrt Dienstag, 26. Juli 2011

## Parmesan-Polenta mit Ratatouille

### Für 2 Personen

#### Für die Polenta:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
300 ml Gemüsebrühe	100 g Polentagrieß	80 g Parmesan
Salz, Pfeffer	2-3 EL Olivenöl	

#### Für das Ratatouille:

1 rote Paprika	1 gelbe Paprika	1 Paprika
1 Zucchini	1 Aubergine	2 Fleischtomaten
1 große Gemüsezwiebel	1 Knoblauchzehe	3 EL Olivenöl
100 ml Weißwein	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
Salz, Pfeffer		

Für die Polenta Schalotte und Knoblauch schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Anschließend mit Brühe auffüllen und diese aufkochen. Langsam den Maisgrieß unter Rühren in die kochende Brühe einrieseln lassen. Kurz aufkochen und dann bei milder Hitze und ständigem Rühren die Polenta (ca. 45 Minuten oder ca. 8 Minuten bei Instant-Polenta ) ausquellen lassen. 50 g Parmesan fein reiben und unter die Polenta rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Polenta in eine mit Frischhaltefolie ausgelegte Auflaufform geben und erkalten lassen. (Die Polenta kann auch direkt so als Brei serviert werden.) Für das Ratatouille Die Paprika waschen, halbieren und das Kerngehäuse auslösen, das Fruchtfleisch in 1 cm große Würfel schneiden. Zucchini, Aubergine und Tomate waschen und ebenfalls in 1 cm große Würfel schneiden. 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. Die erkaltete Polenta aus der Form kippen und in Rauten schneiden, diese in einer Pfanne mit Olivenöl leicht anbraten. Das Ratatouille auf Tellern anrichten und die gebratenen Polentascheiben obenauf legen. Mit frisch gehobeltem Parmesan bestreut servieren.

Vincent Klink Donnerstag, 22. September 2011

## Risotto von Muskat-Kürbis und Zitronengras

### Für 4 Personen

6 Stängel Zitronengras	800 ml Gemüsebrühe	3 Schalotten
1 Knoblauchzehe	3 EL Butter	300 g Risottoreis
150 ml Weißwein	1 Prise mildes Curry	1 Prise Chilipulver
Meersalz	300 g Muskatkürbis ohne Kerne	1 Bio-Zitrone
2 EL Rapsöl	2 EL Haselnussöl	weißer Pfeffer
2 EL Kürbiskerne	1/2 Bund Koriander	1 EL Mascarpone

Vom Zitronengras die äußeren harten Hüllblätter entfernen. Dann die Zitronengrasstangen sehr fein schneiden und zusammen mit der Gemüsebrühe in einen Topf geben und aufkochen. Dann den Topf vom Herd ziehen, eine Stunde ziehen lassen und anschließend durch ein feines Sieb passieren. Dann den Gemüsesud wieder erwärmen. Schalotten und Knoblauch schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 3 EL Butter anschwitzen. Reis zugeben und kurz mit anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und den heißen Gemüsefond nach und nach zugeben. Bei niedriger Hitze langsam köcheln lassen, bis der Reis gar ist und der Risotto eine cremige Konsistenz hat. Mit Curry, Chili und Meersalz abschmecken. Muskatkürbis waschen und mit der Schale in feine Scheiben hobeln. Zitrone heiß abspülen, abtrocknen und etwas Schale abreiben, dann den Saft der Zitrone ausdrücken. Zitronensaft und Zitronenschale mit Rapsöl und Haselnussöl vermischen und die Kürbisscheiben damit marinieren, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kürbisscheiben 20 Minuten ziehen lassen. Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, anschließend grob hacken. Koriander abspülen und trocken schütteln. Mascarpone unter den Risotto rühren, abschmecken und in vorgewärmten tiefen Tellern anrichten, roh marinierten Kürbis darauf geben. Kürbiskerne und fein gezupften Koriander auf den Risotto streuen.

Michael Kempf Freitag, 28. Oktober 2011

# Semmel-Knödel mit Pilz-Soße gefüllt und Lauch-Creme

## Für 2 Personen

### Für die gefüllten Knödel:

200 g gemischte Pilze oder Champignons	1 Schalotte	2 EL Butter
1 EL Mehl	50 ml Fleischbrühe	100 ml Sahne
Salz, Pfeffer	2 Stängel glatte Petersilie	1 kleine Zwiebel
200 g Brötchen vom Vortag	100 ml Milch	1 Prise Muskat
2 Eier	evtl. Semmelbrösel	

### Für die Lauchcreme:

150 g Lauch	1 Schalotte	1 EL Butter
1 TL Mehl	50 ml Gemüsebrühe	100 ml Sahne
Salz, Pfeffer		

Die Pilze putzen und in feine Scheiben schneiden. Die Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen. Die Pilze zugeben, anbraten und mit Mehl bestäuben. Mit Fleischbrühe und Sahne ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Alles ca. 5 Minuten köcheln lassen. Dann abkühlen. Aus der Masse tischtennisballgroße Kugeln formen und diese Kugeln in der Gefriertruhe anfrieren lassen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Zwiebel schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen. Zuletzt Petersilie untermischen. Die Brötchen in sehr dünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Die Milch erwärmen und über die Brötchen gießen. Zwiebel zugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Alles gut vermischen. Die Eier verquirlen und ebenfalls untermischen. Die Knödelmasse sollte nicht zu feucht sein, evtl. noch etwas Semmelbrösel untermischen. Aus der Masse Knödel formen und in jeden Knödel je eine vorbereitete Champignonkugel füllen. Die Knödel in einen Topf mit kochendem Salzwasser geben, die Hitze reduzieren und die Knödel ca. 20 Minuten sieden lassen. Lauch putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Die Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen. Lauch zugeben, kurz anbraten und mit Mehl bestäuben. Mit Gemüsebrühe und Sahne ablöschen und einige Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit der Sahne auffüllen. Einige Minuten köcheln lassen und abschmecken. Die Knödel auf Tellern anrichten, halbieren, so dass die Pilzfüllung herauslaufen kann, die Lauchcreme um die Knödel herum angießen.

