

**Kochrezepte  
aus Fernsehen oder Internet**

**Amateur: Soßen**

**2010-2024**

**123 Rezepte**

---

<sup>1</sup>In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 23. Dezember 2024.

# Inhalt

|   |    |
|---|----|
| Bolognese-Soße . . . . .                  | 1  |
| Sauce hollandaise selbst machen . . . . . | 2  |
| Bolognese-Soße . . . . .                  | 2  |
| Bolognese-Soße . . . . .                  | 3  |
| Jäger-Soße . . . . .                      | 3  |
| Makhani-Soße . . . . .                    | 4  |
| Rahmsoße . . . . .                        | 4  |
| Maronen-Soße . . . . .                    | 4  |
| Morchel-Sahne-Soße . . . . .              | 5  |
| Tomatillo-Soße . . . . .                  | 5  |
| Shiitake-Rotwein-Soße . . . . .           | 5  |
| Himbeer-Barbecue-Soße . . . . .           | 6  |
| Portwein-Soße . . . . .                   | 6  |
| Kokos-Soße . . . . .                      | 6  |
| Malghesino-Madeira-Soße . . . . .         | 7  |
| Hoisin-Soße . . . . .                     | 7  |
| Möhren-Soße . . . . .                     | 8  |
| Café-de-Paris-Soße . . . . .              | 8  |
| Gin-Portwein-Soße . . . . .               | 9  |
| Rotwein-Soße . . . . .                    | 9  |
| Tomaten-Butter-Soße . . . . .             | 10 |
| Champignon-Rahm-Soße . . . . .            | 10 |
| Tomaten-Kokos-Soße . . . . .              | 11 |
| Teriyaki-Soße . . . . .                   | 11 |
| Senf-Hollandaise . . . . .                | 12 |
| Wild-Soße . . . . .                       | 12 |

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| Zitronen-Soße . . . . .            | 12 |
| Frankfurter Grüne Soße . . . . .   | 13 |
| Teriyaki-Soße . . . . .            | 13 |
| Grüne Soße . . . . .               | 13 |
| Erdnuss-Curry-Soße . . . . .       | 14 |
| Pilz-Rahm-Soße . . . . .           | 14 |
| Paprika-Soße . . . . .             | 14 |
| Thymian-Cognac-Rahm-Soße . . . . . | 15 |
| Rote-Bete-Soße . . . . .           | 15 |
| Soße Bearnaise . . . . .           | 15 |
| Portwein-Orangen-Soße . . . . .    | 16 |
| Rotwein-Soße . . . . .             | 16 |
| Erdnus-Soße . . . . .              | 17 |
| Thymian-Honig-Soße . . . . .       | 17 |
| Orangen-Portwein-Soße . . . . .    | 17 |
| Pilz-Soße . . . . .                | 18 |
| Pfeffer-Senf-Soße . . . . .        | 18 |
| Sauce béarnaise . . . . .          | 18 |
| Sauce à la dijonnaise . . . . .    | 19 |
| Sauce 'Café de Paris' . . . . .    | 19 |
| Rote-Bete-Soße . . . . .           | 19 |
| Sauce Rouille . . . . .            | 20 |
| Sauce Rouille . . . . .            | 20 |
| Teriyaki-Soße . . . . .            | 20 |
| Holländische Soße . . . . .        | 21 |
| Sauce Rouille . . . . .            | 21 |
| Pilz-Soße . . . . .                | 21 |
| Curry-Soße . . . . .               | 22 |
| Tomaten-Soße . . . . .             | 22 |
| Weißwein-Soße . . . . .            | 22 |
| Wild-Soße . . . . .                | 23 |
| Pfefferrahm-Soße . . . . .         | 23 |
| Pilz-Madeira-Velouté . . . . .     | 24 |

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| Bloody-Mary-Soße . . . . .          | 24 |
| Meerrettich-Soße . . . . .          | 24 |
| Tomaten-Soße . . . . .              | 25 |
| Krabben-Weißwein-Soße . . . . .     | 25 |
| Tomaten-Granatapfel-Salsa . . . . . | 25 |
| Kirsch-Soße . . . . .               | 26 |
| Käse-Soße . . . . .                 | 26 |
| Meerrettich-Soße . . . . .          | 26 |
| Bratapfel-Soße . . . . .            | 27 |
| Rotwein-Soße . . . . .              | 27 |
| Pilz-Rahm-Soße . . . . .            | 27 |
| Gurken-Tomaten-Salsa . . . . .      | 28 |
| Pancetta-Soße . . . . .             | 28 |
| Rotwein-Soße . . . . .              | 28 |
| Balsamico-Soße . . . . .            | 29 |
| Sauce Rouille . . . . .             | 29 |
| Sauce Rouille . . . . .             | 29 |
| Barbecue-Soße . . . . .             | 30 |
| Barbecue-Soße . . . . .             | 30 |
| Meerrettich-Soße . . . . .          | 30 |
| Whisky-Soße . . . . .               | 31 |
| Curry-Soße . . . . .                | 31 |
| Karotten-Orangen-Soße . . . . .     | 31 |
| Kokos-Curry-Ananas-Soße . . . . .   | 32 |
| Mandel-Salsa . . . . .              | 32 |
| Orangen-Weißwein-Soße . . . . .     | 32 |
| Wermut-Prosecco-Soße . . . . .      | 33 |
| Rotwein-Sahne-Soße . . . . .        | 33 |
| Safran-Hollandaise . . . . .        | 33 |
| Sauce béarnaise . . . . .           | 34 |
| Orangen-Hollandaise . . . . .       | 34 |
| Cumberland-Soße . . . . .           | 35 |
| Rotwein-Schokoladen-Soße . . . . .  | 35 |

|  |    |
|--|----|
| Cold-Brew-Coffee-Soße . . . . .                | 35 |
| Sauce Rouille . . . . .                        | 36 |
| Tomaten-Soße . . . . .                         | 36 |
| Rotwein-Soße . . . . .                         | 37 |
| Pflaumen-Soße . . . . .                        | 37 |
| Weißwein-Käse-Soße . . . . .                   | 37 |
| Riesling-Soße . . . . .                        | 38 |
| Rotwein-Soße . . . . .                         | 38 |
| Vanille-Soße . . . . .                         | 38 |
| Rotwein-Soße . . . . .                         | 39 |
| Pilz-Sahne-Soße . . . . .                      | 39 |
| Braten-Soße . . . . .                          | 39 |
| Paleo-Ketchup . . . . .                        | 40 |
| Apfel-Senf-Soße . . . . .                      | 40 |
| Remouladen-Soße . . . . .                      | 41 |
| Melonen-Salsa . . . . .                        | 41 |
| Weißwein-Sahne-Soße . . . . .                  | 41 |
| Champignon-Sahne-Soße . . . . .                | 42 |
| Pfeffer-Dill-Soße . . . . .                    | 42 |
| Cognac-Soße . . . . .                          | 42 |
| Weißwein-Soße . . . . .                        | 43 |
| Kräuter-Limetten-Butter-Soße . . . . .         | 43 |
| Rotwein-Butter-Soße . . . . .                  | 43 |
| Mango-Salsa . . . . .                          | 44 |
| Frankfurter Grüne Soße . . . . .               | 44 |
| Champignon-Soße . . . . .                      | 44 |
| Französische Butter-Soße mit Vanille . . . . . | 45 |
| Pilz-Soße . . . . .                            | 45 |
| Gorgonzola-Soße . . . . .                      | 45 |
| Chili-Tomaten-Soße . . . . .                   | 46 |
| Safran-Soße . . . . .                          | 46 |

**Index** **47**

# Bolognese-Soße

## Für 4 Portionen:

|                               |                              |                              |
|-------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| 2-3 EL gutes Olivenöl         | 500 g Hackfleisch (20% Fett) | 100 g Speck, gewürfelt       |
| 1 m.-große Zwiebel, gewürfelt | 2 Knoblauchzehen, gewürfelt  | 1 Stangensellerie, gewürfelt |
| 1 Karotte, gewürfelt          | 2 EL Tomatenmark             | 240 ml Rotwein               |
| 400 g stückige Tomaten        | 360 ml Hühnerbrühe           | 240 ml Milch                 |
| 2 TL Oregano                  | 2 Lorbeerblätter             | Muskatnuss                   |
| Salz, Pfeffer                 | 2-3 EL Parmesan              |                              |

Die Zwiebel, Knoblauch, Stangensellerie und Karotte fein würfeln und zur Seite stellen. Den Speck fein würfeln und ebenfalls zur Seite stellen. Das Hackfleisch mit einem Stück Küchenpapier abtupfen, damit das Fleisch möglichst trocken ist.

Das Öl in einen großen Topf geben und erhitzen. Das Hackfleisch dazugeben und in größere Portionen zerteilen, aber nicht gleich komplett zerbröseln.

Das Fleisch so lange anbraten, bis es leicht gebräunt ist. Wenn das Fleisch im Inneren der größeren Stücke noch etwas pink ist, dann ist das ok. Aus dem Topf nehmen und zur Seite stellen. Den gewürfelten Speck in den Topf geben und auslassen. Sobald der Speck kross und etwas gebräunt ist, die gewürfelten Zwiebeln, Knoblauch, Stangensellerie und Karotten dazugeben und mit anbraten, bis das Gemüse weich ist. Das Fleisch zurück in den Topf geben. Das Tomatenmark dazugeben, gut verrühren und kurz mit anbräunen. Den Wein zum Topf dazugeben, unterrühren und einkochen lassen. Die Flüssigkeiten sollten so gut wie komplett verkocht sein und das Fleisch in kleine Stücke zerfallen sein. Die Tomaten, Hühnerbrühe und Milch dazugeben und unterrühren. Den Oregano, die Lorbeerblätter und Muskatnuss dazugeben. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen und dann für etwa 3 Stunden köcheln lassen. Sollte die Soße zu stark an Flüssigkeit verlieren, noch etwas Brühe dazugeben. Vor dem Servieren den Parmesan dazugeben und noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Pasta (al dente) kochen und mit der Bolognese Soße und noch etwas mehr Parmesan servieren. Die Soße kann einige Tage vorab zubereitet werden und im Kühlschrank gelagert werden. Reste kann man auch gut einfrieren.

NN am 16. Dezember 2024

## Sauce hollandaise selbst machen

### Für 4 Portionen:

250 g Butter                      1 Schalotte      4 weiße Pfefferkörner  
1 EL Weißweinessig    4 Eigelb (M)    1 EL Zitronensaft  
Salz, weißer Pfeffer

Butter bei schwacher Hitze schmelzen, aber nicht bräunen. Topf vom Herd ziehen und die Butter etwas abkühlen lassen. Butterschaum gegebenenfalls abschöpfen.

Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Pfefferkörner mit dem Messerrücken oder in einem Mörser zerdrücken. Schalottenwürfel und Pfefferkörner zusammen mit Weißweinessig und 2 EL Wasser in einem kleinen Topf kurz aufkochen. Sud durch ein Sieb in eine Edelstahlschüssel gießen.

Eigelb und 1 EL kaltes Wasser zum Sud geben und alles gut verrühren. Eigelbcreme danach über einem heißen Wasserbad bei 60-70 °C einige Minuten mit dem Schneebesen oder Handmixer aufschlagen, bis eine dickliche Creme entsteht. Vom Wasserbad nehmen und etwa 30 Sekunden weiterschlagen.

Geschmolzene Butter erst tröpfchenweise, dann in dünnem Strahl mit dem Schneebesen unter die Eigelbcreme rühren, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Sofort servieren, da die Sauce hollandaise beim Erkalten fest wird.

Birte Wloka am 12. Dezember 2024

## Bolognese-Soße

|                        |                              |                        |
|------------------------|------------------------------|------------------------|
| 2-3 EL gutes Olivenöl  | 500 g Hackfleisch (20% Fett) | 100 g Speck, gewürfelt |
| 1 mittelgroße Zwiebel  | 2 Knoblauchzehen             | 1 Stangensellerie      |
| 1 Karotte              | 2 EL Tomatenmark             | 240 ml Rotwein         |
| 400 g gestück. Tomaten | 360 ml Hühnerbrühe           | 240 ml Milch           |
| 2 TL Oregano           | 2 Lorbeerblätter             | Muskatnuss             |
| Salz, Pfeffer          | 2-3 EL Parmesan              |                        |

Die Zwiebel, Knoblauch, Stangensellerie und Karotte fein würfeln und zur Seite stellen. Den Speck fein würfeln und ebenfalls zur Seite stellen. Das Hackfleisch mit einem Stück Küchenpapier abtupfen, damit das Fleisch möglichst trocken ist.

Das Öl in einen großen Topf geben und erhitzen. Das Hackfleisch dazugeben und in größere Portionen zerteilen, aber nicht gleich komplett zerbröseln. Das Fleisch so lange anbraten, bis es leicht gebräunt ist. Wenn das Fleisch im Inneren der größeren Stücke noch etwas pink ist, dann ist das ok. Aus dem Topf nehmen und zur Seite stellen. Den gewürfelten Speck in den Topf geben und auslassen. Sobald der Speck kross und etwas gebräunt ist, die gewürfelten Zwiebeln, Knoblauch, Stangensellerie und Karotten dazugeben und mit anbraten, bis das Gemüse weich ist. Das Fleisch zurück in den Topf geben. Das Tomatenmark dazugeben, gut verrühren und kurz mit anbräunen. Den Wein zum Topf dazugeben, unterrühren und einkochen lassen. Die Flüssigkeiten sollten so gut wie komplett verkocht sein und das Fleisch in kleine Stücke zerfallen sein. Die Tomaten, Hühnerbrühe und Milch dazugeben und unterrühren. Den Oregano, die Lorbeerblätter und Muskatnuss dazugeben. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen und dann für etwa 3 Stunden köcheln lassen. Sollte die Soße zu stark an Flüssigkeit verlieren, noch etwas Brühe dazugeben. Vor dem Servieren den Parmesan dazugeben und ggf. noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken.

NN am 26. November 2024

## Bolognese-Soße

### Für 4 Personen

|                           |                         |                   |
|---------------------------|-------------------------|-------------------|
| 2-3 EL Olivenöl           | 500 g Hackfleisch (20%) | 100 g Speck       |
| 1 Zwiebel                 | 2 Knoblauchzehen        | 1 Stangensellerie |
| 1 Karotte                 | 2 EL Tomatenmark        | 240 ml Rotwein    |
| 400 g gestückelte Tomaten | 360 ml Hühnerbrühe      | 240 ml Milch      |
| 2 TL Oregano              | 2 Lorbeerblätter        | Muskatnuss        |
| Salz, Pfeffer             |                         |                   |

Zwiebel, Knoblauch, Stangensellerie und Karotte fein würfeln und zur Seite stellen. Den Speck fein würfeln und ebenfalls zur Seite stellen. Das Hackfleisch mit einem Stück Küchenpapier abtupfen, damit das Fleisch möglichst trocken ist.

Das Öl in einen großen Topf geben und erhitzen. Das Hackfleisch dazugeben und in größere Portionen zerteilen, aber nicht gleich komplett zerbröseln. Das Fleisch so lange anbraten, bis es leicht gebräunt ist. Wenn das Fleisch im Inneren der größeren Stücke noch etwas pink ist, dann ist das ok. Aus dem Topf nehmen und zur Seite stellen. Den gewürfelten Speck in den Topf geben und auslassen. Sobald der Speck kross und etwas gebräunt ist, die gewürfelten Zwiebeln, Knoblauch, Stangensellerie und Karotten dazugeben und mit anbraten, bis das Gemüse weich ist. Das Fleisch zurück in den Topf geben. Das Tomatenmark dazugeben, gut verrühren und kurz mit anbräunen. Den Wein zum Topf dazugeben, unterrühren und einkochen lassen. Die Flüssigkeiten sollten so gut wie komplett verkocht sein und das Fleisch in kleine Stücke zerfallen sein. Die Tomaten, Hühnerbrühe und Milch dazugeben und unterrühren. Den Oregano, die Lorbeerblätter und Muskatnuss dazugeben. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen und dann für etwa 3 Stunden köcheln lassen. Sollte die Soße zu stark an Flüssigkeit verlieren, noch etwas Brühe dazugeben.

Marc Kromer am 29. Oktober 2024

## Jäger-Soße

### Für zwei Personen

|                   |                           |                     |
|-------------------|---------------------------|---------------------|
| 200 g Champignons | 3 Schalotten              | 200 ml Sahne        |
| Butter            | 250 ml trockener Weißwein | 100 ml Rinderfond   |
| 1 EL Sojasauce    | 2 EL Tomatenmark          | 2 Zweige Petersilie |
| 2 EL Mehl         | Salz                      | Pfeffer             |

Schalotten abziehen und klein hacken. In einer Pfanne mit Butter glasig anschwitzen. Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Pilze in die Pfanne geben und andünsten. Tomatenmark einrühren und mit anbraten. Dann mit Weißwein ablöschen und mit Sahne aufgießen. Fond einrühren und einkochen lassen. Bei Bedarf mit etwas Mehl abbinden und mit Salz, Pfeffer und Sojasauce abschmecken. Kurz vor dem Servieren gehackte Petersilie unterrühren.