Otto Koch Freitag, 7. Oktober 2011

## Sommer-Gemüse Tarte

### Für 4 Personen

1 gelbe Zucchini	2 grüne Zucchini	1 Aubergine (mittelgroß)
ca. 50 g Mehl	ca. 60 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer
2 Zweige Thymian	5 Tomaten	250 g Blätterteig
300 g Linsen	100 ml Tomatensauce	4 Stängel Basilikum

Zucchini und Auberginen waschen, abtrocknen und in gleichmäßig dicke Scheiben schneiden. Gemüsescheiben in Mehl wenden und in einer beschichteten Pfanne mit etwas Olivenöl nacheinander die Gemüsescheiben goldgelb braten. Dabei jeweils mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Hälfte der abgezupften und fein gehackten Thymianblätter bestreuen. Die Gemüsescheiben auf ein Gitter legen und abtropfen lassen. Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3-4) vorheizen. Zwei Tomaten kurz in heißes Wasser tauchen, die Haut abziehen, vierteln, dann die Kerne austreichen und Tomaten würfeln. Die restlichen Tomaten in Scheiben schneiden, nebeneinander auf ein Backblech legen, mit wenig Olivenöl beträufeln und im heißen Backofen wenige Minuten erhitzen. Die Backofentemperatur anschließend auf 210 Grad erhöhen. Eine Tarteform ( 25 cm Durchmesser) mit 1 EL Olivenöl ausfetten. Den Blätterteig ausrollen und einen Kreis im Durchmesser von 32 cm ausschneiden. Die Teigplatte in die gefetteten Form legen, Backpapier darauf geben und die Hülsenfrüchte darauf verteilen. Den Teig etwa 20 Minuten im vorgeheizten Ofen „blind“ backen. Dann herausnehmen, die Hülsenfrüchte mit Hilfe des Backpapiers wieder entfernen. Den Boden dünn mit Tomatensauce bestreichen, dann von außen angefangen mit den Zucchini- und Auberginen-Scheiben abwechselnd belegen. Als nächstes folgt ein Ring mit Tomatenscheiben, dann wieder Zucchini und Aubergine. Zum Schluss die Tomatenwürfel darüber verteilen und mit dem restlichen Thymian bestreuen. Die Tarte im heißen Backofen in 4 bis 5 Minuten fertig backen. Basilikum abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen Die Tarte aufschneiden und auf Tellern anrichten, mit Basilikumblättern garnieren.

Karlheinz Hauser Montag, 15. August 2011



## Tatar von Pfifferlingen mit Artischocken

### Für 2 Personen

1 Ei	450 g frische Pfifferlinge	1 Schalotte
3 EL Olivenöl	2 Zitronen	6 Halme Schnittlauch
Meersalz, Pfeffer	1 Prise Zucker	1 EL Himbeer-Essig
4 Artischocken	2 Stängel glatte Petersilie	1 EL Balsamico
1 EL Mehl	2 EL Speisestärke	2 EL Weißwein
1 TL geröstetes Sesamöl	Abrieb von 1/2 Bio-Zitrone	1 Prise Cayennepfeffer
6 Zucchini Blüten	200 ml Frittierfett	

Für das Tatar von Pfifferlingen, das Ei ca. 10 Minuten kochen, kalt abschrecken, schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Pfifferlinge mit einem trockenen Tuch abreiben, bis sie sauber sind. Dann die Pilze je nach Größe halbieren oder vierteln. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl glasig anschwitzen. Die Pfifferlinge zugeben und bei starker Hitze 2-3 Minuten schwenken und dann in eine Schüssel geben. Von den Zitronen den Saft auspressen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln, fein schneiden und zu den Pfifferlingen geben. Das gewürfelte Ei zufügen und alles vorsichtig vermengen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker, Himbeer-Essig und einen Spritzer Zitronensaft kräftig abschmecken. Die Artischocken von Stiel und Blättern befreien, mit einem Löffel das Heu (inneren Haare) ausschaben, dann mit etwas Zitronensaft einreiben, sodass sie nicht oxidieren. Die fertig geputzten Böden in einem Topf mit kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten leicht köcheln. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Gegarte Artischockenböden in kleine Spalten schneiden und mit Salz, Pfeffer, Zucker, 1 Spritzer Zitronensaft, Balsamico-Essig, 2 EL Olivenöl und Petersilie würzen. Für den Tempurateig das Mehl mit Speisestärke, Weißwein, Sesamöl zu einem glatten festen Teig rühren, falls der Teig zu fest ist, evtl. 1-2 EL Wasser unterrühren. Mit Zitronenabrieb und Cayennepfeffer würzen. Von den Zucchini Blüten vorsichtig die Stempel entfernen und waschen. Kurz vor dem Anrichten Zucchini Blüten durch den Teig ziehen und 2 Minuten in einem Topf mit heißem Frittieröl frittieren. Das warme Tatar mithilfe eines Ringes in der Mitte der Teller locker anrichten, die Artischockenspalten um das Tatar legen und die gebackenen Zucchini Blüten dekorativ auf das Tatar legen. Nach Belieben noch mit etwas Balsamico-Essig, Olivenöl und Salat garnieren.