Oliver Bauer am 07. Oktober 2024

## Makhani-Soße

|                           |                                    |                                  |
|---------------------------|------------------------------------|----------------------------------|
| 300 g passierte Tomaten   | 1 weiße Zwiebel                    | 2 Knoblauchzehen                 |
| 50 g Butter               | 150 ml Kokosmilch                  | 300 ml Gemüsefond                |
| 100 ml trockener Weißwein | 1 EL Tomatenmark                   | 1 Lorbeerblatt                   |
| 1 TL Kurkumapulver        | $\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmelpulver | $\frac{1}{2}$ TL Korianderpulver |
| 1 EL Ingwerpulver         | $\frac{1}{2}$ TL Kümmelsaat        | 1 Prise scharfes Chilipulver     |
| 2 Msp. Nelkenpulver       | 1 Msp. Kardamompulver              | Pflanzenöl                       |
| Zucker                    | Salz                               | Pfeffer                          |

Zwiebel und Knoblauch abziehen, fein schneiden und in einer Pfanne in Öl und Butter anschwitzen. Lorbeerblatt hinzugeben und unter Rühren 3 Minuten leicht anbraten. Mit Tomatenmark und Weißwein ablöschen. Alle Gewürze in einer kleinen Schüssel vermengen, in die Pfanne geben und kurz mitbraten. Anschließend 300 ml Gemüsefond und die passierten Tomaten hinzugeben. Das Ganze ca. 20 Minuten köcheln lassen.

Lorbeerblatt entfernen, dann die Sauce in einen Standmixer füllen und fein pürieren, anschließend zurück in die Pfanne geben. Kokosmilch und Butter einrühren, kurz erhitzen und mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Tung Nguyen am 13. März 2024

## Rahmsoße

|                           |                       |                  |
|---------------------------|-----------------------|------------------|
| 1 Zwiebel                 | 30 g Tomatenmark      | 50 g Butter      |
| 60 g Mehl                 | 600 ml Garflüssigkeit | 400 g Sahne      |
| 2 TL Rinderbrühe (Pulver) | 1 TL Paprika edelsüß  | 1 TL Salz        |
| 1,5 EL Sojasoße           | 1 Prise Pfeffer       | 1 TL Zuckerkulör |

Zwiebel schälen und in Würfel schneiden.

Mit Tomatenmark und Butter anrösten.

Mehl dazugeben und unter Rühren eindicken lassen.

Garflüssigkeit oder einfach Wasser, Sahne, Fleischbrühe, Paprikapulver, Salz, Pfeffer, Sojasoße und optional Zuckerkulör (macht die Soße etwas dunkler) zufügen und unter Rühren einkochen. Zum Schluß pürieren.

Martina Ruck am 21. Januar 2024

## Maronen-Soße

### Für 2 Personen:

|                       |                           |                        |
|-----------------------|---------------------------|------------------------|
| 250 g vorgeg. Maronen | 1 Schalotte               | 100 ml Sahne           |
| 1 EL kalte Butter     | 100 ml trockener Weißwein | 100 ml weißer Portwein |
| 200 ml Gemüsefond     | 1 Msp. Zimt               | 1 Lorbeerblatt         |
| Muskatnuss            | Stärke                    | Salz, Pfeffer          |

Schalotte abziehen und in Olivenöl glasig anschwitzen, Maronen und Lorbeerblatt dazugeben und mit anbraten. Mit Weißwein und Portwein ablöschen, köcheln lassen bis der Alkohol verdampft ist. Mit Gemüsefond aufgießen. Lorbeerblatt entfernen. Dann alles miteinander pürieren, Sahne hinzugeben und mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Orangenabrieb (s.o.) abschmecken. Mit Butter aufmontieren.

Stefan Binder am 04. Dezember 2023

## Morchel-Sahne-Soße

### Für zwei Personen

|                    |                    |                        |
|--------------------|--------------------|------------------------|
| 1 kleines Markbein | 1 kleine Schalotte | 20 g getrock. Morcheln |
| 200 ml Rinderfond  | 50 g Butter        | 200 ml Sahne           |
| 1 TL Speisestärke  | Salz               | Pfeffer                |

Getrocknete Morcheln mit heißem Wasser übergießen und etwa 10 Minuten ziehen lassen. Anschließend in dünne Scheiben schneiden.

Schalotte abziehen und fein hacken. Markbein, Schalotte und Morcheln in einem Topf mit Butter anrösten und dann mit Rinderfond ablöschen.

Markbein entfernen, Sahne hinzugeben und leicht einköcheln lassen. Falls die Sauce zu flüssig ist mit etwas Stärke abbinden.

Peter Schaad am 26. Juni 2023

## Tomatillo-Soße

### Für zwei Personen

|                         |                            |                            |
|-------------------------|----------------------------|----------------------------|
| 500 g Tomatillos (Dose) | 150 ml Tomatillosud (Dose) | 1 Knoblauchzehe            |
| 1 kleine Zwiebel        | 1 kleine grüne Chilischote | 100 ml Kochwasser vom Huhn |
| 2 EL Rapsöl             | Salz                       | Pfeffer                    |

Zwiebel und Knoblauch abziehen und grob würfeln. Chili ebenfalls grob würfeln. Je nach Geschmack Menge der Chilischote dosieren. Alle Zutaten, bis auf das Öl, in einen Topf geben und 15 Minuten köcheln lassen. Anschließend mit Hilfe eines Pürierstabs pürieren. Wenn die gewünschte Konsistenz noch nicht erreicht ist, ggf. die Sauce bei kleiner Hitze etwas reduzieren lassen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Anna Staack am 06. März 2023

## Shiitake-Rotwein-Soße

### Für zwei Personen

|                         |                           |                          |
|-------------------------|---------------------------|--------------------------|
| 100 g Shiitake          | 1 Knoblauchzehe           | 30 g frische Brombeeren  |
| 2 EL Butter             | 1 TL Tomatenmark          | $\frac{1}{2}$ TL Senf    |
| 2 TL Johannisbeergelee  | 250 ml Wildfond           | 100 ml trockener Rotwein |
| $\frac{1}{2}$ TL Zucker | 1 TL getrockneter Thymian | Salz, Pfeffer            |

Shiitake putzen und vierteln. Zucker in die Pfanne zum Rehansatz geben und die geviertelten Shiitake karamellisieren lassen. Eine Prise Thymian hinzugeben und die Pilze aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

Knoblauch abziehen und klein schneiden. Tomatenmark und den kleingeschnittenen Knoblauch in die Pfanne geben, etwas erhitzen und mit dem Rotwein ablöschen. Den Wildfond dazugeben und die Sauce zunächst einreduzieren lassen. Dann mit Senf, Johannisbeergelee und einigen Brombeeren sowie Salz und Pfeffer und nach Bedarf etwas Thymian abschmecken. Mit etwas Butter binden. Kurz vor dem Servieren die Shiitake in die Sauce geben.

Christoph Herrmann am 12. Januar 2023

## Himbeer-Barcode-Soße

### Für zwei Personen

|                             |                            |             |
|-----------------------------|----------------------------|-------------|
| 200 g Himbeeren             | 1 Knoblauchzehe            | 20 g Ingwer |
| 1 Bund Minze                | $\frac{1}{4}$ TL Rauchsatz | 1 EL Zucker |
| 1 EL dunkler Balsamicoessig | Olivenöl                   | Pfeffer     |

Himbeeren waschen und abtropfen lassen. Ingwer schälen und fein hacken. Knoblauch abziehen und hacken. Minze abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Ein paar Spitzen zur Dekoration zur Seite legen. Rest fein hacken. In einem kleinen Topf mit Öl, Knoblauch und Ingwer andünsten, Himbeeren und Zucker hinzugeben und mit andünsten bis der Zucker geschmolzen ist. Mit Essig ablöschen und mit Rauchsatz und Pfeffer würzen. Minze dazu geben und mit einem Pürierstab pürieren.

Pawel-Jascha Körner am 24. Oktober 2022

## Portwein-Soße

### Für zwei Personen

|                             |                   |                 |
|-----------------------------|-------------------|-----------------|
| 2 Schalotten                | 75 ml Portwein    | 200 ml Wildfond |
| 1EL Preiselbeeren-Konfitüre | 1 TL Tomatenmark  | 2 TL Wildgewürz |
| 1 Prise Zucker              | 1 TL Speisestärke | 50 g Butter     |
| Pflanzenöl                  | Salz              | Pfeffer         |

Schalotten abziehen und grob hacken. In einem kleinen Topf mit Öl andünsten. Mit Tomatenmark tomatisieren und anschließend mit Portwein ablöschen. Reduzieren lassen und dann Wildfond hinzugeben. Weiter reduzieren. Mit Wildgewürz, Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Sauce passieren, mit Preiselbeeren-Konfitüre abrunden und mit Butter aufmontieren. Wenn nötig mit Stärke zusätzlich binden.

Christopher Huch am 24. Oktober 2022

## Kokos-Soße

### Für zwei Personen

|                  |                        |                         |
|------------------|------------------------|-------------------------|
| 1 Schalotte      | 1 Knoblauchzehe        | 1 rote Chilischote      |
| 1 EL Butter      | 200 ml Kokosmilch      | 75 ml Sahne             |
| 75 ml Gemüsefond | 2 Stangen Zitronengras | 2 Kaffirlimettenblätter |
| 2 EL Fischsauce  |                        |                         |

Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken. In einer Kasserolle mit Butter anschwitzen und mit Gemüsefond ablöschen. Einreduzieren lassen und dann Kokosmilch und Sahne hinzugeben. Kaffirlimettenblätter abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Chili halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein hacken. Hälfte der Chili und Kaffirlimettenblätter zur Sauce geben und einkochen lassen. Durch ein Sieb passieren und nochmals einkochen lassen. Vom Herd nehmen und mit dem Pürierstab schaumig mixen.

Meike Huber am 06. September 2022

## Malghesino - Madeira - Soße

### Für zwei Personen

|                   |                        |                |
|-------------------|------------------------|----------------|
| 2 Schalotten      | 100 g Blauschimmelkäse | 40 g Butter    |
| 250 ml Milch      | Sahne                  | 100 ml Madeira |
| 250 ml Hühnerfond | 1 EL helle Misopaste   | Ahornsirup     |
| 30 g Mehl         | Salz                   | Pfeffer        |

Schalotten abziehen und in feine Würfel schneiden. In der Butter in einem Topf hellbraun anrösten und mit dem Mehl bestäuben. Ca. eine Minute weiterrühren und mit dem Madeira ablöschen. Mit dem Schneebesen rühren, bis die Masse anzudicken beginnt. Nach und nach Fond, Miso und Milch hinzugeben und ca. 10 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen. Gelegentlich umrühren. Den Käse in kleine Würfel schneiden und zur Sauce geben. Die Sauce in einem Standmixer fein pürieren, zurück in einen Topf geben, leicht erwärmen und mit Salz, Pfeffer und Ahornsirup abschmecken. Sollte der Geschmack des Blauschimmels zu intensiv sein, mit Sahne abmildern.

Tobias Henrichs am 24. August 2022

## Hoisin - Soße

|                             |                            |                            |
|-----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| 64 g Dattelmus, Pflaumenmus | 32 EL cremiges Erdnussmus  | 30 g EL Ahorn-Sirup        |
| 20 ml EL Soja-Soße          | 20 ml EL Reis-Essig        | 1 TL Sesam-Öl              |
| 1/2 TL scharfe Soße         | 1 Knoblauch-Zehe, gerieben | 1/4 TL Fünf-Gewürze-Pulver |
| 1/2 TL Mais-Stärke          |                            |                            |

Dattelmus, Erdnussmus, Ahorn-Sirup und Ahorn-Sirup in eine mittelgroße Schüssel geben und mit einem Schneebesen glatt rühren.

Alle anderen Zutaten (bis auf die Mais-Stärke) hinzugeben und erneut rühren, bis alles gut vermischt ist. Man darf auch alle Zutaten in einer Küchenmaschine oder in einem Mixer glatt pürieren.

Die Soße ist mitteldick, aber falls eine dickere und sämiger Variante bevorzugt wird, sei die Topf-Methode empfohlen: Die Zutaten mit der Maisstärke in einen Topf geben und mit einem Schneebesen umrühren. Zum Kochen bringen und bei schwacher Hitze ca. 30 Sekunden aufkochen lassen.

Die Hoisin-Soße ist ein Dip für Sommer-Rollen, Frühling-Rollen, Gyoza (japanische Teigtaschen) oder Soße für Pfannen-Gerichte.

### **Dattelmus:**

4-5 kleine Datteln in eine kleine Schüssel, mit heißem Wasser übergießen, ein paar Minuten warten. Das Einweichwasser abgießen, aber 2 EL zurückhalten. Die Datteln und mit allen anderen Zutaten pürieren.

### **Datteln ersetzen:**

Anstelle der Datteln sind eingeweichte Rosinen und eingeweichte getrocknete Pflaumen geeignet.

### **Fünf-Gewürze-Pulver:**

Man mische die folgenden gemahlene Gewürze: Jeweils eine Prise Sternanis, Nelke, Zimt, Sichuan-Pfeffer und Fenchelsamen; auch eine Prise Muskatnuss ist geeignet.

Michaela Vais am 15. Juli 2022

## Möhren-Soße

### Für zwei Personen

|                       |                 |                   |
|-----------------------|-----------------|-------------------|
| 600 g Karotten        | 1 rote Zwiebel  | 1 Zitrone         |
| 1 Stück Ingwer        | 1 Knoblauchzehe | 30 g kalte Butter |
| 30 ml weißer Portwein | 1 TL Sesamöl    | 1 TL Lecithin     |
| Salz                  | Pfeffer         |                   |

Karotten schälen und mithilfe eines Entsafters 250 ml Saft herstellen.

Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Ingwer schälen und klein schneiden. Knoblauch abziehen und andrücken. Eine Pfanne mit Sesamöl erhitzen und Zwiebeln, Ingwer und Knoblauch darin glasig dünsten und mit Portwein ablöschen. Karottensaft hinzufügen und auf die Hälfte reduzieren lassen. Ca. 10 Minuten ziehen lassen, dann abseihen und die Sauce mit kalter Butter und Lecithin aufmontieren. Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Sauce mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Rebecca Etten am 20. Juni 2022

## Café-de-Paris-Soße

### Für zwei Personen

|                              |                                 |                    |
|------------------------------|---------------------------------|--------------------|
| 1 Schalotte                  | 1 Knoblauchzehe                 | 3 Sardellen        |
| 1 EL kleine Kapern           | 1 Zitrone                       | 100 g Butter       |
| 100 ml Sahne                 | 1 Bund Schnittlauch             | 10 Zweige Estragon |
| 6 Zweige glatte Petersilie   | 8 Zweige Thymian                | 1 TL Senfpulver    |
| $\frac{1}{2}$ TL Currypulver | $\frac{1}{4}$ TL Cayennepfeffer |                    |

Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Sardellen in kleine Stücke schneiden. Sämtliche Kräuter abbrausen, trockenwedeln und separat fein hacken. In einem kleinen Topf die Butter zusammen mit Schalotte, Knoblauch, Sardellen, Currypulver, Cayennepfeffer und Senfpulver bei mittlerer Stufe erhitzen.

Nach ca. 5 Minuten die Kapern (sollten diese zu groß sein, können sie auch grob gehackt werden), 2 EL gehackter Schnittlauch, 2 EL gehackter Estragon, 1 EL gehackte Petersilie und 1 EL gehackter Thymian unterrühren.

Nach weiteren 2 Minuten Sahne und Zitrone hinzugeben. Das Ganze leicht umrühren, aber nicht verrühren. Butter soll sich nicht komplett mit der Sahne verbinden. Ein leichtes Gerinnen aufgrund der Zitrone ist erwünscht.

Denis Küper am 15. März 2022

## Gin-Portwein-Soße

### Für zwei Personen

|                       |                               |                          |
|-----------------------|-------------------------------|--------------------------|
| 1 mittelgroße Karotte | $\frac{1}{2}$ Stange Sellerie | 1 Schalotte              |
| 1 EL Tomatenmark      | 150 ml Tawny-Port             | 100 ml kräftiger Rotwein |
| 200 ml Wildfond       | 2 EL Preiselbeermarmelade     | 2 gute EL Gin            |
| Pflanzenöl            | 150 g eiskalte Butter         | 2 Sternanis              |
| 5 Wacholderbeeren     | 5 Pfefferkörner               |                          |

Schalotte abziehen und in etwas Pflanzenöl dünsten. Karotte und Sellerie schälen, kleinschneiden und zusammen mit Tomatenmark dazugeben und etwas anrösten. Mit etwa der Hälfte des Portweines ablöschen und ein wenig einkochen lassen. Mit etwa der Hälfte des Rotweins aufgießen und ein wenig einkochen lassen. Mit etwa der Hälfte des Fonds aufgießen.

Preiselbeermarmelade, Sternanis, Wacholderbeeren, Pfefferkörner und den Gin dazugeben. Alles gut köcheln lassen und immer wieder, wenn nötig, mit Flüssigkeit aufgießen.

Nach ca. 20 Minuten mit einem Sieb die Sauce abseihen und die Flüssigkeit auffangen. Bei niedriger Temperatur weiter am Herd lassen.

Kurz vor dem Servieren nochmal durch ein Sieb seihen und Flüssigkeit wieder auffangen und diese bei geringer Hitze mit eiskalter Butter unter ständigem Rühren binden.

Die Sauce sollte einen wunderbaren Glanz haben und die Butter darf dabei nicht gerinnen.

Stefan Grabler am 10. August 2021

## Rotwein-Soße

### Für zwei Personen

|                          |                                     |                      |
|--------------------------|-------------------------------------|----------------------|
| 2 rote Zwiebeln          | $\frac{1}{2}$ kleines Bund Estragon | 4 EL eiskalte Butter |
| 500 ml trockener Rotwein | 200 ml Aceto Balsamico              | 2 EL Palmzucker      |
| 1 Nelke                  | 1 Lorbeerblatt                      | 5 Pfefferkörner      |
| 2 Pimentkörner           | 1 TL Speisestärke                   | Salz, Pfeffer        |

Estragon abbrausen und trockenwedeln. Zwiebeln abziehen, würfeln und in 2 Esslöffel Butter anschwitzen. Palmzucker hinzugeben und karamellisieren lassen, dann mit Rotwein vollständig ablöschen.

Balsamico, Nelke, Lorbeer, Pfefferkörner und Piment hinzugeben und den Sud bei hoher Hitze auf die Hälfte reduzieren. Dann die Hitze reduzieren und den Estragon für ca. 10 Minuten hinzugeben. Alles durch ein Sieb passieren und die Sauce anschließend mit kalter Butter oder Stärke nicht zu dick abbinden. Ggf. Salz und Pfeffer abschmecken.

Sollte Ihre Rotweinsauce mal etwas an Farbe verlieren und bräunlich sein, können Sie etwas roten Holunderbeerensaft angießen. Dadurch bekommt die Sauce eine rote Farbe und einen schönen Glanz.

Stefan Albert am 05. Juli 2021

## Tomaten-Butter-Soße

### Für zwei Personen

|                         |                 |                              |
|-------------------------|-----------------|------------------------------|
| 10 kleine Cherrytomaten | 1 Knoblauchzehe | 100 g Butter                 |
| 150 g Parmesan          | 2 EL Sherry     | $\frac{1}{2}$ Bund Basilikum |
| 1 TL Zucker             | Olivenöl        | Meersalz, Pfeffer            |

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Butter in einer Pfanne zerlassen. Parmesan reiben und nach und nach in die Butter rühren. Knoblauch abziehen, pressen und mit in die Pfanne geben. Tomaten waschen, trockentupfen und mit Zucker in die Pfanne geben. Alles mit Sherry ablöschen. Sauce mit Meersalz und Pfeffer würzen. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und hacken. Vor dem Servieren Basilikum unterrühren und mit Olivenöl abschmecken.

Maria Scholz am 06. Mai 2021

## Champignon-Rahm-Soße

### Für zwei Personen

|                                      |                                      |                   |
|--------------------------------------|--------------------------------------|-------------------|
| 400 g braune Champignons             | 1 Knoblauchzehe                      | 50 g kalte Butter |
| 350 ml Sahne                         | 100 ml Weißwein                      | 3 TL Dijon-Senf   |
| $\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie | $\frac{1}{4}$ Bund krause Petersilie | 1 TL Speisestärke |
| Sonnenblumenöl                       | Salz                                 | Pfeffer           |

Champignons putzen, vierteln und in etwas Sonnenblumenöl anrösten.

Knoblauch abziehen und pressen. Nachdem die Pilze gebräunt sind, salzen und mit Knoblauch und Senf abschmecken. Kurz weiter anschwitzen, dann mit Weißwein ablöschen. Anschließend Sahne angießen und einkochen lassen. Vor dem Servieren kalte Butter einrühren und bei Bedarf mit etwas aufgelöster Stärke andicken. Mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und unter die Sauce rühren.

Maurice Reinhard am 05. Mai 2021

## Tomaten-Kokos-Soße

### Für zwei Personen

|                          |                              |                |
|--------------------------|------------------------------|----------------|
| 2 große Rispentomaten    | 400 g passierte Tomaten      | 1 Zwiebel      |
| 1 Knoblauchzehe          | 1 rote Chilischote           | 180 g Erdnüsse |
| 400 g cremige Kokosmilch | 1-2 TL weißer Balsamicoessig | 1 Lorbeerblatt |
| 8 Zweige Thymian         | ½ Bund glatte Petersilie     | Langer Pfeffer |
| Kubebenpfeffer           | 1 TL Zucker                  | Olivenöl       |
| Salz                     | Pfeffer                      |                |

Erdnüsse zerkleinern. Tomaten waschen, trockentupfen, Strunk entfernen und würfeln. Chilischote abbrausen, trockentupfen, der Länge nach halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien, fein hacken.

Thymian, Lorbeer und Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Zwiebel und Knoblauch abziehen, fein würfeln und in einem Topf mit Lorbeerblatt in Öl anschwitzen. Tomaten, passierte Tomaten und Thymian hinzugeben und aufkochen lassen. Kokosmilch angießen und erneut alles aufkochen und reduzieren lassen. Ca. die Hälfte der Erdnüsse hinzugeben. Sauce mit Salz, Pfeffer, Zucker, Chili und Essig abschmecken. Petersilie hacken und Sauce damit bestreuen. Vor dem Servieren das Lorbeerblatt und die Thymianzweige entfernen.

Maria Scholz am 03. Mai 2021

## Teriyaki-Soße

### Für zwei Personen

|                  |              |                 |
|------------------|--------------|-----------------|
| 2 Knoblauchzehen | 2 cm Ingwer  | 100 g Sojasauce |
| Sesamöl          | 100 g Zucker |                 |

In einem ausreichend hohen Topf den Zucker mit ein wenig Wasser karamellisieren, bis er eine hellgoldgelbe Farbe erreicht hat und komplett flüssig geworden ist.

Währenddessen Ingwer und Knoblauch abziehen, in je 3-4 Stücke schneiden und etwas andrücken.

Parallel dazu in einem anderen Topf die Sojasauce etwas erwärmen, aber nicht kochen.

Sobald sich der Zucker verflüssigt hat, Knoblauch und Ingwer in den Zucker geben und unterrühren. Dann vorsichtig nach und nach die erwärmte Sojasauce zu dem Karamell geben, bis sich der Karamell vollständig in der Sojasauce aufgelöst hat. Dann sofort vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Leoni Schmitz am 19. April 2021

## Senf-Hollandaise

### Für zwei Personen

|                           |              |                          |
|---------------------------|--------------|--------------------------|
| 3 Eier (M)                | 1 Zitrone    | 1 EL Weißwein            |
| 1 EL Crème-fraîche        | 175 g Butter | 2 TL mittelscharfer Senf |
| $\frac{1}{2}$ TL Senfmehl | Salz         |                          |

Eier trennen. Zitrone halbieren und auspressen. Eigelb, 1 EL Zitronensaft und Weißwein mit 1 Prise Salz und Crème fraîche in ein hohes Gefäß geben und mit dem Stabmixer glatt pürieren. Butter erhitzen, bis sie leicht braun wird. Langsam in das Gefäß gießen und dabei den Pürierstab laufen lassen. Die Hollandaise in eine kleine, frische Schüssel umfüllen, den Senf dazu rühren. Mit Salz, Senfmehl und etwas Zitronensaft abschmecken.

Jan Matthes am 29. März 2021

## Wild-Soße

### Für zwei Personen

|                           |                  |                       |
|---------------------------|------------------|-----------------------|
| 5 Schalotten              | 250 ml Portwein  | 200 ml Wildfond       |
| 50 g Zartbitterschokolade | 1 Zweig Rosmarin | 2 TL Preiselbeergelee |
| 50 g Puderzucker          | 100 g Butter     | Salz, Pfeffer         |

Schalotten schälen, in Streifen schneiden und im Bratsud vom Reh mit etwas Butter glasig dünsten. Mit Puderzucker bestreuen und kurz karamellisieren. Rosmarinzweig abbrausen und dazugeben. Mit Portwein ablöschen und köcheln lassen. Wildfond hinzufügen und weiter einköcheln lassen. Nach und nach Schokolade und Preiselbeergelee dazugeben. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit 50 g kalter Butter andicken.

Sibille Bielz am 18. Januar 2021

## Zitronen-Soße

### Für zwei Personen

|                            |                          |                     |
|----------------------------|--------------------------|---------------------|
| 1 Zitrone                  | 2 Eier                   | 2 EL Schmand        |
| 50 g Butter                | 1 TL scharfer Dijon-Senf | 3 EL Balsamicoessig |
| 1 TL getrockneter Estragon | 1 EL Zucker              | Salz, Pfeffer       |

Eier trennen und dabei die Eigelbe auffangen. Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Eigelb, Zitronensaft, Schmand, Senf, Zucker, Salz und Pfeffer in einen hohen Becher geben und mit einem Stabmixer verrühren. Butter in einer kleinen Pfanne schmelzen und anschließend langsam zur Sauce geben. Mit dem Stabmixer verrühren und mit Estragon abschmecken.

Stefanie Schmid-Kölbl am 11. Januar 2021

## Frankfurter Grüne Soße

### Für zwei Personen

|                            |                      |                          |
|----------------------------|----------------------|--------------------------|
| 1 Zitrone                  | 200 g Schmand        | 1 TL mittelscharfer Senf |
| 2 Zweige Estragon          | 2 Blätter Borretsch  | 2 Halme Schnittlauch     |
| 2 Zweige glatte Petersilie | 2 Zweige Sauerampfer | 2 Zweige Pimpinelle      |
| 2 Zweige Kerbel            | 4 Blätter Kresse     | Salz, Pfeffer            |

Kräuter abbrausen und trockenwedeln. Stiele abtrennen und den Rest grob hacken. Zitronenschale abreiben und den Saft auspressen. Kräuter mit Zitronensaft, Zitronenabrieb, Senf und Schmand mischen und mit dem Pürierstab fein mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Katharina Ley am 24. November 2020

## Teriyaki-Soße

### Für zwei Personen

|                       |                  |                     |
|-----------------------|------------------|---------------------|
| 2 cm Ingwer           | 1 Limette        | 120 ml Mirin        |
| 120 ml Sake           | 100 ml Sojasauce | 500 ml Geflügelfond |
| 1 Stange Zitronengras | 250 g Zucker     | 1 EL Stärke         |

Mirin und Sake in einen Topf geben, aufkochen lassen, dann flambieren und die Flamme ausgehen lassen. Ingwer schälen. Zitronengras abbrausen, trockenwedeln und anklopfen.

Geflügelfond, Sojasauce, Zucker, Ingwer und Zitronengras in den Topf geben, alles erneut aufkochen lassen und rühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Hitze reduzieren und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Dann Ingwer und Zitronengras entfernen. Stärke in 1 Esslöffel Wasser auflösen und in die Sauce einrühren. 2-3 Minuten köcheln lassen, bis die Sauce eindickt, dann vom Herd nehmen. Limette unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen.

Sauce mit Limetten-Abrieb und -Saft abschmecken.

Gabriele Blum am 29. September 2020

## Grüne Soße

### Für zwei Personen

|                          |                          |                        |
|--------------------------|--------------------------|------------------------|
| 200 g griech. Joghurt    | 1 Limette (Saft, Abrieb) | 130 g saure Sahne      |
| 1 Ei                     | 1 TL Senf                | 20 ml weißer Balsamico |
| 1 EL süßsaure Chilisauce | ½ Bund Kerbel            | ½ Bund Koriander       |
| 2 Zweige Thaibasilikum   | ½ Bund glatte Petersilie | ½ Bund Schnittlauch    |
| ½ Kästchen Kresse        | 1 TL Zucker              | Salz, Pfeffer          |

Das Ei 8-9 Minuten in kochendem Wasser fest kochen, abschrecken, pellen und hacken. Kerbel, Koriander, Thaibasilikum und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und im Mixer zerkleinern. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und die Kresse mit einer Schere abschneiden.

Den griechischen Joghurt mit der sauren Sahne, süßsaurer Sauce, dem Saft und Abrieb der Limette, Salz, Pfeffer, Zucker, Senf und Balsamico verrühren.

Danach das Ei und die Kräuter mit der Joghurtsauce vermengen und abschmecken.

Ursula Lützenkirchen am 17. August 2020

## Erdnuss-Curry-Soße

### Für zwei Personen:

|                   |                        |                           |
|-------------------|------------------------|---------------------------|
| 1 Knoblauchzehe   | 1 Limette              | 2 EL ungesalzene Erdnüsse |
| 1 Dose Kokosmilch | 1 TL gelbe Currypaste  | 4 EL Erdnussbutter        |
| 3 EL Sojasauce    | 1 kleines Stück Ingwer | 1 TL Kurkuma              |
| 1 TL Speisestärke |                        |                           |

Ingwer waschen, trockentupfen und reiben. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Knoblauch abziehen und klein hacken.

Currypaste, Ingwer, Kurkuma und Knoblauch in der Pfanne anrösten und mit Kokosmilch ablöschen. Erdnussbutter dazugeben und cremig rühren.

Je nach Geschmack Limettensaft und Sojasauce hinzufügen. Sollte die Sauce gerinnen, Speisestärke dazugeben. Sauce mit SüßkartoffelSpaghetti verrühren. Erdnüsse hacken und drüber streuen.

Janna Budesheim am 15. Juni 2020

## Pilz-Rahm-Soße

### Für zwei Personen:

|                            |                     |                         |
|----------------------------|---------------------|-------------------------|
| 200 g Kräuterseitlinge     | 4 getrock. Morcheln | 1 Zwiebel               |
| 150 ml Sahne               | 100 ml Geflügelfond | 200 ml halbtr. Weißwein |
| 1/2 Bund glatte Petersilie | Butter              | Cayennepfeffer          |
| Salz, Pfeffer              |                     |                         |

Morcheln mit ca. 80 ml heißem Wasser übergießen und ziehen lassen.

Aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und in Streifen schneiden.

Kräuterseitlinge putzen und in Streifen schneiden. Pfanne erhitzen und Kräuterseitlinge darin anbraten. Zwiebel abziehen und fein hacken. In einer zweiten Pfanne in Butter anschwitzen.

Kräuterseitlinge mit Weißwein ablöschen, kurz aufkochen lassen, dann Geflügelfond, Sahne, angeschwitzte Zwiebel und Morcheln hinzugeben. Mit Salz, Cayennepfeffer und Pfeffer abschmecken.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Kurz vor dem Servieren unter die Sauce heben.

Luis Loibl am 08. Juni 2020

## Paprika-Soße

### Für zwei Personen

|                    |                       |                    |
|--------------------|-----------------------|--------------------|
| 2 rote Paprika     | 1 mittelgroße Zwiebel | 100 ml Weißwein    |
| 100 ml Sahne       | 2 Zweige Rosmarin     | 2 Zweige Thymian   |
| 2 Zweige Basilikum | 1 EL Olivenöl         | Salz, Chiliflocken |

Die Zwiebel abziehen, fein hacken und in Öl andünsten. Paprika entkernen, fein würfeln und zu den Zwiebeln in die Pfanne geben. Ein wenig für die Garnitur aufbewahren.

Den Weißwein angießen und alles zum Köcheln erhitzen. Rosmarin, Thymian und Basilikum abbrausen, fein hacken und insgesamt einen gehäuften Esslöffel der verschiedenen Kräuter mit der Sahne in die Sauce geben. Auf kleiner Flamme köcheln lassen. Mit dem Pürierstab die Sauce zwischendurch cremig mixen, mit Salz und Chili würzen und noch etwas köcheln lassen.

Waltraud Hantke am 14. April 2020

## Thymian-Cognac-Rahm-Soße

### Für zwei Personen

|                   |                  |                     |
|-------------------|------------------|---------------------|
| 1 Zwiebel         | 3 Knoblauchzehen | 300 ml Rinderfond   |
| 100 ml Sahne      | 6 cl Cognac      | 2 EL gereb. Thymian |
| 1 Nelke           | 1 Lorbeerblatt   | 1 Musaktnuss        |
| 1 EL Speisestärke | Olivenöl         | Salz, Pfeffer       |

Zwiebel abziehen und grob hacken, Knoblauch abziehen und andrücken.