Frank Buchholz Mittwoch, 17. August 2011

## Zweierlei von der Artischocke mit Pistazien-Emulsion

### Für 4 Personen

8 große Artischocken	1 Spritzer Zitronensaft	2 EL geröstete und gesalzene Pistazien
3 Schalotten	1 Knoblauchzehe	5 EL Olivenöl
400 ml Gemüsebrühe	Meersalz, weißer Pfeffer	2 EL Pistazienöl
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	

Die Artischockenböden vorbereiten, dazu von den Artischocken die Stiele abbrechen (dabei lösen sich auch die harten Fasern vom Blütenboden). Mit einem Messer oder einer Schere die oberen Blattspitzen abschneiden (große Artischocken werden so um ein bis zwei Drittel gestutzt). Die äußeren harten Blätter um den Blütenboden entfernen, die Blattansätze und harten Stellen am Rand und an der Bodenunterseite mit einem scharfen Küchenmesser abschälen. Die hellen Herzblätter, die über dem „Heu“ liegen, herausziehen oder abzupfen. Das „Heu“ mit einem Esslöffel entfernen. Die vorbereiteten Böden sofort in eine Schüssel mit Zitronenwasser legen. Die Pistazien grob hacken. Schalotten und Knoblauch schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anschwitzen. 4 Artischockenböden fein würfeln, zu den Schalotten geben und mit anschwitzen. 250 ml Gemüsebrühe angießen und die Artischocken weich kochen, mit Meersalz würzen. Wenn die Artischocken weich sind, 1 EL Olivenöl zugeben und mit einem Pürierstab cremig mixen, und evtl. durch ein Sieb streichen und abschmecken. Für die Emulsion 150 ml Gemüsefond erhitzen, 1 EL der Artischockencreme und das Pistazienöl untermixen und abschmecken. Die restlichen Artischocken in Spalten schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anbraten, Rosmarin- und Thymianzweig mit in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Artischockencreme auf vorgewärmte Teller streichen. Die angebratenen Spalten darin aufstellen und die gehackten Pistazien darüber streuen. Pistazienemulsion aufmixen und auf den Tellern verteilen. Dazu passt gebratenes Lammfilet oder ein auf der Haut gebratenes Fischfilet wie z.B. Zander.

Michael Kempf Freitag, 2. September 2011

# Verschiedenes

## Marinade für Sauerbraten

### Für 4 Personen

2-3 große Zwiebeln 1/4 l Weinessig 8 schwarze Pfefferkörner  
1 Lorbeerblatt

2 bis 3 Tage zuvor die Zwiebeln schälen und achteln. In einem großen Topf 1 l Wasser mit den Zwiebeln, dem Essig, den Pfefferkörnern und dem Lorbeerblatt aufkochen und etwas abkühlen lassen. Das Fleisch in die Marinade legen und 2 bis 3 Tage im Kühlschrank ziehen lassen, das Bratenstück dabei gelegentlich wenden.

Karlheinz Hauser 21. November 2011

## Meerrettich-Kruste

### Für 6 Personen

160 g Butter 200 g Semmelbrösel, fein 4 EL Meerrettich  
2 EL Senf Salz, Pfeffer 1 Spritzer Zitronensaft

Für die Meerrettichkruste sollte die Butter Zimmertemperatur haben. Die Butter mit den Semmelbröseln, dem Meerrettich und dem Senf in einer Küchenmaschine schaumig schlagen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitrone abschmecken. Zwischen zwei Blättern Backpapier ausrollen und kalt stellen.

Karlheinz Hauser 14. November 2011

**Wild**

## Hirsch-Pfeffer mit Pilz-Semmel-Soufflé, Karotten-Gemüse

### Für 2 Personen

2 große Karotten	Salz	2 Brötchen vom Vortag
100 ml Milch	1 Schalotte	80 g Champignons
4 EL Butter	20 g gerauchter Bauchspeck	1 Bund glatte Petersilie
1 Ei	1-2 Scheiben geräucherter Speck	Pfeffer
400 g Hirschkeule	1 kleine Zwiebel	2 EL Butterschmalz
1 EL Mehl	150 ml kräftiger Rotwein	200 ml Wildfond
1 TL scharfer Senf	80 g frische Blutwurst	50 g Perlzwiebeln aus Glas

Karotten schälen und in einem Topf mit Salzwasser bissfest blanchieren, anschließend mit einem Kugelausstecher die Karotten zu Kugeln ausstechen. Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 2-3 ) vorheizen. Die Milch aufkochen. Die Brötchen in feine Scheiben schneiden, mit der heißen Milch begießen und einweichen. Schalotte schälen und fein schneiden. Champignons putzen und in feine Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Butter Schalotte und Champignons anschwitzen, dann etwas abkühlen lassen. Speck in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne anbraten. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Das Ei trennen. Einge-weichtes Brot mit den Speckwürfeln, Pilzen, die Hälfte der gehackten Petersilie und dem Eigelb mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, ca. 10 Minuten stehen lassen, damit das Brot gut durchzieht. Sollte der Teig noch zu trocken sein, etwas Milch dazugeben. Es darf aber nur so viel sein, dass die Knödelmasse zusammenhält. Nicht zu oft umrühren, denn der Teig muss locker bleiben und darf nicht klebrig werden. Das Eiweiß steif schlagen und unter die Brötchenmasse heben. Souffléformen (Durchmesser ca. 10 cm) ausbuttern und den Boden der Formen mit hauchdünn geschnittener Speckscheibe auslegen (damit sich die Soufflés besser stürzen lassen), darauf die Knödelmasse einfüllen. Im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten garen. Vom Fleisch die Sehnen und Keulen entfernen und anschließend in ca. 5 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen , fein schneiden und in einem Schmortopf mit 2 EL Butterschmalz anschwitzen. Fleischwürfel mit Salz und Pfeffer würzen, zugeben und gut anbraten. Dann mit Mehl bestäuben und mit Rotwein ablöschen. Den Wildfond und Senf zugeben und alles ca. 15 Minuten köcheln lassen. Anschließend durch ein Sieb abgießen, die Sauce nochmals weiterkochen und das Fleisch zur Seite stellen. Die Blutwurst in Stücke schneiden, zu Sauce geben und gut untermixen, dass eine cremige dunkle Sauce entsteht, diese mit Salz und Pfeffer abschmecken. In einer Pfanne mit 2 EL Butter Karottenkugeln mit Perlzwiebeln anschwitzen, restliche gehackte Petersilie unter-mischen und abschmecken. Kurz vor dem Anrichten die Fleischwürfel wieder in die Sauce geben, erwärmen und anrichten. Die Soufflés aus dem Ofen nehmen, auf die Teller stürzen und das Gemüse mit anrichten.