Zwiebel und Knoblauch in Olivenöl anschwitzen. Lorbeerblatt, Nelke, Thymian, Salz und Pfeffer hinzugeben und leicht braun werden lassen.

Mit Cognac ablöschen. Anschließend den Fond und die Sahne angießen.

Etwas köcheln lassen und durch ein engmaschiges Sieb in einen zweiten Topf abseihen. Nach Bedarf mit Speisestärke abbinden. Mit Muskat abschmecken.

Celine Knöll am 14. April 2020

## Rote-Bete-Soße

### Für zwei Personen

|                     |                  |            |
|---------------------|------------------|------------|
| 1 vorgeg. Rote Bete | 1 Schalotte      | 80 g Sahne |
| 40 ml Weißwein      | 3 cm Meerrettich | 1 EL Mehl  |
| Butter              | Salz             | Pfeffer    |

Die Schalotte abziehen und fein würfeln. In Butter andünsten und etwas Mehl einrühren. Wein und Sahne angießen,  $\frac{1}{2}$  TL geriebenen Meerrettich dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rote Bete grob schneiden und pürieren. Entstandenes Rote Bete Püree unter den Saucenansatz rühren, kurz aufkochen und die Sauce leicht aufmixen.

Julia Dürrbeck am 12. März 2020

## Soße Bearnaise

### Für zwei Personen

|                         |                         |                       |
|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
| 200 g Butter            | 2 Eier                  |                       |
| 2 Schalotten            | 4 Zweige Kerbel         | 1 Bund Estragon       |
| 2 EL trockener Weißwein | 3 EL Estragon-Weinessig | 4 weiße Pfefferkörner |
| Cayennepfeffer, Salz    |                         |                       |

Die Schalotten schälen und sehr fein hacken. Die Pfefferkörner mit einem Messer zerdrücken. Von Kerbel und Estragon die Blättchen abzupfen und beiseitelegen. Die Stiele der beiden Kräuter grob hacken und mit Weißwein, Estragon-Weinessig, Schalotten und den Pfefferkörnern in einen Topf geben und unter Rühren bei mittlerer Hitze einkochen lassen, bis nur noch circa 1 Teelöffel Sud übrig ist. Diesen Kräuter-Sud durch ein Teesieb gießen und warmhalten. Die Butter bei schwacher Hitze zerlassen, aber nicht bräunen und ebenfalls warmhalten. Eier trennen und die 2 Eigelbe mit 2 Esslöffel heißem Wasser über einem warmen Wasserbad zu einer dicken, schaumigen Creme aufschlagen. Die zerlassene Butter unter ständigem Schlagen zuerst teelöffelweise, dann in einem dünnen Strahl unter die Eigelbcreme mischen. Die Butter darf dabei nur warm, nicht heiß sein, sonst gerinnt die Creme. Den warmen Kräutersud teelöffelweise unter die Creme schlagen. Die abgezupften Kräuterblättchen fein hacken, in die Sauce béarnaise geben und mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Maren Kolb am 10. März 2020

## Portwein-Orangen-Soße

### Für zwei Personen

|                   |                        |                     |
|-------------------|------------------------|---------------------|
| 1 Schalotte       | 1 Knoblauchzehe        | 1 Scheibe Ingwer    |
| 1 Zweig Thymian   | 100 ml weißer Portwein | 100 ml Kalbsfond    |
| 1 Orange          | 1 TL Mehl              | 1 TL Honig          |
| 70 g kalte Butter | 1 Lorbeerblatt         | Piment-d'Espelettes |
| Salz              | Pfeffer                |                     |

Schalotte abziehen und feinschneiden. Knoblauch abziehen und andrücken. Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Honig in der Pfanne karamellisieren, geschälte Schalotten, angedrückte Knoblauchzehe, Ingwer, Lorbeerblatt und Thymianzweig zugeben, kurz durchrühren und mit der Hälfte des Portweins ablöschen, einkochen, wieder mit Portwein ablöschen, einkochen und dann den Kalbsfond zugeben und reduzieren. Orange waschen und Zesten abreiben. Orange halbieren und Saft auspressen. Sauce mit Orangensaft, Zesten, Salz, Pfeffer und Piment despelettes abschmecken. Abseihen und mit Butter aufmontieren, eventuell mit einer Butterkugel (Mehl und Butter verknetet) binden. Erneut abschmecken.

Gerda Frauenlob am 25. Februar 2020

## Rotwein-Soße

### Für zwei Personen

|                 |                   |                         |
|-----------------|-------------------|-------------------------|
| 1 Gemüsezwiebel | 20 g kalte Butter | 75 ml kräftiger Rotwein |
| 75 ml Portwein  | 50 ml Rinderfond  | 1 EL Marsala            |
| 1 Thymianzweig  | 1 Lorbeerblatt    | 1 EL Zucker             |
| Salz            | Pfeffer           |                         |

Thymian abbrausen und trockenwedeln. Zwiebeln abziehen und eine Hälfte in Streifen schneiden. Zucker in einem Topf bei mittlerer Hitze karamellisieren lassen. Zwiebelscheiben dazugeben und kurz anbraten.

Mit Rotwein und Portwein ablöschen. Marsala, Thymian und Lorbeerblatt zugeben und die Sauce auf 100 ml einkochen lassen. Rinderfond zugeben und nochmal einkochen lassen. Zum Schluss die Sauce durch ein feines Sieb gießen und die Butter zum Binden unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Horst Schneider am 03. Februar 2020

## Erdnus-Soße

### Für zwei Personen

|                                     |                        |                            |
|-------------------------------------|------------------------|----------------------------|
| 600 g geröst., gesalz. Erdnusskerne | 1 kleine Gemüsezwiebel | 2 Knoblauchzehen           |
| 250 ml passierte Tomaten            | 200 g Chipotle-Chilis  | 8 getrock. Guajillo-Chilis |
| 4 Spekulatiuskekse                  | 1 EL Agavendicksaft    | 1 TL getrock. Oregano      |
| Salz                                | Pfeffer                |                            |

Ca. 300 ml kochendes Wasser in eine kleine Schüssel geben und die getrockneten Guajillo-Chilis darin einweichen. Knoblauch und Zwiebel abziehen und klein schneiden. Ca. 1 Liter des hergestellten Suds mit den gekochten Karottenstücken in einen Mixer geben. Knoblauch, Zwiebel, passierte Tomaten, eingeweichte Guajillo-Chilis, Chipotle Chilis, getrockneten Oregano dazugeben und alles zu einer feinen Sauce pürieren. Mit Agavendicksaft, Salz und Pfeffer abschmecken und erneut aufkochen lassen. Die Sauce dicklich einköcheln lassen.

Diego Serratos am 02. Dezember 2019

## Thymian-Honig-Soße

### Für zwei Personen

|                   |                   |                   |
|-------------------|-------------------|-------------------|
| 2 Schalotten      | 250 ml Lammfond   | 120 ml Gemüsefond |
| 125 ml Rotwein    | 4 EL Blüten-Honig | 5 Zweige Thymian  |
| 2 EL kalte Butter | 2 EL Olivenöl     | Salz, Pfeffer     |

Schalotten abziehen, feinwürfeln und mit etwas Olivenöl langsam anschwitzen. Mit Rotwein, Gemüse- und Lammfond ablöschen, den Honig zugeben und bei kleiner Hitze auf etwa ein Drittel der Flüssigkeit reduzieren lassen. Kurz vor dem Anrichten den Thymian zugeben und etwa 5 Minuten ziehen lassen. Sauce durch ein Sieb geben, mit Salz, Pfeffer und evtl. noch etwas Honig abschmecken und mit eiskalter Butter montieren.

Lubina Jeschke am 18. November 2019

## Orangen-Portwein-Soße

### Für zwei Personen

|                   |                     |                       |
|-------------------|---------------------|-----------------------|
| 1 Karotte         | 1 Knollensellerie   | 2 Orangen             |
| 1 Zwiebel         | 1 Knoblauchzehe     | 1 EL Tomatenmark      |
| 4 Zweige Rosmarin | 200 ml Geflügelfond | 200 ml roter Portwein |
| 1 TL Mehl         | 4 EL kalte Butter   | Zucker, Salz, Pfeffer |

Orangen waschen, trockentupfen, Schale abreiben, halbieren und Saft auspressen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und kleinschneiden. In einem kleinen Topf anbraten. Karotte und Sellerie schälen, kleinschneiden und dazugeben. Tomatenmark mit einer Prise Zucker mitanrösten. Orangensaft und -abrieb, Rosmarin, Portwein und Geflügelfond ebenfalls dazugeben und aufkochen. Die Sauce durch ein Sieb passieren, in einer Pfanne mit Mehl und kalter Butter aufmontieren und mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Sonja van der Werff am 11. November 2019

## Pilz-Soße

### Für zwei Personen

|                    |                   |                  |
|--------------------|-------------------|------------------|
| 10 gemischte Pilze | 1 Zwiebel         | 2 Knoblauchzehen |
| 100 ml Sahne       | 100 ml Gemüsefond | 150 ml Weißwein  |
| 1 Zitrone          | 1 EL Olivenöl     | 1 Prise Zucker   |
| 1 TL Salz          | 1 Prise Pfeffer   |                  |

Zwiebel abziehen, feinhacken und in der Pfanne mit Olivenöl scharf anbraten. Pilze putzen und in kleine Scheiben schneiden. Alles in die Pfanne geben und gut anbraten lassen. Knoblauch abziehen, in dünne Scheiben schneiden und dazugeben (nicht scharf anbraten) Danach die Sahne dazugeben. Gemüsefond und Wein nach Gefühl dazugeben.

Zitrone halbieren, auspressen und 1 TL Saft dazugeben. Mit Zucker, Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

Martin Hofmann am 04. November 2019

## Pfeffer-Senf-Soße

### Für zwei Personen

|                                      |   |                 |
|--------------------------------------|---|-----------------|
| 100 ml Fischfond                     | 100 ml trockenen Weißwein               | 100 ml Sahne    |
| $\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie | 1 Schalotte                             | 1 Knoblauchzehe |
| 1 TL mittelscharfen Senf             | $\frac{1}{2}$ TL eingel. grünen Pfeffer | 1 Lorbeerblatt  |
| 1 TL Ahornsirup                      | Speisestärke                            | Salz            |

Schalotte und Knoblauch abziehen. Schalotte halbieren. Fischfond und Weißwein mit Schalotte, Knoblauch und Lorbeerblatt in einem Topf aufkochen und 8 Min köcheln lassen. Schalotte, Knoblauch und Lorbeerblatt herausnehmen, Sahne dazu geben und Sauce wieder aufkochen. Senf und grünen Pfeffer dazu geben und weiter köcheln lassen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Sauce eventuell mit ein wenig Speisestärke binden, Petersilie dazu geben und Sauce mit Salz abschmecken. Bei zu viel Säure, gegebenenfalls mit Ahornsirup abschmecken.

Marina Grosch am 07. Oktober 2019

## Sauce béarnaise

### Für zwei Personen

|                          |                 |                                   |
|--------------------------|-----------------|-----------------------------------|
| 1 Schalotte              | 3 Eier (Eigelb) | $\frac{1}{2}$ Zitrone (1 TL Saft) |
| 1 EL Weißweinessig       | 25 ml Weißwein  | 1 TL getrock. Estragon            |
| 2 Zweige franz. Estragon | 125 g Butter    | Salz, Pfeffer                     |

Schalotte abziehen, fein würfeln, mit Weißweinessig, Weißwein, getrocknetem Estragon und 50 ml Wasser auf 25 ml einkochen lassen.

Die Reduktion durch ein feines Sieb in einen Schlagkessel gießen. Butter in einem Topf zerlassen und 5 Minuten sanft kochen lassen. Die dabei entstehende weiße Molke abschöpfen. Eier trennen und Eigelbe zu der Reduktion geben und mit einem Schneebesen über einem heißen Wasserbad ca. 5 Minuten cremig-schaumig aufschlagen. Die flüssige Butter mit einem Schneebesen in einem dünnen Strahl langsam dazu gießen und unterrühren. Kessel aus dem Wasserbad nehmen. Zitrone auspressen. Béarnaise mit Salz, Pfeffer und eventuell Zitronensaft abschmecken. Estragon feinhacken und zur Sauce geben.

Helmut Schültke am 26. August 2019

## Sauce à la dijonnaise

### Für zwei Personen

|                |                    |                  |
|----------------|--------------------|------------------|
| 2 Eier (L)     | 1 EL Naturjoghurt  | ½ Zitrone        |
| 2 EL Dijonsenf | 1 EL Weißweinessig | 300 ml Erdnussöl |
| Salz           | Pfeffer            |                  |

Die Hälfte einer Zitrone auspressen. Ei trennen und das Eigelb auffangen, mit 2 EL Senf, einer Prise Salz, Weißweinessig und 1 EL Zitronensaft in eine Schüssel geben und mit einem Handrührgerät schlagen bis sich das Salz auflöst. Unter schnellem Rühren das Erdnussöl hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer, Dijonsenf und Naturjoghurt abschmecken.

Camilo López am 29. Juli 2019

## Sauce 'Café de Paris'

### Für zwei Personen

|                          |                           |                    |
|--------------------------|---------------------------|--------------------|
| 3 Sardellenfilets        | 1 Schalotte               | 1 Knoblauchzehe    |
| 200 g weiche Butter      | 1 Zitrone                 | 4 Stiele Estragon  |
| ½ Bund glatte Petersilie | 2 Zweige Rosmarin         | 1 TL Tomatenmark   |
| 1 TL Dijon-Senf          | 1 EL Worcestershire-Sauce | 100 ml Madeirawein |
| 1 TL Paprikapulver       | 1 TL Currypulver          | Salz, Pfeffer      |

Schalotte und Knoblauch abziehen und sehr fein Würfeln. 1 EL Butter erhitzen und Schalotte und Knoblauch darin kurz glasig andünsten. Zitrone heiß abwaschen und die Schale abraspeln. Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Kräuter abbrausen, trockenwedeln, Blättchen von den Stielen und Nadeln von den Zweigen zupfen. Blättchen und Nadeln fein hacken. Sardellen fein hacken. Butter, Kräuter, bis auf etwas zum Bestreuen, Sardellen, Tomatenmark, Senf, Worcestershire-Sauce, Madeirawein, Paprikapulver, Currypulver, Zitronenschale- und Saft in den Topf geben. Topf vom Herd nehmen und cremig einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Frank Habeth am 18. Juli 2019

## Rote-Bete-Soße

### Für zwei Personen

|                           |                     |                    |
|---------------------------|---------------------|--------------------|
| 1 frische große Rote-Bete | 1 große Tomate      | 2 Frühlingszwiebel |
| 1 EL Tomatenmark          | 1 EL Sahne          | 150 ml Gemüsefond  |
| 50 ml Weißwein            | 1 EL Balsamicoessig | 1 EL Olivenöl      |
| Salz                      | Pfeffer             |                    |

Rote Bete schälen und in kleine Würfel schneiden. Das weiße von der Frühlingszwiebel kleinschneiden. Tomate einritzen und in kochendes Wasser legen. Danach häuten und klein schneiden. Frühlingszwiebeln mit Roter Bete und Tomate in Öl andünsten. Tomatenmark kurz mit anbraten. Mit Gemüsefond und Weißwein ablöschend weich kochen lassen. Das Ganze in einen Mixer geben und die Sahne mit dem Balsamicoessig dazugeben. Pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Frank Habeth am 16. Juli 2019

## Sauce Rouille

### Für zwei Personen

|                           |                                   |                 |
|---------------------------|-----------------------------------|-----------------|
| 150 g mehligk. Kartoffeln | $\frac{1}{2}$ rote Schote Paprika | 1 Knoblauchzehe |
| 1 Zitrone (Saft, Abrieb)  | 100 ml Sonnenblumenöl             | 1 Ei            |
| 50 ml Fischfond           | 50 ml Olivenöl                    | 10 Safranfäden  |
| Piment d'Espelettes       | Salz                              |                 |

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Kartoffeln schälen, grob klein schneiden und in Salzwasser garen. Abgießen und etwas ausdämpfen lassen. Durch die Kartoffelpresse drücken. Paprika waschen, trockentupfen, schälen und feinschneiden.

Knoblauch abziehen und durch eine Knoblauchpresse in einen hohen Becher drücken. Zitrone waschen, trockentupfen, etwas Schale abreiben, halbieren, Saft auspressen und auffangen. Zitronensaft- und Abrieb, Knoblauch, Ei, Safran und etwas Salz verquirlen und mit dem Öl zu einer Mayonnaise hochziehen. Kartoffel und Fischfond langsam unterrühren und mit Salz und Piment d'Espelettes abschmecken. Am Ende Paprika unterrühren.

Marie Pulvermacher am 15. Juli 2019

## Sauce Rouille

### Für zwei Personen

|                      |                     |                     |
|----------------------|---------------------|---------------------|
| 1 Kartoffel          | 1 Safranfaden       |                     |
| 2 EL Gemüsefond      | 1 Knoblauchzehe     | 200 g Crème-fraîche |
| 2 EL mildes Olivenöl | mildes Chilisalz    |                     |
| <b>Für die Deko:</b> | 2 Scheiben Baguette | 2 EL Olivenöl       |

Wasser in einem kleinen Topf zum Kochen bringen. Kartoffel schälen, würfeln und gar kochen. Gemüsefond erhitzen und Safran einige Minuten darin ziehen lassen.

Knoblauch abziehen und fein hacken.

Kartoffel zerdrücken und unter die Crème fraîche rühren bis eine homogene Masse entsteht. Safranfond, Knoblauch und Olivenöl unter die Kartoffel-Masse heben und die Rouille mit Chilisalz würzen.

Theresia Edskes am 05. Juni 2019

## Teriyaki-Soße

### Für zwei Personen

|             |                        |                  |
|-------------|------------------------|------------------|
| 1 Orange    | 1 kleine Knoblauchzehe | 100 ml Sojasauce |
| 3 cm Ingwer | 80 g brauner Zucker    |                  |

Orange halbieren und den Saft auspressen. Die Knoblauchzehe abziehen und im Ganzen mit dem Orangensaft, der Sojasauce und dem braunen Zucker in einem Topf zum Kochen bringen. Eine Scheibe Ingwer von der Knolle abschneiden und in den Topf geben. Die Flüssigkeit um die Hälfte reduzieren lassen.

Frank Habeth am 21. Mai 2019

## Holländische Soße

### Für zwei Personen

180 g Butter                      4 Eier                      1 Zitrone  
2 EL trockener Weißwein    Cayennepfeffer    Salz, Pfeffer

Die Butter in der Pfanne zerlassen, aber nicht stark erhitzen. Halbe Zitrone auspressen. Die 4 Eier trennen und die Eigelbe mit 2 EL Wasser, Zitronensaft, Weißwein und etwas Salz in eine runde Schüssel geben und auf ein heißes Wasserbad stellen. Mit einem Handmixer verrühren, bis die Masse cremig ist und ihr Volumen etwa verdoppelt hat. Flüssige Butter nach und nach unterziehen. Mit Salz, schwarzem Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken.

Maike Eggers am 17. April 2019

## Sauce Rouille

### Für zwei Personen

10 Safranfäden            200 g Crème-fraîche    1 Baguettebrötchen  
2 EL Gemüsefond    1 Knoblauchzehe       2 EL mildes Olivenöl  
mildes Chilisalz

Den Safran im warmen Fond einige Minuten ziehen lassen. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Crème fraîche mit dem Safranfond, Knoblauch, dem Inneren des Brötchens und Olivenöl verrühren und mit Chilisalz würzen.

Alex Schöpe am 08. April 2019

## Pilz-Soße

### Für zwei Personen

250 g braune Champignons    250 g weiße Champignons    3 große weiße Zwiebeln  
100 ml Saure Sahne            100 ml Sahne                    100 ml Milch  
1 EL kalte Butter                 $\frac{1}{2}$  Bund glatte Petersilie       10 ml Apfelessig  
15 g Steinpilz-Pulver            20 g Mehl                         1 Messerspitze Chilipulver  
Öl                                      Salz                                    Pfeffer

Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Zwiebeln abziehen und klein schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln glasig dünsten, Champignons und Pilzpulver dazugeben. Saure Sahne, Mehl, Sahne und Milch in einer Schüssel glattrühren. Mit Pfeffer, Salz und Chilipulver abschmecken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Die Masse zu den Pilzen geben. Essig dazu geben und aufkochen lassen.

Petersilie unterheben. Pfanne vom Herd nehmen, kalte Butter unterheben und verrühren.

Arno Weiss am 25. März 2019

## Curry-Soße

### Für zwei Personen

|                       |                      |                          |
|-----------------------|----------------------|--------------------------|
| 1 Apfel               | 1 Banane             | 1 Miniananas             |
| 4 Schalotten          | 4 EL Kokosflocken    | 5 Stangen Zitronengras   |
| 300 ml Geflügelfond   | 100 ml franz. Wermut | 50 ml weißen Portwein    |
| 80 ml Weißwein        | 250 ml Sahne         | 1 Bund glatte Petersilie |
| 2 EL grüne Currypaste | Butter               | 3 TL Currypulver Madras  |
| Chiliflocken          | Salz                 | Pfeffer                  |

Schalotten abziehen, würfeln und in Butter anschwitzen. Mit Wermut, Portwein, Weißwein, Sahne und Geflügelfond ablöschen. Zitronengras, Kokosflocken, Currypaste und Curry hinzufügen und einkochen lassen. Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Apfel, Banane und Ananas schälen, würfeln, mit der Petersilie im Mixer fein pürieren und in die Currysauce geben. Alles durchsieben und weiter einkochen lassen. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken. Eventuell mit etwas Mehlbutter andicken.

Tanja Hagelüken am 05. März 2019

## Tomaten-Soße

### Für zwei Personen

|                      |                                 |                                 |
|----------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| ½ Gemüsezwiebel      | 3 Knoblauchzehen                | 3 cm Ingwer                     |
| 200 g Tomatenmark    | 1 Bund Koriander                | 1 EL Honig                      |
| 50 g Butter          | 300 ml Sahne                    | 3 EL Ghee                       |
| 5 TL Gewürzmischung  | 1 TL getrockneter Bockshornklee | 1 TL geräuchertes Paprikapulver |
| 3 Kardamomkapseln    | 2 Nelken                        | 1 kleines Stück Zimtstange      |
| 1 EL Meersalzflocken |                                 |                                 |

Ghee in einem Topf erhitzen. Kardamomkapseln, Nelken und Zimt dazugeben und das Ghee für einige Sekunden parfümieren. Zwiebel und Knoblauch abziehen und kleinschneiden. Ingwer schälen und kleinschneiden. Alle drei Zutaten zu einer Paste pürieren und in den Topf geben. Ca. 5 Minuten braten. Tomatenmark, Paprikapulver und die Gewürzmischung unterrühren und weitere 5 Minuten köcheln lassen.

Honig, Bockshornklee, Butter und Sahne zum Topf geben und 1-2 Minuten unter rühren köcheln lassen.

Michelle Ghofrani am 28. Januar 2019

## Weißwein-Soße

### Für zwei Personen

|                           |              |             |
|---------------------------|--------------|-------------|
| 300 ml trockener Weißwein | 200 ml Sahne | 1 Schalotte |
| 100 g kalte Butter        | Salz         | Pfeffer     |

Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Weißwein, Schalottenwürfel und Pfefferkörner aufkochen und auf etwa 125 ml reduzieren. Mit Sahne aufgießen und etwas einköcheln lassen. Durch ein feines Sieb gießen. Mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren die Sauce mit eiskalten Butterstückchen montieren und mit dem Stabmixer kurz aufschäumen.

Klaus-Dieter Braun am 21. November 2018

## Wild-Soße

### Für zwei Personen

|                        |                   |                    |
|------------------------|-------------------|--------------------|
| 150 g Wildknochen      | 100 g Möhren      | 100 g Lauch        |
| 100 g Knollensellerie  | 100 g Zwiebeln    | 1 Knoblauchzehe    |
| 500 ml Wildfond        | 150 ml Gemüsefond | 250 ml Rotwein     |
| 100 ml Portwein        | 50 g Tomatenmark  | 5 Wachholderbeeren |
| 1 Msp. Lebkuchengewürz | 1 Nelke           | 10 Pfefferkörner   |
| 10 Pimentkörner        | 2 Lorbeerblätter  | 100 g Butter       |
| 1 EL Speisestärke      | Rapsöl            |                    |

Wildknochen waschen und mit den Parüren in Rapsöl scharf anbraten. Zwiebeln abziehen und würfeln. Möhren, Lauch und Sellerie putzen, würfeln und mit Zwiebel in einem zweiten Topf in wenig Rapsöl anschwitzen. Anschließend mit Tomatenmark tomatisieren und mit Rotwein ablöschen. Mit Wildfond auffüllen, Pimentkörner, Nelke, Pfefferkörner, Lorbeerblätter und zerdrückte Wachholderbeeren hinzugeben.

Zwischenzeitlich die gerösteten Wildknochen und die Parüren zugeben. Alles für ca. 20 – 25 Minuten köcheln lassen. Sauce durch ein Sieb abgießen, erneut in einer Pfanne erhitzen und einreduzieren. Mit Portwein und Gemüsefond auffüllen und köcheln lassen.

Sauce mit Lebkuchengewürz abschmecken und mit der Butter aufmontieren. Knoblauch abziehen, klein schneiden und zum Aromatisieren zugeben. Sauce bei Bedarf mit Speisestärke abbinden.

Klaus-Dieter Braun am 19. November 2018

## Pfefferrahm-Soße

### Für zwei Personen

|                   |                              |             |
|-------------------|------------------------------|-------------|
| 1 Schalotte       | 3 EL eingel., grüner Pfeffer | 3 EL Cognac |
| 500 ml Rinderfond | 200 ml Schlagsahne           | 2 EL Butter |
| 1 EL Mehl         | 1 unbehandelte Zitrone       |             |

Einen Esslöffel Butter und Mehl miteinander verkneten und in den Kühlschrank stellen.

Schalotte abziehen, fein würfeln und in der Pfanne einen Esslöffel glasig dünsten.

Pfefferkörner dazugeben und mit Cognac ablöschen. Fond und Sahne angießen. Die Sauce etwa 20 Minuten köcheln lassen.

Fleischsaft mit in die Sauce gießen. Zitrone halbieren und auspressen. Mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken.

Die Sauce mit der Mehlbutter binden.

Susanne Rau am 25. Oktober 2018

## Pilz-Madeira-Velouté

### Für zwei Personen

|                   |                          |                     |
|-------------------|--------------------------|---------------------|
| 2 Schalotten      | 300 g braune Champignons | 50 g Butter         |
| 2-3 TL Mehl       | 75 ml Madeira            | 200 ml Geflügelfond |
| 150 g Schlagsahne | 1 Prise Cayennepfeffer   | Muskatnuss          |
| Salz              | Pfeffer                  |                     |

Die Schalotten häuten und fein würfeln. Die Champignons putzen und vierteln. Butter in einer Sauteuse oder hohen Pfanne schmelzen und die Schalotten darin glasig dünsten. Champignons dazugeben und bei mittlerer Hitze anbraten. Mehl unterheben und mit dem Madeira ablöschen. Etwas einkochen lassen. Fond und Sahne nach und nach zugeben. Unter gelegentlichem Rühren ca. 8 min. einkochen.

Die Sauce mit Salz, Pfeffer, Cayenne-Pfeffer und einer Prise Muskat abschmecken.

Tatjana Büttner am 24. September 2018

## Bloody-Mary-Soße

### Für zwei Personen

|                            |                              |                 |
|----------------------------|------------------------------|-----------------|
| 50 g Semmelbrösel          | 1 rote Zwiebel               | 1 Knoblauchzehe |
| 2 Zweige glatte Petersilie | 400 g gehackte Dosen-Tomaten | 50 ml Wodka     |
| 2 TL Worcestershire-Sauce  | 1 TL Tabasco                 | 1 TL Zucker     |
| 2 EL Olivenöl              | Salz                         | Pfeffer         |

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Semmelbrösel darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Sobald Brösel braun sind, aus der Pfanne nehmen und mit der Petersilie vermengen. Die Brösel später z. B. über Ravioli mit Sauce streuen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. In einer Pfanne in Olivenöl glasig andünsten. Salzen und pfeffern und mit Worcestershire- Sauce, Tabasco und Zucker abschmecken. Den Wodka hinzu geben. Aufkochen lassen. Dosentomaten hinzufügen und ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Sarah Bünting am 09. Juli 2018

## Meerrettich-Soße

### Für zwei Personen

|                   |                   |                              |
|-------------------|-------------------|------------------------------|
| 100 g Meerrettich | 60 g Butter       | 2 EL Crème-fraîche           |
| 125 ml Milch      | 450 ml Gemüsefond | $\frac{1}{2}$ Zitrone (Saft) |
| 100 g Mehl        | Zucker            | Salz, Pfeffer                |

Den Meerrettich schälen und fein reiben. Die Butter in einem Topf erhitzen, aber nicht bräunen lassen. Das Mehl hinzufügen und unter rühren andünsten lassen. Dabei sollte das Mehl nicht braun werden. Unter rühren den Fond und Milch dazu gießen und einmal aufkochen lassen. Die Sauce für ca. 20 Minuten köcheln lassen. Etwas mehr als die Hälfte des geriebenen Meerrettichs in die Sauce rühren. Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker, Zitronensaft und Crème fraîche abschmecken. Kurz vor dem Servieren den restliche unterrühren für die nötige Schärfe. Sollte die Sauce zu scharf sein, einfach noch ein paar Minuten länger köcheln lassen.

Michael Westphal am 05. Februar 2018

## Tomaten-Soße

### Für zwei Personen

|                     |                                |                        |
|---------------------|--------------------------------|------------------------|
| 500 g Tomaten       | 1 Schalotte                    | 1 Knoblauchzehe        |
| 1 rote Schote Chili | $\frac{1}{2}$ Bund Fenchelgrün | 2 EL eingelegte Kapern |
| 1 Zitrone (Saft)    | 1 TL Zatar                     | 100 ml Rotwein         |
| Olivenöl            | Salz                           | Pfeffer                |

Die Tomaten mit heißem Wasser überbrühen, häuten und klein schneiden. Die Schalotte und den Knoblauch abziehen und kleinschneiden. Das Fenchelgrün abbrausen, trockenwedeln und hacken. Die Chilischote halbieren, vom Kerngehäuse befreien und kleinschneiden. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Schalotte zusammen mit Knoblauch und der Chilischote andünsten. Die Tomaten und das Fenchelgrün dazugeben und die Sauce einkochen lassen. Zitrone halbieren, Saft auspressen und auffangen. Anschließend den Rotwein hinzugeben und mit Zitronensaft, Zatar, Kapern, Salz und Pfeffer abschmecken.

Katharina Skibowski am 05. Februar 2018

## Krabben-Weißwein-Soße

### Für zwei Personen

|                           |                          |                        |
|---------------------------|--------------------------|------------------------|
| 150 g Nordseekrabben      | 150 g kleine Champignons | 400 g stückige Tomaten |
| 1 Schalotte               | 1 Knoblauchzehe          | 200 ml Sahne           |
| 100 ml trockener Weißwein | 2 TL grüner Pfeffer      | Butterschmalz          |
| Cayennepfeffer            | Zucker                   | Salz, Pfeffer          |

Schalotte und Knoblauch abziehen und fein schneiden. Champignons putzen und vierteln. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Pilze darin anbraten. Schalotte und Knoblauch hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Die stückigen Tomaten hinzugeben und leicht reduzieren lassen. Sahne, grüner Pfeffer und Nordseekrabben hinzugeben und mit Cayennepfeffer, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Sauce noch einmal 5 Minuten köcheln lassen.

Nora Bärmann am 22. Januar 2018

## Tomaten-Granatapfel-Salsa

### Für zwei Personen

|                  |                           |                 |
|------------------|---------------------------|-----------------|
| 6 Cherrytomaten  | $\frac{1}{2}$ Granatapfel | 1 rote Peperoni |
| 1 rote Zwiebel   | 1 Knoblauchzehe           | 1 Limette       |
| 1 TL Sherryessig | 1 TL brauner Zucker       | 1 Zweig Minze   |
| 1 TL Olivenöl    | Salz                      | Pfeffer         |

Den Granatapfel vierteln und entkernen. Die Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Cherrytomaten und Peperoni fein würfeln. Die Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Die Limette waschen, abreiben, halbieren und mit auspressen. Tomaten, Peperoni, Zwiebel, Knoblauch und Granatapfel mit Limettensaft und -abrieb verrühren. Zucker, Sherryessig, Olivenöl, Salz und Pfeffer unterheben und mit gehackter Minze, Salz und Pfeffer etwa 10 Minuten im Kühlschrank marinieren lassen.

Sibylle Blötscher am 18. Januar 2018

## Kirsch-Soße

### Für zwei Personen

|                    |                               |                       |
|--------------------|-------------------------------|-----------------------|
| 75 g TK-Kirschen   | $\frac{1}{4}$ Knolle Sellerie | $\frac{1}{2}$ Karotte |
| 1 Zwiebel          | 1 EL Tomatenmark              | 1 TL Puderzucker      |
| 1 TL Stärke        | 300 ml trockener Rotwein      | 400 ml Hühnerfond     |
| 100 ml Kirschsafte | 1 EL Butter                   | 1 TL Sonnenblumenöl   |
| mildes Chilusalz   | Pfeffer                       |                       |

Karotte und Sellerie schälen, von den Enden befreien und fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen, Karotte und Sellerie darin anschwitzen. Das Gemüse mit dem Puderzucker bestäuben und karamellisieren lassen.