Otto Koch 09. November 2011

# Hirsch-Rücken mit Knollen-Sellerie und Pfeffer-Soße

## Für 4 Personen

2 Knollen Sellerie mit Blattgrün	1 kg Meersalz	6 Eiweiß
600 g Hirschrücken	2 EL Olivenöl	400 ml Wildfond
200 ml Portwein	1/2 EL tasman. Pfeffer	1 EL Speisestärke
Salz, Pfeffer	1 EL Pistazien	1/2 Bund Schnittlauch
1 EL Traubensenf, fein		

Den Backofen auf 200 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 180 Grad) vorheizen. Die Sellerieknollen gut bürsten, abwaschen, das Blattgrün abschneiden und beiseite legen. Meersalz mit dem Eiweiß mischen, Knollensellerie auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen und mit dem Meersalz umhüllen. Im vorgeheizten Backofen ca. 2 Stunden backen. Hirschrücken von Sehnen und Fettdeckel entfernen. Die Hirschabschnitte fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anbraten. Mit dem Wildfond und Portwein ablöschen und langsam um etwas mehr als die Hälfte einkochen lassen. Mit dem Fond und dem Portwein ablöschen, langsam einkochen und entfetten. Den tasmanischen Pfeffer fein mahlen und zur eingekochten Sauce geben. Anschließend die Sauce durch ein feines Sieb passieren. Die Speisestärke mit 2 EL Wasser anrühren, die Sauce damit binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wenn die Sellerieknollen gegart sind, den Backofen auf 120 Grad Ober-Unterhitze herunterschalten. Den Hirschrücken in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl von allen Seiten gut anbraten und auf einem Gitter im 120 Grad heißen Ofen ca. 6 Minuten von jeder Seite garen. Die Pistazien in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann fein hacken. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Das Sellerieblattgrün ebenfalls fein schneiden. Das Fleisch aus dem Backofen nehmen, in Alufolie wickeln und kurz ruhen lassen. In 4 Portionen aufteilen, mit dem Traubensenf bestreichen und die Pistazien draufstreuen. Die fertige Knollensellerie aus dem Meersalz nehmen, das Salz abbürsten und in Spalten schneiden. Die Spalten mit 2 EL Olivenöl, dem Sellerieblattgrün und dem Schnittlauch marinieren und auf die vorgewärmten Teller anrichten. Hirschrücken anlegen und die Sauce angießen.

Michael Kempf Freitag, 23. September 2011

# Reh-Rücken im Gewürz-Sud mit Apfel-Püree und Rotkraut

## Für 2 Personen

### Für das Rotkraut:

20 g Zucker	200 ml Orangensaft	200 ml Rotwein
100 ml Portwein	4 Wacholderbeeren	3 Gewürznelken
6 Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt	1 kleine Zimtstange
400 g Rotkraut	1 Zwiebel	1-2 Äpfel (Boskop)
3 EL Gänseeschmalz	1 EL Johannisbeergelee	Salz, Pfeffer

### Für den Rehrücken:

250 ml Spätburgunder	6 Pfefferkörner	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian	2 Tannenspitzen	3 Lorbeerblätter
6 Wacholderbeeren	1 Msp. Orangenabrieb	Salz, Pfeffer
300 g Rehrücken, ausgelöst	300 ml Wildfond	2 EL Butter

### Für das Apfelkompott:

1 Bio-Zitrone	150 ml Weißwein	1/2 Vanilleschote
60 g Zucker	1 -2 Äpfel	1 TL Speisestärke

Rotkraut: Zucker in einem Topf karamellisieren, mit Orangensaft, Rotwein und Portwein ablöschen. Wacholderbeeren, Gewürznelken, Pfefferkörner, Lorbeerblatt und Zimtstange in einen Teefilter geben, zubinden, mit in den Sud geben und etwas köcheln lassen. Vom Rotkraut die äußeren unschönen Blätter und den harten Strunk entfernen. Kraut dann in feine dünne Streifen schneiden oder hobeln. Die heiße Marinade über die Kohlstreifen geben (den Gewürzbeutel wieder entfernen) und über Nacht ziehen lassen. Den Backofen auf 180 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und fein reiben. Den marinierten Rotkohl passieren, den Fond auffangen und mit dem Johannisbeergelee in einem kleinen Topf zu Sirup einkochen. Zwiebel in einem Schmortopf (backofengeeignet) mit Gänseeschmalz anschwitzen, Rotkohl und Äpfel zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Im vorgeheizten Ofen ca. 50 Minuten weich dünsten. Herausnehmen, den Sirup untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rehrücken: Rotwein, Pfefferkörner, Rosmarin, Thymian, Tannenspitzen, Lorbeerblätter, Wacholderbeeren, Orangenschale und eine Prise Salz in einem Topf aufkochen und auf 60 Grad abkühlen lassen. Alle Kräuter und Gewürze aufkochen und auf 60°C runterkühlen. Rehrücken mit Salz und Pfeffer würzen, in den Sud legen und bei einer Temperatur von 55 Grad ca. 20 Minuten garen, bis das Fleisch eine Kerntemperatur von 54 Grad hat. Anschließend das Fleisch warm stellen, den Gewürzsud passieren und auf 100 ml einkochen. Dann den Wildfond zugeben, nochmals um die Hälfte einkochen lassen. Die Butter in kleinen Stücken darin auflösen und die Sauce abschmecken.