Tomatenmark anrösten und mit der Hälfte des Rotweins ablöschen. Auf die Hälfte einreduzieren lassen und wiederholen bis der Rotwein aufgebraucht ist. Fond und 75 ml Kirschsafte hinzufügen und aufkochen lassen. Das Gemüse abseihen. Mit Chilusalz und Pfeffer abschmecken. Die Stärke im übrigen Kirschsafte abbinden.

Die Butter in einer weiteren Pfanne aufschäumen, erhitzen und die Kirschen darin erwärmen.

Nina Maier am 15. Januar 2018

## Käse-Soße

### Für zwei Personen

|                  |                               |                 |
|------------------|-------------------------------|-----------------|
| 100 g Parmesan   | 100 g braune Champions        | 1 rote Zwiebel  |
| 1 Knoblauchzehe  | $\frac{1}{2}$ Zitrone, Zesten | 300 ml Riesling |
| 50 ml Gemüsefond | 100 ml Milch                  | 100 g Sahne     |
| 1 EL Olivenöl    | Meersalz                      | Pfeffer         |

Die Champions mit einer Pilzbürste putzen und in Scheiben schneiden. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Champions darin anschwitzen.

Zwiebeln und Knoblauch abziehen, fein hacken, hinzufügen und mit dem Riesling ablöschen.

Den Parmesan reiben, in die Pfanne geben und schmelzen lassen. Bei geringer Hitze Milch und Sahne angießen. Mit einigen Zitronenzesten, Meersalz und Pfeffer würzen. Kurz aufkochen lassen und vom Herd nehmen.

Ilona Kurz am 15. Januar 2018

## Meerrettich-Soße

### Für zwei Personen

|                            |                   |                    |
|----------------------------|-------------------|--------------------|
| 100 g frischen Meerrettich | 80 g Semmelbrösel | 250 ml Fleischfond |
| 200 g Schlagsahne          | 2 Eier (Eigelb)   | 150 ml Weißwein    |
| 50 g Butter                | Salz              | Pfeffer            |

Die Butter in einem Topf zerlassen. Semmelbrösel dazugeben und goldbraun anrösten. Fleischfond und Sahne eingießen. So lange köcheln lassen bis die Sauce cremig dick ist. Ständig rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und warm halten. Meerrettich abbrausen, trocken tupfen und reiben. Zu der Sauce geben und vom Herd nehmen. Ei trennen und die Eigelbe verquirlen und in das Meerrettichgemüse rühren. Mit etwas Weißwein abschmecken.

Didi Hain am 27. November 2017

## Bratapfel-Soße

### Für zwei Personen

|                     |                   |                 |
|---------------------|-------------------|-----------------|
| 1 Apfel (Pink Lady) | 1 EL Butter       | 1 EL Ahornsirup |
| 1 EL Honig          | 4 Nelken          | 1 Sternanis     |
| 1 TL Zimt           | 1 TL Speisestärke | Salz, Pfeffer   |

Den Apfel waschen, entkernen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. In einem kleinen Topf die Butter erhitzen und darin die Würfel ca. 2-3 Minuten anbraten.

Eine Prise Salz und Pfeffer zugeben. Sirup, Honig, Nelken, Sternanis und Zimt zugeben. Karamellisieren lassen und mit etwas Wasser ablöschen. Vom Herd nehmen. Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren.

Nelken und Sternanis aus der Sauce herausholen. Speisestärke einrühren. Kurz aufkochen lassen.

Catharina Appelhagen am 27. November 2017

## Rotwein-Soße

### Für zwei Personen

|                               |                            |                  |
|-------------------------------|----------------------------|------------------|
| $\frac{1}{4}$ Knollensellerie | 1 Karotte                  |                  |
| 1 Zwiebel                     | 200 ml trockener Rotwein   | 100 ml Portwein  |
| 400 ml Wildfond               | $\frac{1}{2}$ Bund Thymian | 2 Lorbeerblätter |
| 2 Wacholderbeeren             | 1 EL Tomatenmark           | 2 EL Mehl        |
| 4 EL Johannisbeergelee        | 1 EL Butter                | 1 EL Olivenöl    |
| Salz, Pfeffer                 |                            |                  |

Die Zwiebel abziehen und grob schneiden. Sellerie und Karotte von der Schale befreien und in grobe Stücke schneiden. Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Tomatenmark anbraten, Gemüse hinzufügen und kurz mitbraten. Mit Mehl bestäuben und mit Portwein ablöschen. Rotwein und Wildfond aufgießen. Thymian, Wacholderbeeren und Lorbeer in einen Teebeutel geben und dazugeben. Alles kurz aufkochen lassen, anschließend bei mittlerer Hitze 25 Minuten köcheln lassen. Sauce durch ein Sieb gießen und mit Butter, Gelee, Salz und Pfeffer verfeinern.

Franziska Schmitt am 13. November 2017

## Pilz-Rahm-Soße

### Für zwei Personen

|                       |                                      |              |
|-----------------------|--------------------------------------|--------------|
| 100 g Pilze           | $\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie | 2 Schalotten |
| 3 EL Sojasauce        | 70 g Sahne                           | 1 TL Stärke  |
| Rapsöl, Salz, Pfeffer |                                      |              |

Die Pilze mit einer Pilzbürste abbürsten. Öl in einer Pfanne erhitzen und darin scharf anbraten. Die Schalotte abziehen, klein würfeln und 5 Minuten in die Pfanne geben.

Die Sahne aufgießen und kräftig aufkochen. Die Stärke mit 2 EL Wasser in einer Schüssel anrühren und die Sauce nach Bedarf damit abbinden. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und mit der Sojasauce unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Anni Friesinger-Postma am 16. Oktober 2017

## Gurken-Tomaten-Salsa

### Für zwei Personen

|                           |                                      |                              |
|---------------------------|--------------------------------------|------------------------------|
| 1 Salatgurke              | 2 Ochsenherztomaten                  | 1 rote Zwiebel               |
| 1 rote kleine Chilischote | $\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie | $\frac{1}{2}$ Bund Koriander |
| 2 EL Olivenöl             | Salz, Pfeffer                        | 1 TL Zucker                  |

Tomaten waschen, halbieren, Strunk herausschneiden und Hälften klein würfeln. Gurke waschen, ebenso in kleine Würfel schneiden. Kräuter abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und klein hacken. Chili der Länge nach aufschneiden, Kerne herauskratzen und Schote fein hacken. Zwiebel abziehen und fein hacken. Gurken, Chili, rote Zwiebelwürfel, Koriander und Petersilie vermengen, mit Öl beträufeln und mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen.

Andrea Schönfelder am 12. September 2017

## Pancetta-Soße

### Für zwei Personen

|                         |                  |                |
|-------------------------|------------------|----------------|
| 150 g Scheiben Pancetta | 1 Zehe Knoblauch | 100 g Pecorino |
| 100 g Parmesan          | 3 Eier           | Salz, Pfeffer  |

Den Pancetta in feine Würfel schneiden, in eine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten anbraten. Knoblauch abziehen, mit einem Messerrücken zerdrücken, mit Salz bestreuen und in die Pfanne hinzugeben. Eiweiß und Eigelb von 2 Eiern trennen und restliches Ei aufschlagen. 2 Eigelbe mit 1 Ei vermengen. Parmesan und Pecorino reiben und hinzugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und schaumig schlagen.

Wilhelm Heger am 17. Juli 2017

## Rotwein-Soße

### Für zwei Personen

|                    |                  |                  |
|--------------------|------------------|------------------|
| 250 ml Rinderfond  | 250 ml Rotwein   | 200 ml Portwein  |
| 100 g kalte Butter | 1 TL Tomatenmark | 1 Zweig Rosmarin |
| 1 Zweig Thymian    | 1 Lorbeerblatt   | 1 TL Zucker      |
| 1 Nelke            | Salz             | Pfeffer          |

Thymian und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Zucker und Tomatenmark in die Pfanne, in der das Fleisch gebraten wurde, geben und kurz erhitzen. Mit Rotwein und Portwein ablöschen und Rinderfond, Nelke, Lorbeerblatt, Thymian- und Rosmarinzweig zugeben und bei starker Hitze auf die Hälfte reduzieren. Die Butter in Würfel schneiden. Die Rotwein-Fond-Flüssigkeit durch ein Sieb passieren mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Butter mit einem Schneebesen unterschlagen, bis eine sämige Sauce entstanden ist.

Elvira Müller am 16. Juni 2017

## Balsamico-Soße

### Für zwei Personen

|                  |                 |                            |
|------------------|-----------------|----------------------------|
| 2 Schalotten     | 1 Zweig Thymian | 1 Zweig Rosmarin           |
| 300 ml Kalbsfond | 50 ml Rotwein   | 3 EL Aceto Balsamico       |
| 2 EL Tomatenmark | 1 EL Mehl       | 50 g Butter                |
| Olivenöl         | Zucker          | Salz und Schwarzer Pfeffer |

Schalotten abziehen, fein hacken und in Olivenöl in einer Pfanne anschwitzen. Tomatenmark und Zucker hinzufügen und mit anschwitzen. Dann mit Balsamico, mit Rotwein und zum Schluss mit Kalbsfond ablöschen und stark reduzieren. Thymian und Rosmarin abbrausen, trocken wedeln und feinhacken. Zusammen mit Butter und etwas Mehl hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Durch ein Feinsieb sieben.

Erdinc Güzelol am 16. Juni 2017

## Sauce Rouille

### Für zwei Personen

|                  |                  |                  |
|------------------|------------------|------------------|
| 200 ml Olivenöl  | 1 EL Pankobrösel | 1 Zitrone, Saft  |
| 2 Knoblauchzehen | 1 TL Tomatenmark | 1 TL Safranfäden |
| 2 Eier, Eigelb   | 2 EL Fischfond   | Salz, Pfeffer    |

Die Safranfäden und Brösel in einer Schüssel mit dem Fischfond aufquellen lassen. Knoblauchzehen abziehen und klein hacken. Eier trennen. Brösel, Safran, Knoblauch, Tomatenmark und Fond miteinander vermengen und mit einem Stabmixer zerkleinern. Nach und nach Olivenöl dazugeben, bis eine cremige Konsistenz entsteht. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Marie Grüner am 22. Mai 2017

## Sauce Rouille

### Für zwei Personen

|               |                  |                                 |
|---------------|------------------|---------------------------------|
| 1 Kartoffel   | 3 Knoblauchzehen | 1 rote Paprika                  |
| 1 Ei          | 20 ml Gemüsefond | $\frac{1}{2}$ TL Cayennepfeffer |
| 2 Safranfäden | 4 EL Olivenöl    | Salz, Pfeffer                   |

Die Kartoffel schälen und in einem Topf mit kräftig kochendem Salzwasser etwa 14 Minuten gar kochen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Paprika halbieren, das Kerngehäuse herausschneiden, schälen und grob würfeln. Paprika mit Knoblauch und Cayennepfeffer cremig pürieren. Das Ei trennen. Das Eigelb mit Fond und Olivenöl mit dem Stabmixer zu einer festen Creme aufmischen. Die Kartoffeln abgießen, kurz ausdampfen lassen und zur Mayo geben. Das Paprika-Knoblauch-Püree unterheben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Safranfäden im Mörser stoßen und die Rouille damit abschmecken.

Dolores Gächter-Ritter am 15. Mai 2017

## Barbecue-Soße

### Für zwei Personen

|                          |                      |                          |
|--------------------------|----------------------|--------------------------|
| 1 Zehe Knoblauch         | 1 Zitrone            | 310 ml Ketchup           |
| 220 g brauner Zucker     | 60 ml dunkle Melasse | 60 ml Apfelessig         |
| 1 EL Worcestershiresauce | 2 ½ EL Senfpulver    | 2 TL Paprikapulver       |
| Portwein                 | 60 ml Wasser         | 2 TL aufgebrühten Kaffee |
| ½ TL Cayenepfeffer       | 1 TL Rauchsatz       | Salz, Pfeffer            |

Knoblauch abziehen und klein hacken. Saft der Zitrone auspressen. Ketchup, Zucker, Melasse, Apfelessig, Worcestershiresauce, Senfpulver, Paprikapulver, Zitronensaft, Wasser, Kaffee, Salz und Pfeffer vermengen und in einer Pfanne aufkochen lassen. Mit Portwein abschmecken.

Matthias Sartor am 06. Februar 2017

## Barbecue-Soße

### Für zwei Personen

|                              |                         |                       |
|------------------------------|-------------------------|-----------------------|
| 2 Zehen Knoblauch            | 250 ml Tomaten-Ketchup  | 125 ml Apfelsaft      |
| 100 ml Apfelessig            | 1 EL Worcestersauce     | 1 EL flüssiger Honig  |
| 1 TL edelsüßes Paprikapulver | 1 TL gerebelter Thymian | 1 TL gem. Kreuzkümmel |
| 1 TL Selleriesamen           | Rohrzucker              | Salz, Chili           |

Knoblauch abziehen und fein hacken. Ketchup, Apfelsaft, Apfelessig, Knoblauch, Worcestersauce, Honig vermengen und in einem Topf erwärmen. Mit Paprikapulver, Thymian, Kreuzkümmel, Selleriesamen, Rohrzucker, Salz und Chili abschmecken und einkochen. Schließlich die Soße durch ein feines Sieb drücken.

Carsten Herrmann am 23. Januar 2017

## Meerrettich-Soße

### Für zwei Personen

|                    |                           |                  |
|--------------------|---------------------------|------------------|
| 1 Schalotte        | 50 g frischer Meerrettich | 30 g Butter      |
| 20 g Mehl          | 100 ml trockener Weißwein | 400 ml Fischfond |
| 200 ml Schlagsahne | Salz                      | Pfeffer          |

Die Sauce die Schalotte abziehen und fein würfeln. In einer Pfanne mit Butter glasig dünsten, anschließend mit Mehl bestäuben und nochmals kurz andünsten. Mit Weißwein, Fond und Sahne ablöschen und 15 bis 20 Minuten unter ständigem Rühren kochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Meerrettich schälen, fein reiben und zur Sauce geben. Sauce durch ein feines Sieb passieren.

Thomas Grischko am 19. Dezember 2016

## Whisky-Soße

### Für 2 Personen

|              |                 |                   |
|--------------|-----------------|-------------------|
| 2 Zwiebeln   | 3-4 EL Olivenöl | 200 ml Sahne      |
| 200 ml Milch | 50 ml Whisky    | 200 ml Gemüsefond |

Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Öl in der Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin mit glasig anbraten. Mit Gemüsefond ablöschen, Sahne, Milch und Whisky hinzufügen, köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rene Eggl am 22. September 2016

## Curry-Soße

### Für zwei Personen

|                       |                       |                   |
|-----------------------|-----------------------|-------------------|
| 50 g Butter           | 2 Schalotten          | 40 g Ingwerknolle |
| 1 Mango               | 1 Stange Zitronengras | 2 Limettenblätter |
| 1 TL gelbe Currypaste | 500 ml Kokosmilch     | Salz, Pfeffer     |

Schalotten und Ingwer schälen, würfeln in einer Pfanne mit Butter anschwitzen. Currypaste hinzugeben. Mango schälen, halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch klein schneiden. Mit Kokosmilch ablöschen. Mit Salz und Pfeffer würzen, Mango hinzugeben und alles köcheln lassen. Zitronengras und Limettenblätter hacken und dazugeben. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rene Eggl am 21. September 2016

## Karotten-Orangen-Soße

### Für zwei Personen

|                |                  |                        |
|----------------|------------------|------------------------|
| 4 Karotten     | 3 Orangen        | 1 Zitrone              |
| 1 Lauchzwiebel | 1 Zehe Knoblauch | 1 Stück Ingwer         |
| ½ Chilischote  | 50 ml Weißwein   | 300 ml Geflügelfond    |
| 300 ml Sahne   | Salz             | Pfeffer Sonnenblumenöl |

Karotten schälen und in feine Stifte schneiden. Lauchzwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden. Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Chilischote halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden.

Die Karottenstifte anbraten. Knoblauch, Lauchzwiebeln, Ingwer und Chili dazugeben und kurz mitbraten. Mit Weißwein ablöschen, kurz aufkochen und reduzieren lassen.

Eine Orange halbieren, auspressen, Orangensaft und Fond dazugeben und ebenfalls etwas reduzieren lassen. Weiterköcheln bis die Karotten bissfest gegart sind. Mit Sahne aufgießen und kurz aufkochen.

Die anderen beiden Orangen schälen, so dass keine weiße Haut mehr dran ist und filetieren. Zitrone halbieren und auspressen. Die Orangenfilets mit in die Pfanne geben, erwärmen und mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken.