Apfelkompott: Von der Zitrone etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. Zitronensaft- und schale mit Weißwein in einen Topf geben. Von der Vanilleschote das Mark austreichen und mit dem Zucker zum Wein geben. Die Äpfel schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in dünne Schnitze schneiden. Die Schnitze in den Weißwein legen und weich kochen. Speisestärke mit 1 EL Wasser anrühren, unter das Kompott mischen, aufkochen und so leicht binden. Zum Anrichten Rotkraut auf die Mitte des Tellers geben. Rehrücken aufschneiden, auf das Rotkraut setzen, mit Gewürzsud übergießen und das Apfelkompott dazu reichen.

Jörg Sackmann 01. November 2011



## Wildschwein-Medaillons mit Nuss-Kruste und Birne

### Für 2 Personen

50 g Walnusskerne	50 g weiche Butter	2 EL geriebene Semmelbrösel
Salz, Pfeffer	2 Schalotten	320 g Wildschweinerücken
1 EL Butterschmalz	100 ml Wildfond	100 ml Rotwein
1 EL kalte Butter	1 Birne	1 EL Puderzucker

Die Walnüsse hacken und mit der weichen Butter und den Semmelbröseln vermengen. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Schalotten schälen und fein schneiden. Das Fleisch in 4 Medaillons schneiden, pfeffern und salzen und in einer Pfanne mit Butterschmalz rundum bei mittlere Hitze auf jeder Seite je ca. 2 Minuten braten. Dann die Medaillons auf einen Teller geben, mit Alufolie abdecken und warm stellen. In der gleichen Pfanne die Schalotten anschwitzen. Wildfond und Rotwein dazugeben und um die Hälfte einkochen. Den Bratensaft der Medaillons hinzu geben. Sauce bei heftigem Kochen mit 1 EL kalter Butter etwas binden und abschmecken. Birne schälen, vom Kerngehäuse befreien und in Spalten schneiden. In einer Pfanne Puderzucker leicht karamellisieren lassen, die Birnenspalten dazugeben und leicht bräunen. Nussbutter auf die Medaillons verteilen und unter der Grillschlange goldbraun gratinieren. Die Medaillons und die gebratenen Birnen anrichten, die Sauce angießen und servieren. Dazu passen sehr gut Spätzle.

Vincent Klink Donnerstag, 20. Oktober 2011



# Wurst-Schinken

## Antipasti von Risotto, Kartoffel-Gratin und Polenta

### Für 2 Personen

#### Für den Risotto:

1 Schalotte	1 TL Olivenöl	50 g Risottoreis
ca. 20 ml Weißwein	ca. 150 ml Geflügelbrühe	1 EL Butter
1 EL Parmesan, frisch gerieben	Salz, Pfeffer	

#### Für die Polenta:

1 Schalotte	1 TL Butter	ca. 200 ml Fleischbrühe
50 g Maisgrieß	1 TL Parmesan, frisch	Salz, Pfeffer

#### Für das Kartoffelgratin:

150 g Kartoffeln, fest	1 TL Butter	Salz, Pfeffer
1 Prise Muskat	50 ml Gemüsebrühe	

#### Für die Antipasti:

200 g Zucchini	2 EL Olivenöl	8 kleine Champignons
Salz	8 Kirschtomaten	70 g Parma-Schinken, hauchdünn
70 g Chorizo, hauchdünn längs	8 schwarze Oliven	

Für den Risotto Schalotten schälen und fein würfeln. In einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, den Risottoreis zugeben und ebenfalls mitrösten. Anschließend mit Weißwein ablöschen, nach und nach mit heißer Brühe aufgießen. Der Reis sollte immer mit Flüssigkeit bedeckt sein und leicht kochen. Nach 12 bis 15 Minuten ist der Reis weich und hat noch Biss. Butter Parmesan unterziehen, mit Salz und Pfeffer würzen. Für die Polenta Schalotte schälen und fein schneiden. In einem Topf mit Butter die Schalotte anschwitzen. Mit Brühe auffüllen und aufkochen. Unter stetigem Rühren langsam den Maisgrieß einrieseln lassen und bei geringer Hitze Polenta quellen lassen (Quellzeit ist abhängig von der Grießsorte, dazu Packungsangabe beachten). Parmesan unter die gequollene Polenta mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Risotto auf einen Teil eines mit Backpapier ausgelegten Backbleches 3 cm stark glatt aufstreichen, die Polenta ebenfalls 3 cm stark auf das vorbereitete Blech auf aufstreichen, mit Folie abdecken und über Nacht kalt stellen. Für das Kartoffelgratin Die Kartoffeln schälen, in feine Scheiben hobeln, in eine gebutterte kleine Auflaufform schichten und mit etwas Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Gemüsebrühe angießen. Im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen das Gratin ca. 20 Minuten garen. Kartoffelgratin aus dem Ofen nehmen und gut auskühlen lassen.

Für die Antipasti: Zucchini waschen und der Länge nach in sehr dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit Olivenöl die Zucchinischeiben von beiden Seiten kurz braten und salzen. Herausnehmen und abkühlen lassen. Champignons putzen und in einem Topf mit Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Den kalten Risotto aus der Form auf ein Schneidebrett kippen und mit einem scharfen Messer in 3 cm breite Stangen schneiden. Die Risottostangen mit den Zucchinischeiben umwickeln und dann in 3 cm große Würfel schneiden. Auf jeden Würfel eine Kirschtomate mit einem Holzzahnstocher fixieren. Die Polenta auf das Schneidebrett geben und mit einem scharfen Messer in 3 cm breite Stangen schneiden. Die Polentastangen mit Parma-Schinken umwickeln und dann in 3 cm große Würfel schneiden. Auf jeden Würfel einen kleinen Champignon mit einem Holzzahnstocher fixieren. Das Kartoffelgratin aus der Form lösen, in 3 cm große Würfel schneiden und mit der und Chorizo umwickeln. Auf jeden Würfel eine schwarze Olive mit einem Holzzahnstocher fixieren. Die Antipastiwürfel auf Tellern oder einer Servierplatte anrichten.

Otto Koch Freitag, 8. Juli 2011

## Blutwurst im Tramezzini-Mantel, Aprikosen-Chili-Chutney

### Für 2 Personen

#### Für das Aprikosen Chutney:

450 g Aprikosen	2 Schalotten	1 kleine Knoblauchzehe
1 rote Chilischote	1 Vanilleschote	1 EL Olivenöl
60 g Gelierzucker	60 ml Sherryessig	1 Orange
10 g Sultaninen	1 Spritzer Zitronensaft	

#### Für die Tramezzini:

100 g geräucherte Blutwurst	1 kleiner Apfel	1 Zweig Majoran
3 Stängel glatte Petersilie	40 g Butter	1/2 TL scharfer Senf
1 Msp. Kardamom	Salz, Pfeffer	2 Scheiben Tramezzini
100 g Putenbrustfilet	80 g Sahne	

Die Aprikosen halbieren und die Kerne entfernen. 1/3 der Aprikosen in feine Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden. Chili halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein hacken. Die Vanille längs aufschneiden und das Mark herausstreichen. 1 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen, darin Schalotten und Knoblauch anschwitzen, Gelierzucker darüber streuen, Essig angießen und diesen einkochen lassen. Von der Orange den Saft auspressen und zugeben. Aprikosenhälften, Vanillemark und Chili hinzufügen und langsam weich kochen. Dann mit einem Pürierstab fein mixen, durch ein Sieb passieren und nochmals aufkochen. Die Sultaninen und gewürfelte Aprikosen unterheben, den Topf vom Herd ziehen und einige Minuten ziehen lassen. Dann das Chutney mit Zitronensaft abschmecken. Den Backofen auf 150 Grad vorheizen. Von der Blutwurst die Schale entfernen und die Wurst in 5 mm große Würfel schneiden. Den Apfel schälen ebenfalls in 5 mm große Würfel schneiden. Majoran und Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Weiche Butter schaumig rühren, Senf, Majoran, Kardamon, Salz und Pfeffer untermischen. Die Brotscheiben beidseitig mit der Würzbutter bestreichen. Fleisch in kleine Würfel schneiden, mit der Sahne in einen Cutter geben, mit einer Prise Salz würzen und zu einer feinen Farce pürieren. Unter die Farce Blutwurst, Apfel und Petersilie mischen und abschmecken. Eine der vorbereiteten Brotscheiben ca. 1 cm dick mit der Farce bestreichen, die andere Hälfte darüberlegen. In einer Grillpfanne das Brot von beiden Seiten kurz anbraten, dann auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Ofen ca. 5 Minuten backen. Das Brot in Rauten schneiden und hochkant anrichten, das Chutney dazu anrichten, evtl. in Nockenform. Dazu passt ein Kräutersalat.

Jörg Sackmann Dienstag, 12. Juli 2011

## Dibbelabbes (Deftige Kartoffel-Pfanne)

### Für 4 Personen

1 Zwiebel	2 Stangen Lauch	200 g durchw. Räucherspeck
1 1/2 kg Kartoffeln, vorw. fest	2 EL Butterschmalz	2 Eier
Salz, Pfeffer	1 Prise Muskatnuss	1/2 Bund Petersilie

Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Den Lauch putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Den Speck in kleine Würfel schneiden. Die Kartoffeln schälen, waschen, fein reiben und in einem Küchentuch fest ausdrücken, sodass eine trockene Masse entsteht. In einem gusseisernen Topf 1 EL Butterschmalz erhitzen, den Speck darin bei schwacher bis mittlerer Hitze knusprig braten. Den Lauch hinzufügen und kurz mit dünsten. Speck und Lauch aus dem Topf nehmen. Die ausgedrückten Kartoffeln in einer Schüssel mit den Händen auflockern. Die Zwiebel, die Speck-Lauch-Mischung und die Eier untermischen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskatnuss kräftig würzen. Das restliches Butterschmalz zum ausgelassenen Speckfett in den Topf geben und erhitzen. Die Kartoffelmasse hinzufügen und bei schwacher bis mittlerer Hitze etwa 45 Minuten braten, bis die Kartoffeln gar sind. Dabei den Dibbelabbes ab und zu ■umschichten■, damit er goldbraune Krüstchen bildet. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. Kurz vor Ende der Garzeit die Petersilie unter den Dibbelabbes mischen. Dazu passt Apfelmus oder Endiviensalat.