Benjamin Pluskwik am 19. September 2016

## Kokos-Curry-Ananas-Soße

### Für zwei Personen

|                      |                   |                   |
|----------------------|-------------------|-------------------|
| 1 Zwiebel            | 1 Paprika         | 125 ml Wasser     |
| 125 ml Sahne         | 200 ml Kokosmilch | 125 ml Gemüfefond |
| $\frac{1}{2}$ Ananas | 1 Knolle Ingwer   | 3 TL Speisestärke |
| Salz, Pfeffer        | Pflanzenöl        | Chilipulver       |
| Currypulver          | Kurkumapulver     |                   |

Zwiebel abziehen und fein schneiden. Paprika halbieren, vom Strunk und Scheidewänden befreien und in Streifen schneiden. Zwiebel und Paprika in der Pfanne mit etwas Öl anschwitzen und mit Gemüfefond ablöschen. Ein Stück Ingwer schälen und fein reiben. Speisestärke mit Wasser verrühren und hinzugeben. Anschließend Kokosmilch hinzugeben und köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Ingwer, Kurkumapulver, Chilipulver und Curry würzen. Kurz vor dem Servieren mit Sahne verfeinern und abschmecken. Ananas schälen, vom Strunk befreien, in kleine Stücke schneiden und unter die Sauce heben.

Rene Ettl am 19. September 2016

## Mandel-Salsa

### Für zwei Personen

|                            |                       |                     |
|----------------------------|-----------------------|---------------------|
| 1 rote Chilischote         | 40 g gehackte Mandeln | 100 g Gari          |
| 100 ml Olivenöl            | 1 EL Macadamiaöl      | 2 EL Traubenkernöl  |
| 50 ml Sherry-Essig         | 25 ml Sherry          | 40 ml Himbeer-Essig |
| 1 TL flüssiger Blütenhonig | 1 Bund Koriander      | 1 EL Koriandersamen |
| 2 EL Fenchelsamen          | 1 EL Senfsaat         | 1 EL Mohnsamen      |
| Meersalz                   | weißer Kampotpfeffer  |                     |

Für die Mandelsalsa Mandeln, Fenchelsamen, Senfsaat und Koriandersamen in einer Pfanne ohne Fett rösten. Anschließend im Mörser grob zerstoßen. Koriander abbrausen und trockenwedeln. Gari und Koriander grob hacken. Chilischote abbrausen, trockenreiben, halbieren, entkernen und klein schneiden. Mandeln, Fenchelsamen, Honig, Senfsaat, Koriandersamen, Koriander, Gari, Chili, Mohnsamen, Olivenöl, Macadamiaöl, Traubenkernöl, Sherry-Essig, Sherry und Himbeer-Essig zu einer Salsa vermengen. Mit Meersalz und weißem Pfeffer würzen.

Dominique Delhees am 27. Juli 2016

## Orangen-Weißwein-Soße

### Für zwei Personen

|                          |                 |                   |
|--------------------------|-----------------|-------------------|
| 4 Lauchzwiebeln          | 2 Orangen       | 220 ml Rinderfond |
| 20 ml trockener Weißwein | 20 ml Obstessig | 1 EL Zucker       |
| Salz                     | Pfeffer         |                   |

Lauchzwiebeln putzen, waschen und in circa 5 cm lange Stücke schneiden. Orangen waschen, trockenreiben und von einer der beiden Orangen Zesten abziehen. Beide Orangen auspressen. Zucker mit 2 Esslöffeln Wasser in einer Pfanne karamellisieren lassen, Wein und Essig zugeben und 2 Minuten köcheln lassen. Orangensaft dazugeben, Orangenzesten und Lauchzwiebeln hinzufügen. Rinderfond angießen und Sauce einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Pascal Marcy am 25. Juli 2016

## Wermut-Prosecco-Soße

### Für zwei Personen

|                               |                    |                        |
|-------------------------------|--------------------|------------------------|
| 50 ml trockener Wermut        | 50 ml Prosecco     | 2 Schalotten           |
| 75 ml Fischfond               | 75 ml Sahne        | 1 EL Butter            |
| $\frac{1}{4}$ Bund Petersilie | 2 Stiele Basilikum | 1 Prise Cayennepfeffer |
| Olivenöl                      | Meersalz           |                        |

Schalotten abziehen und fein würfeln. In einem Topf Öl und Butter erhitzen und Schalotten darin glasig dünsten. Mit Wermut und Prosecco ablöschen. Fischfond auffüllen und zehn Minuten reduzieren lassen. Mit Sahne auffüllen, salzen und mit Cayennepfeffer würzen.

Sauce mit einem Stabmixer schaumig aufmixen.

Basilikum und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Mit wenig Olivenöl in einem Mörser zu einem Pesto verarbeiten.

Christian Hölker am 04. Juli 2016

## Rotwein-Sahne-Soße

### Für zwei Personen

|                                 |                    |                          |
|---------------------------------|--------------------|--------------------------|
| 100 g geräucherter Speck        | 15 schwarze Oliven | 1 Zwiebel                |
| 2 Zehen Knoblauch               | 150 ml Sahne       | 250 ml trockenen Rotwein |
| 50 ml Rinderfond                | 50 ml Cognac       | 10 g Korinthen           |
| $\frac{1}{2}$ EL grüner Pfeffer | Thymianblüten      | Salz                     |

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken, Bacon würfeln, Oliven halbieren und Pfeffer mörsern. In einer Pfanne Bacon und Zwiebel anbraten. Mit Rotwein ablöschen, etwas Fond hinzugeben. Anschließend Sahne, Knoblauch, Oliven, Thymianblüten, Korinthen, grünen Pfeffer und Cognac zugeben. Mit Salz abschmecken.

Elke Jureit am 27. Juni 2016

## Safran-Hollandaise

### Für zwei Personen

|                          |                          |                |
|--------------------------|--------------------------|----------------|
| 1 Schalotte              | 2 Eier                   | 1 TL Senf      |
| 65 g Butter              | 50 ml trockener Weißwein | 1 TL Senf      |
| 1 Zitrone                | 0,2 g Safranfäden        | 1 Lorbeerblatt |
| 1 TL weiße Pfefferkörner | Salz                     | Pfeffer        |

Schalotte abziehen und grob würfeln. Weißwein, weiße Pfefferkörner, Schalotte, Lorbeerblatt sowie die Hälfte des Safrans in einem Topf aufkochen und reduzieren. Weinreduktion durch ein Sieb passieren. Eier trennen und Eigelbe, Senf sowie die zweite Hälfte des Safrans zur Weinreduktion geben. Über einem Wasserbad cremig schlagen. Die Hitze reduzieren und flüssige Butter nach und nach kräftig unterschlagen. Saft einer halben Zitrone auspressen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Robin Louis am 20. Juni 2016

## Sauce béarnaise

### Für zwei Personen

|                              |                    |                   |
|------------------------------|--------------------|-------------------|
| 2 Schalotten                 | 100 g Butter       | 3 Eier            |
| 150 ml Weißwein, halbtrocken | 2 EL Weißweinessig | 3 Zweige Estragon |
| 3 Zweige Kerbel              | Weißer Pfeffer     | Cayennepfeffer    |
| Salz                         |                    |                   |

Pfefferkörner zerdrücken, Schalotten abziehen und fein hacken. Estragon und Kerbel abbrausen, trockenwedeln und ebenfalls klein hacken. Einen TL Kräuter beiseitelegen. Essig, Weißwein, Estragon, Kerbel, gemahlene Pfefferkörner und Schalotten in einen Topf geben und auf die Hälfte reduzieren. Den Sud anschließend durch ein Sieb passieren und abkühlen lassen.

Eier trennen und Butter schmelzen. Den Sud über einem Wasserbad mit den 3 Eigelb aufschlagen. Anschließend die geschmolzene Butter langsam unter die Eigelbcreme rühren. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Bernhard Deterts am 20. Juni 2016

## Orangen-Hollandaise

### Für zwei Personen

|                         |                             |                          |
|-------------------------|-----------------------------|--------------------------|
| 2 Schalotten            | 1 Orange                    | 3 Eier                   |
| 150 g Butter            | 150 ml Gemüsefond           | 75 ml trockener Weißwein |
| 1 Schuss Weißwein-Essig | 1 EL Schwarze Pfefferkörner | Piment-d'-Espelette      |
| Butter                  | Salz                        |                          |

Den Backofen auf 120 Grad vorheizen. Für das Aufschlagen der Hollandaise in einem Topf Wasser zum Kochen bringen.

Schalotten abziehen, würfeln, in ein wenig Butter anschwitzen. Weißwein, ein Schuss Weißwein-Essig, Gemüsefond und Pfefferkörner hinzugeben. Köcheln lassen und um ein Drittel reduzieren. Reduktion durch ein Sieb geben und erkalten lassen. Butter zerlassen. Eier trennen. Eiweiß beiseite stellen. Abgekühlte Reduktion zu den Eigelben geben. Im Wasserbad bei mittlerer Hitze zu einer schaumigen Masse schlagen. Schüssel vom Wasser nehmen und flüssige Butter unterrühren. Schale einer Orange abreiben. Saft auspressen.

Hollandaise mit Orangensaft- und Abrieb aromatisieren. Mit Salz und Piment d'espelette würzen.

Klaus-Dieter Braun am 13. April 2016

## Cumberland-Soße

### Für zwei Personen

|                         |                    |                         |
|-------------------------|--------------------|-------------------------|
| 1 Schalotte             | 1 Bio-Orange       | 200 ml dunkler Portwein |
| 20 ml trockener Rotwein | 3 TL Preiselbeeren | 1 TL Senfkörner         |
| Butter                  | Salz               | Pfeffer                 |

Schalotte abziehen und fein würfeln. Orange waschen, trocken reiben, Schale abziehen und Saft auspressen. Butter in einer Pfanne schmelzen, Schalotte andünsten und mit Portwein und Rotwein ablöschen. Etwas von der Orangenschale sowie 80 Milliliter Orangensaft und 50 Milliliter Wasser dazugeben. Fünf Minuten bei starker Hitze einkochen und anschließend Preiselbeeren und Senfkörner zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Weitere fünf Minuten kochen lassen, anschließend durch ein Sieb passieren. Sauce kaltstellen.

Graziella Macri am 13. April 2016

## Rotwein-Schokoladen-Soße

### Für zwei Personen

|                |                             |                         |
|----------------|-----------------------------|-------------------------|
| 1 Rote Zwiebel | 10 g Bitterschokolade (70%) | 30 g kalte Butterwürfel |
| 125 ml Rotwein | 125 ml Portwein             | 80 ml Rinderfond        |
| 1,5 EL Marsala | 1 EL Zucker                 | 1 Zweige Thymian        |
| Salz           | Pfeffer                     |                         |

Zwiebel abziehen und in feine Streifen schneiden. Thymian abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Schokolade zerkleinern. Zucker bei mittlerer Hitze in einer Pfanne hellbraun karamellisieren. Zwiebelstreifen zugeben und kurz anbraten. Anschließend mit Rotwein und Portwein ablöschen und etwas Rinderfond, Marsala und Thymian zufügen und auf etwa 100 Milliliter einkochen lassen. Sauce durch ein feines Sieb passieren. Zerkleinerte Schokolade zur Sauce geben und auflösen. Anschließend eiskalte Butter einrühren und beiseite gestellte Schalotten zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Manfred Königs am 13. April 2016

## Cold-Brew-Coffee-Soße

### Für zwei Personen

|                             |                            |                          |
|-----------------------------|----------------------------|--------------------------|
| 500 ml Cold Brew Coffee     | 500 ml Rinderfond          | 100 ml trockener Rotwein |
| 50 g Ghee                   | 50 g Schokolade, 80%       | 100 g getr. Cranberries  |
| $\frac{1}{2}$ Bund Rosmarin | $\frac{1}{2}$ Bund Thymian | Olivenöl                 |
| Salz                        | Pfeffer                    |                          |

Olivenöl erhitzen. Cranberries dazugeben und kurz anbraten. Mit Rotwein und Rinderfond ablöschen und reduzieren lassen. Cold Brew Coffee dazugeben. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, Blätter und Nadeln abzupfen und ebenfalls in die Sauce geben. Schokolade hinzufügen und in der Sauce schmelzen lassen. Sauce durch ein Sieb passieren, mit Salz und Pfeffer würzen, Ghee hinzufügen und noch einmal erwärmen.

Claudia Büchner am 13. April 2016

## Sauce Rouille

### Für zwei Personen

|                     |                    |                 |
|---------------------|--------------------|-----------------|
| 1 Zehe Knoblauch    | 1 rote Peperoni    | 1 Ei            |
| 2 Scheiben Weißbrot | 100 ml Kalbsfond   | 100 ml Olivenöl |
| 5 Safranfäden       | Piment-d'Espelette | Salz, Pfeffer   |

Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Rouille Rinde des Weißbrots entfernen. Brot würfeln, mit Kalbsfond bedecken und etwa fünf Minuten ziehen lassen. Safranfäden mit wenig Fond verrühren. Knoblauch abziehen, Peperoni waschen, halbieren und entkernen. Knoblauch und Peperoni im Mixer fein zerkleinern. Weißbrot ausdrücken, ebenfalls in den Mixer geben und gründlich zerkleinern. Ei trennen, Eiweiß beiseite stellen. Safran und Eigelb ebenfalls in den Mixer geben. Olivenöl tropfenweise und dann in einem dünnen Strahl zugeben, bis eine gebundene Masse entstanden ist. Rouille mit Piment d'Espelette abschmecken, mit Salz und Pfeffer würzen.

Klaus-Dieter Braun am 12. April 2016

## Tomaten-Soße

### Für zwei Personen

|                   |                              |                             |
|-------------------|------------------------------|-----------------------------|
| 1 Zwiebel         | 1 Zehe Knoblauch             | 1 kleine Karotte            |
| 5 Cocktailtomaten | 400 g pass. Dosen-Tomaten    | 150 ml Gemüsefond           |
| 50 ml Olivenöl    | $\frac{1}{2}$ Bund Basilikum | $\frac{1}{2}$ Vanilleschote |
| 1 Lorbeerblatt    | 1 Stück Zimtrinde            | edelsüßes Paprikapulver     |
| Muskatnuss        | neutrales Pflanzenöl         | Salz, Pfeffer               |

Zwiebel und Knoblauch abziehen und klein hacken. Cocktailtomaten und Karotte waschen und trocken tupfen. Karotte reiben. Cocktailtomaten vierteln. Öl erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Cocktailtomaten darin anschwitzen. Karotte, passierte Tomaten und 100 Milliliter Gemüsefond dazugeben. Lorbeerblatt, halbe Vanilleschote und Zimtrinde beifügen und circa 20 Minuten köcheln lassen. Lorbeerblatt, Zimtrinde und Vanilleschote entfernen, Sauce pürieren. Olivenöl untermischen. Basilikumblätter abbrausen, trockenwedeln, fein schneiden und unterheben. Sauce mit Paprikapulver, Pfeffer, Salz und Muskatnuss abschmecken und je nach gewünschter Konsistenz Gemüsefond nachschütten.

Klaus-Dieter Braun am 11. April 2016

## Rotwein-Soße

### Für zwei Personen

|                 |                             |                  |
|-----------------|-----------------------------|------------------|
| 1 Mohrrübe      | 1 Knollensellerie           | 1 große Zwiebel  |
| 1EL Tomatenmark | 1EL Pfefferkörner           | 1EL Pimentkörner |
| 1 Lorbeerblatt  | 200 ml Rotwein              | 400 ml Kalbsfond |
| Olivenöl        | rosenscharfes Paprikapulver | Weißwein         |
| 200 ml Sahne    | Zitronensaft                | Knoblauch        |
| Ingwer          | Petersilie                  | Salz, Pfeffer    |

Mohrrübe und Sellerie schälen, Zwiebel abziehen, alles kleinschneiden. Alles in einer Pfanne in etwas Olivenöl anschwitzen. Tomatenmark unterrühren und mit Rotwein ablöschen. Rotwein sämig einkochen lassen und mit Kalbsfond auffüllen. Pfefferkörner, Pimentkörner und Lorbeerblatt zugeben. Das ganze gut 20 Minuten bei mittlerer bis starker Hitze einkochen lassen; mit Paprikapulver würzen.