Jörg Sackmann 29. November 2011

## Geröstete Blutwurst und Sauerkraut-Püree

### Für 2 Personen

1 TL Tapioka	250 ml Malzbier	125 ml Rinderfond
Salz, Pfeffer	500 g Kartoffeln, mehlig	1/2 Bund Schnittlauch
300 g Sauerkraut	120 ml Sonnenblumenöl	150 ml Milch
2 EL Butter	1 Msp. Muskat	300 g Blutwurst
1 EL Mehl		

Tapioka in kaltem Wasser 15 Minuten einweichen und dann abtropfen lassen. Malzbier mit der Rinderjus in einen Topf geben und auf 300 ml einkochen, mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und sehr fein schneiden. 200 g Sauerkraut gut trocken tupfen und in einem Topf mit 100 ml heißem Sonnenblumenöl goldgelb frittieren, auf Küchenpapier abtropfen lassen, dann grob hacken. Übriges frisches Sauerkraut fein schneiden. Tapioka im Malzbierfond auflösen, Schnittlauch untermischen. Weich gekochte Kartoffeln abschütten und durch die Kartoffelpresse drücken. Die Milch erhitzen, zu den Kartoffeln geben, weich Butter ebenfalls zugeben und zu einem cremigen Püree verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Das frische Sauerkraut unter das Kartoffelpüree rühren. Die Haut der Blutwurst entfernen, Blutwurst in 4 Scheiben schneiden und mit dem Mehl bestäuben. In einer heißen Pfanne mit dem 2 EL Sonnenblumenöl von allen Seiten knusprig anbraten. Blutwurst herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Kartoffelpüree als Nocke auf den Tellern anrichten, das frittierte Sauerkraut darauf geben. Das frische Sauerkraut unter das Kartoffelpüree rühren und auf die vorgewärmten Teller als Nocke anrichten. Das frittierte Sauerkraut auf diese Nocke streuen. Heiße Malzbiertapioka auf den Tellern anrichten. Blutwurst auf der Tapioka anrichten.

Michael Kempf 25. November 2011

# Mozzarella auf Mürbe-Teig mit Tomaten-Zitronen-Olivenöl

## Für 2 Personen

### Für die Mozzarella-Kuchen:

30 g Gruyère	70 g weiche Butter	100 g Mehl
2 EL kaltes Wasser	Salz, Pfeffer	2 Kartoffeln
1 Zweig Thymian	1/2 Bund Rucola	250 g Mozzarella
30 g Schwarzwälder Schinken		

### Für das Zitronen-Olivenöl:

1 Zitrone	1 Tomate	40 g Zucker
25 ml Wasser	1 Sternanis	Salz, Pfeffer
80 ml Olivenöl	2 Stiele Basilikum	

Für die Mozzarella-Kuchen:

Den Käse fein reiben. Weiche Butter mit Mehl, Wasser, 10 g geriebenem Käse, einer Prise Salz und Pfeffer zu einem glatten Teig kneten, diesen in Frischhaltefolie gepackt 1 Stunde kalt stellen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Den Teig auf 2 mm dick ausrollen und in zwei Rechtecke von 10x 20 cm schneiden. Diese auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten goldbraun backen. Die Kartoffeln schälen, in sehr dünne Scheiben schneiden und in einem Topf mit Salzwasser kurz blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Thymian abspülen, trocken schütteln und die Blätter vom Zweig streichen. Rucola abspülen und trocken schütteln. Für das Zitronen-Olivenöl Die Zitrone heiß abwaschen und die Schale dünn abschälen. Dann diese 3 x in einem Topf mit etwas kochendem Wasser blanchieren (dabei das Wasser immer abschütten und neues Wasser zum Blanchieren verwenden). Dann die Schale fein würfeln. Von den Zitronen noch den Saft auspressen. Tomate am Stielansatz einritzen, kurz blanchieren, die Haut abziehen, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Zucker in einem Topf auflösen, ohne dass er bräunt, mit Zitronensaft und Wasser ablöschen. Sternanis, etwas Salz und Pfeffer zugeben. Tomatenwürfel zugeben, vorbereitete Zitronenschale zugeben und das Öl unterrühren, Topf vom Herd ziehen. Basilikum abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Basilikum unter das Zitronenöl mischen und abschmecken. Die Backofentemperatur auf 240 Grad (Umluft 220 Grad, Gas Stufe4) erhöhen. Den Mozzarella in Scheiben schneiden, die Scheiben halbieren und auf den gebackenen Teig legen. Die Kartoffelscheiben auf den Mozzarella legen, restlichen gerieben Gruyère darauf geben, mit Thymian bestreuen und würzen. Im heißen Ofen ca. 8 Minuten backen, bis der Mozzarella zu schmelzen beginnt und leicht Farbe annimmt. Dann aus dem Ofen nehmen und Schinken und Rucola darauf verteilen. Die Mozzarella-Kuchen mit dem Tomaten-Zitronen-Olivenöl beträufeln und servieren.

Jörg Sackmann Dienstag, 23. August 2011

# Spargel mit Butter und Schinken

## Für 4 Personen

2 kg weißer Spargel	1 TL Salz	1 TL Zucker
150 g Butter	1 Spritzer Zitronensaft	12 Scheiben Schinken

Die Spargelstangen waschen und jeweils unterhalb des Kopfs bis zu den Enden mit dem Spargelschäler oder Sparschäler schälen. Die holzigen Enden mit einem Messer abschneiden – die Spargelschalen und -enden nach Belieben zum Kochen eines Spargelfonds verwenden. In einem großen Topf reichlich Wasser mit je 1 TL Salz, Zucker und 2 EL Butter aufkochen. Nach Belieben etwas Zitronensaft hinzufügen. Den Spargel in 4 Portionen teilen und jede Portion mit Küchengarnt zusammenbinden. Die Spargelbündel in das Wasser geben. Den Spargel je nach Stangendicke in leicht siedendem Wasser 8 bis 12 Minuten bissfest garen. Die restliche Butter in einem Topf bei schwacher Hitze zerlassen. Die Spargelbündel aus dem Wasser heben, kurz abtropfen lassen, auf einer Platte anrichten und das Küchengarnt entfernen. Den Spargel mit der zerlassenen Butter und den Schinkenscheiben auf Tellern oder einer Platte anrichten. Dazu schmecken Pell- oder Salzkartoffeln.

Otto Koch 18. November 2011



# Index

- Apfel, 94  
Artischocke, 72, 94, 124, 129, 130  
Aubergine, 2, 106, 118, 125, 128
- Bauch, 100  
Blätterteig, 128  
Blumenkohl, 15, 74  
Blutwurst, 141, 142  
Bohnen, 24, 107  
Bouillabaisse, 9  
Braten, 57, 81, 83, 90, 101  
Bratkartoffeln, 62  
Brot, 2  
Brust, 80, 83  
Butter, 132
- Carpaccio, 54, 88  
Chorizo, 140  
Couscous, 66  
Curry, 126
- Dressing, 132
- Eier, 95, 121, 127  
Eintopf, 107–109, 115  
Eisbein(Haxe), 98  
Ente, 30  
Enten-Brust, 31, 32, 35
- Fenchel, 8, 13  
Filet, 54, 55, 58, 59, 80, 82–84, 99, 102  
Filoteig, 120  
Fisch, 108  
Fisch-Filet, 9  
Fleisch, 63, 67, 81, 87, 91, 107, 111, 114  
Forellen-Filet, 10, 13, 25
- Gans, 32, 37  
Garnelen, 70, 74, 75, 106  
Gazpacho, 112  
Geflügel, 50, 52, 94, 95, 106, 109, 110, 113  
Gnocchi, 122  
Grüne, 104  
Grünkohl, 111
- Gulasch, 85  
Gurke, 18, 21, 71, 80, 89, 112
- Hähnchen, 33, 43  
Hähnchen-Brust, 34, 35, 38, 41, 42  
Hühnchen, 36  
Hühner-Brust, 32, 42  
Hackfleisch, 46  
Hecht, 15  
Hirsch, 134  
Hirsch-Rücken, 135  
Huhn, 30, 37
- Innereien, 95
- Käse, 96, 120–122, 124, 125  
Kürbis, 62, 96, 120, 123, 126  
Kabeljau-Filet, 14, 16  
Kalb, 51  
Karpfen, 14  
Kartoffel, 122  
Kartoffeln, 109, 114, 115  
Kaviar, 23  
Keule, 67  
Klops, 47  
Knödel, 2, 20, 101, 127  
Kohl-Roulade, 46, 48  
Kohlrabi, 59, 115  
Kotelett, 66, 78  
Krabben, 71, 73  
Kraut, 27, 81
- Labskaus, 80  
Lachs-Filet, 13, 15, 21  
Lauch, 31, 33, 36, 38, 40, 59, 62, 78, 99, 101, 109, 113, 115, 119, 127, 142  
Linsen, 12, 16, 26, 128
- Möhren, 9, 14, 16, 18, 26, 31, 34, 62, 63, 73, 79, 82, 86, 87, 90, 98, 101, 107, 109, 115, 134  
Makrele, 24  
Mangold, 100, 121  
Maronen, 52

Matjes, 18, 23  
 Medaillon, 58  
 Medaillons, 99  
 mit-Alkohol, 132  
  
 Nudeln, 2, 11, 22, 51, 59, 73, 102  
  
 Obst, 132  
 Orangen, 6  
  
 Palatschinken, 6  
 Paprika, 2, 18, 19, 67, 83, 112, 124, 125  
 Pastinaken, 36  
 Perlhuhn-Brust, 36, 39, 40  
 Pfannkuchen, 121  
 Piccata, 56  
 Pilze, 10, 20, 21, 35, 42, 54, 57–59, 66, 83, 86,  
     87, 94, 95, 124, 127, 129, 134, 140  
 Polenta, 42, 60, 125, 140  
 Porree, 38  
 Poularden-Brust, 42  
  
 Räucherfisch, 16, 19, 24  
 Rücken, 60, 61, 66, 92  
 Radicchio, 51  
 Ragout, 67  
 Ratatouille, 2, 125  
 Ravioli, 32, 39, 123  
 Reh-Rücken, 136  
 Reis, 25, 48, 67, 126  
 Rettich, 82, 88, 108, 109, 132  
 Rind, 114  
 Rinder-Hack, 48  
 Rostbraten, 91, 92  
 Rotbarbe, 8, 12  
 Rote-Bete, 17, 80, 82, 88  
 Rotkraut, 3, 30, 95, 136  
 Roulade, 89  
 Rucola, 39, 54, 58, 143  
 Rumpsteak, 91  
  
 Saibling-Filet, 17, 22  
 Sardellen, 18, 20  
 Sauerampfer, 79, 104  
 Sauerkraut, 85, 142  
 Schinken, 140, 143, 144  
 Schnitzel, 56  
 Schoko, 6  
 Schoten, 2, 22, 34, 67, 87, 107  
 Schulter, 85  
 Schwarzwurzeln, 11  
  
 Sellerie, 9, 16, 18, 26, 43, 62, 63, 72, 73, 79,  
     90, 101, 102, 109, 113, 135  
 Senf, 104  
 Spargel, 144  
 Speck, 111, 142  
 Spinat, 15, 55, 59  
 Spitzkohl, 115  
 Steak, 61, 86  
  
 Tafelspitz, 62, 79, 88  
 Tatar, 129  
 Teig-Taschen, 32, 39, 123  
 Tomaten, 110  
  
 Vegan, 128, 129  
 Vitello, 55  
  
 Weißkohl, 25, 48, 107  
 Wild, 134–136  
 Wildschwein, 137  
 Wirsing, 108  
 Wurst, 111  
  
 Zander, 11  
 Zander-Filet, 9, 21, 26–28  
 Zucchini, 2, 18, 66, 119, 124, 125, 128, 129,  
     140