Weißwein und 200 ml Sahne hinzufügen; Knoblauch, Ingwer hinzugeben und nach drei Minuten wieder entfernen. Kleingehackte Petersilie einsteuen. Sauce sämig einkochen lassen und mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Klaus-Dieter Braun am 07. März 2016

## Pflaumen-Soße

### Für 2 Personen

#### Für die Pflaumensauce:

|                      |                                  |  |
|----------------------|----------------------------------|--|
| 1 Apfel              | 1 Zitrone                        | 1 Knolle Ingwer à 3 cm                 |
| 5 TK-Pflaumen        | 250 g getrocknete Pflaumen       | 80 g getrocknete Aprikosen             |
| 300 ml Gemüsefond    | 10 ml Pflaumenwein               | $\frac{1}{2}$ TL Flüssiger Blütenhonig |
| 1 TL gemahlener Anis | $\frac{1}{2}$ TL gemahlener Zimt | Salz                                   |
| Pfeffer              |                                  |  |

Für die Pflaumensauce Gemüsefond erhitzen und getrocknete Früchte darin fünf Minuten ziehen lassen. Früchte abtropfen lassen, Fond auffangen, Früchte würfeln. Apfel schälen, entkernen und reiben. Ingwer schälen und fein hacken. Zitrone auspressen und die Hälfte des Saftes zusammen mit dem Fond, dem Ingwer und dem restlichen zerkleinerten Obst aufkochen. Zimt hinzugeben. Bei niedriger Temperatur 15 bis 20 Minuten köcheln lassen, oft umrühren, anschließend pürieren. Mit Honig, Anis und Pflaumenwein abschmecken.

Claudia Büchner am 03. März 2016

## Weißwein-Käse-Soße

### Für zwei Personen

|                           |                   |                     |
|---------------------------|-------------------|---------------------|
| 100 ml trockener Weißwein | 100 ml Gemüsefond | 150 g Gruyère-Käse  |
| 1 Schalotte               | 1 Knoblauchzehe   | 1 rote Chili        |
| 100 g Crème-fraîche       | 1 EL Butter       | 1 Bund Schnittlauch |
| Salz                      | Pfeffer           |                     |

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Ein Esslöffel Butter im Topf erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin andünsten, mit Weißwein ablöschen und Fond angeießen. Käse hobeln, mit Crème fraîche einrühren und circa fünf Minuten köcheln lassen.

Melanie Globerger am 24. Februar 2016

## Riesling-Soße

### Für zwei Personen

|                           |                  |                |
|---------------------------|------------------|----------------|
| 150 ml trockener Riesling | 150 ml Fischfond | 1 Schalotte    |
| 1 Knoblauchzehe           | 125 ml Sahne     | 5 EL Butter    |
| 6 Senfsaatkörner          | 1 Lorbeerblatt   | 1 Muskatnuss   |
| 1 TL Zucker               | 1 EL Mehl        | Cayennepfeffer |
| Salz                      | Pfeffer          |                |

Die Schalotte abziehen, klein schneiden und in einem Topf mit einem Esslöffel Butter und einem Teelöffel Zucker anschwitzen. Mit Riesling und Fischfond ablöschen und kurz aufkochen lassen. Senfsaatkörner und Pfefferkörner im Mörser zerstoßen und mit abgezogener Knoblauchzehe, Lorbeerblatt, Muskatnussabrieb und Zucker hinzugeben. Knoblauchzehe entfernen und mit Pfeffer und Salz würzen. Die Sauce reduzieren. Zum Schluss die Reduktion durch ein feines Sieb gießen mit Sahne und Mehl binden. Mit der übrigen Butter aufmontieren und geschlagene Sahne unterheben.

Daniela Guckenberger am 22. Februar 2016

## Rotwein-Soße

### Für zwei Personen

|                                    |                            |                           |
|------------------------------------|----------------------------|---------------------------|
| 1 Speisezwiebel                    | 1 Peperoni                 | 30 g Rosinen              |
| 300 ml trockener Rotwein           | 20 g Butter                | 1 EL Tomatenmark          |
| 2 EL Kastanienhonig                | $\frac{1}{2}$ Bund Thymian | 2 TL gemahlener Koriander |
| $\frac{1}{2}$ TL gemahlener Piment | 4 Wacholderbeeren          | Salz, Pfeffer             |

Zwiebel abziehen, fein hacken und in Butter anbraten. Peperoni längs aufschneiden, von Kernen befreien und in schmale Streifen schneiden. Peperoni, Rosinen, Thymian, Wacholderbeeren, Tomatenmark, Kastanienhonig, gemahlene Koriander und Piment dazugeben und abschmecken.

Megi Balzer am 08. Februar 2016

## Vanille-Soße

### Für zwei Personen

|                 |        |              |
|-----------------|--------|--------------|
| 1 Vanilleschote | 2 Eier | 125 ml Milch |
| 25 g Zucker     |        |              |

Vanilleschote halbieren und Mark herauskratzen. Eine halbe Schote mit Milch im Topf aufkochen, dann einige Minuten ziehen lassen. Mark der Vanilleschote in die Milch ziehen, Schote herausnehmen. Eier aufschlagen, trennen und zwei Eigelbe und Zucker drei Minuten in einer Schüssel schlagen bis eine dickflüssige Masse entsteht. Diese nach und nach unter die heiße Milch rühren. (Das Eiweiß kann anderweitig verwendet werden.) In einem Topf Wasser erhitzen, Schüssel in den Wasserdampf halten und die Eimasse solange rühren bis sie cremig ist. Anschließend Schüssel in Eiswasser stellen unditerrühren bis sie abgekühlt ist.

Wilhelm Dammann am 28. Januar 2016

## Rotwein-Soße

### Für zwei Personen

|                       |                  |                        |
|-----------------------|------------------|------------------------|
| 2 Zwiebeln            | 1 EL Tomatenmark | 250 ml halbtr. Rotwein |
| 2 EL Aceto-Balsamico  | 3 EL Butter      | 1 Zweig Thymian        |
| 1 Prise getr. Majoran | 1 TL Zucker      | Salz, Pfeffer          |

Zwiebeln abziehen und in feine Streifen schneiden. In einer Pfanne zwei Esslöffel Butter erhitzen, Zwiebeln darin goldbraun braten und beiseite stellen. Restliche Butter in einem Topf erhitzen und Zucker darin leicht karamellisieren. Thymianzweig waschen und trocken tupfen. Mit Tomatenmark in den Topf geben und unter Rühren bei schwacher Hitze leicht andünsten. Mit Wein und Essig ablöschen und kurz köcheln lassen. Gebratene Zwiebeln hinzufügen und alles kurz aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Majoran abschmecken.

Laura Bernhard am 27. Januar 2016

## Pilz-Sahne-Soße

### Für zwei Personen

|                  |                              |                  |
|------------------|------------------------------|------------------|
| 60 g Champignons | 60 g Kräuterseitlinge        | 2 Steinpilze     |
| 70 ml Kalbsfond  | 100 g italienische Kochsahne | 1 Zitrone        |
| 1 Zehe Knoblauch | 1 Bund Petersilie            | 1 Bund Basilikum |
| 50 g Butter      | 50 g Olivenöl                | Salz, Pfeffer    |

Pilze putzen und portionsweise in einer Pfanne mit einem Butter-Olivenöl-Gemisch anbraten. In einem Topf den Fond einkochen lassen, Sahne dazugeben noch etwas weiterkochen lassen. Petersilien- und Basilikumblätter abzupfen und fein schneiden. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Knoblauch abziehen und in eine Knoblauchpresse geben. Pilze, Petersilie, Basilikum, gepressten Knoblauch und Zitronensaft zur Sahne geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Wilhelm Dammann am 25. Januar 2016

## Braten-Soße

### Für zwei Personen

|                          |                               |                      |
|--------------------------|-------------------------------|----------------------|
| 2 mittelgroße Zwiebeln   | 2 Tomaten                     | 2 Karotten           |
| 1 Stange Lauch           | $\frac{1}{2}$ Bund Petersilie | 50 g Knollensellerie |
| 150 ml trockener Rotwein | 250 ml Kalbsfond              | 3 Wachholderbeeren   |
| 50 g Butter              | 1 EL Zucker                   | Salz                 |
| Pfeffer                  |                               |                      |

Den Sellerie, die Karotten, die Tomaten, die Zwiebeln und den Lauch klein schneiden und mit der Butter in der Fleischpfanne andünsten. Das Tomatenmark dazu geben und mit dem Rotwein ablöschen. Die Petersilie ganz mit kochen lassen. Etwas reduzieren lassen und mit dem Kalbsfond auffüllen. 20 Minuten kochen lassen und anschließend durch ein Sieb passieren. Die Butter unterrühren. Mit Wachholderbeeren, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Tamara Gualtieri am 13. Juli 2015

## Paleo-Ketchup

### Für zwei Personen

|  |                                       |                          |
|--|---------------------------------------|--------------------------|
| 600 ml passierte Tomaten               | 1 EL Akazienhonig                     | 3 EL Apfelessig          |
| 1 TL mittelscharfen Senf               | 1 Prise Salz                          | 1 Knoblauchzehe          |
| 1 Prise Nelkengewürz                   | 2 EL Tomatenmark                      | $\frac{1}{2}$ TL Oregano |
| $\frac{1}{2}$ TL getrockneter Rosmarin | $\frac{1}{2}$ TL getrockneter Thymian | Salz                     |
| bunter Pfeffer                         |                                       |                          |

Für den Ketchup die passierten Tomaten, den Akazienhonig, den Apfelessig, den Senf, eine Prise Salz, die Knoblauchzehe, das Nelkengewürz, das Tomatenmark, den Oregano, den Rosmarin und den Thymian in einem kleinen Topf zum Kochen bringen, salzen und pfeffern und für 30 Minuten bei mittlerer Hitze einkochen lassen.

Julia Fassbender am 08. Juni 2015

## Apfel-Senf-Soße

### Für zwei Personen

|                                      |                  |                          |
|--------------------------------------|------------------|--------------------------|
| $\frac{1}{2}$ Bund Frühlingszwiebeln | 1 Apfel          | 1 EL Butter              |
| 100 ml Schlagsahne                   | 100 ml Apfelsaft | 3 EL körniger Dijon-Senf |
| 1 TL Mehl                            | Zucker           | Salz                     |
| schwarzer Pfeffer                    |                  |                          |

### Für die Gnocchi:

|                   |                     |                 |
|-------------------|---------------------|-----------------|
| 250 g Ricotta     | 30 g Parmesan       | 2 EL Butter     |
| 1 Zitrone         | 1 Ei                | 60 g Weizenmehl |
| 50 g Mehl         | 10-15 Salbeiblätter | Salz            |
| schwarzer Pfeffer |                     |                 |

Die Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in dünne Ringe schneiden. Etwas von dem Grün zur Seite legen. Den Apfel schälen, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebeln anschwitzen und mit Mehl bestäuben.

Anschließend den Apfel zugeben und mitbraten. Das Ganze mit dem Apfelsaft und 75 Milliliter Wasser ablöschen und aufkochen lassen.

Die Sahne und den Senf langsam einrühren und nochmals aufkochen lassen. Die Hitze reduzieren und offen köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

Eva Minges am 23. März 2015

## Remouladen-Soße

### Für zwei Personen

|                           |                           |                         |
|---------------------------|---------------------------|-------------------------|
| 1 TL Sardellen            | 1/2 Zitrone               | 2 Gewürzgurken          |
| 1 TL Kapern               | 1 Ei                      | 1TL mittelscharfer Senf |
| 10 ml Worcestershiresauce | 1 Zweig glatte Petersilie | 1 Zweig Kerbel          |
| 1 Zweig Estragon          | 125 ml Sonnenblumenöl     | 1 Prise Zucker          |
| Salz                      | schwarzer Pfeffer         |                         |

Die Petersilie, den Kerbel und den Estragon waschen, abzupfen und klein hacken. Die Sardellen in feinste Stücke schneiden. Den Saft der Zitrone auspressen. Die Kaper sowie die Gewürzgurken ebenfalls klein hacken. Das Ei trennen und das Eigelb mit dem Senf und dem Zitronensaft sowie der Worcestershiresauce und dem Zucker verrühren und langsam das Sonnenblumenöl einfließen lassen und zu einer Mayonnaise verrühren. Abschließend die kleingehackten Kräuter und die anderen Zutaten untermengen und die Remoulade mit Salz abschmecken.

Brigitte Kuhn am 23. März 2015

## Melonen-Salsa

### Für zwei Personen

|                     |                     |              |
|---------------------|---------------------|--------------|
| ½ Honigmelone       | 1 Tomate            | 1 rote Chili |
| 2 Frühlingszwiebeln | 1 Limette           | 1 EL Honig   |
| 1 EL Olivenöl       | 1 Prise Kreuzkümmel |              |

Für die Melonen-Salsa die Honigmelone schälen, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch in zentimetergroße Würfel schneiden. Die Tomate vierteln, von Kernen und Stielansatz befreien und würfeln. Die Chili halbieren, entkernen und zusammen mit den Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Die Schale der Limette abreiben und den Saft auspressen. Die Melonen- und Tomatenwürfel mit den Zwiebel- und Chiliringen, dem Honig, dem Olivenöl, einem Teelöffel Limettenschale, zwei Esslöffeln Limettensaft und Kreuzkümmel vermengen.

Harry Grötz am 12. März 2015

## Weißwein-Sahne-Soße

### Für zwei Personen

|                   |                  |                  |
|-------------------|------------------|------------------|
| 100 g Champignons | 50 g Zwiebel     | 1 Zehe Knoblauch |
| 2 Tomaten         | 20 g Butter      | 150 ml Weißwein  |
| 150 g Sahne       | 50 ml Gemüsefond | 50 g Petersilie  |
| 1 Zweig Rosmarin  | Salz             | Pfeffer          |

Die Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die Zwiebel abziehen, kleinschneiden und in der Butter anschwitzen. Den Knoblauch abziehen, klein schneiden und mit anschwitzen. Die Tomaten schneiden und in die Pfanne geben. Den Rosmarin zugeben. Die Champignons kleinschneiden und dazugeben. Alles mit dem Weißwein ablöschen, die Sahne, die Petersilie und den Gemüsefond zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und einkochen lassen.

Danny Graf am 09. Februar 2015

## Champignon-Sahne-Soße

### Für zwei Personen

|                          |                          |                   |
|--------------------------|--------------------------|-------------------|
| 100 g geräucherter Speck | 200 g braune Champignons | 100 g Erbsen (TK) |
| 1 Zitrone                | 1 Zwiebel                | 100 g Stracchino  |
| 125 g Sahne              | 200 ml Weißwein          | 1 Muskatnuss      |
| Salz, Pfeffer            |                          |                   |

Die Zwiebel häuten und fein hacken. Den Speck in Würfel schneiden. Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Die Zitrone halbieren und auspressen. Den Käse würfeln. Die Zwiebel im verbleibenden Bratfett anschwitzen und den Speck, die Pilze und die Erbsen dazugeben. Mit dem Zitronensaft und dem Weißwein ablöschen, mit der Sahne auffüllen und zu einer Sauce einkochen. Den Käse einrühren. Die Sauce vom Herd nehmen und mit Salz, Pfeffer und etwas abgeriebener Muskatnuss abschmecken.

Barbara Kastl am 04. Februar 2015

## Pfeffer-Dill-Soße

### Für zwei Personen

|                         |                       |                         |
|-------------------------|-----------------------|-------------------------|
| 1 Zwiebel               | $\frac{1}{2}$ Zitrone | 2 EL Butter             |
| 200 ml Sahne            | 250 ml Gemüesfond     | 1 EL Senf, mittelscharf |
| $\frac{1}{2}$ Bund Dill | 1 Muskatnuss          | 2 EL Pfeffer, grün      |
| 2 EL Mehl               | Kräuter der Provence  | Olivenöl, Salz          |
| bunter Pfeffer          |                       |                         |

Die Zwiebel abziehen und fein schneiden. Den Dill fein hacken. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Zwiebel darin goldbraun anbraten. Anschließend die Butter dazugeben und das Mehl darüber sieben. Mit dem Gemüesfond ablöschen und die Sahne dazugeben. Mit Kräutern der Provence und dem Senf würzen. Die eingelegten Pfefferkörner und den Dill zu der Sauce geben. Den Saft der halben Zitrone auspressen. Die Sauce mit den Kräutern der Provence, dem Zitronensaft, dem Muskat, dem Salz und dem bunten Pfeffer abschmecken.

Alexander Finger am 19. Januar 2015

## Cognac-Soße

### Für zwei Personen

|                                       |   |                  |
|---------------------------------------|---|------------------|
| 1 Schalotte                           | 1 Frühlingszwiebel                      | 1 Zweig Estragon |
| $\frac{1}{2}$ TL Ayvar (Paprikapaste) | 1 TL Butterschmalz                      | 20 ml Cognac     |
| 100 ml Sahne                          | $\frac{1}{2}$ TL eingel. grüner Pfeffer | Salz, Pfeffer    |

Die Schalotte abziehen, die Frühlingszwiebel von den Enden befreien und beides fein würfeln. Mit dem eingelegten Amazonas Pfeffer und einem Teelöffel Butterschmalz in einer Pfanne anschwitzen. Mit dem Cognac flambieren, bis der Alkohol verkocht ist. Mit der Sahne ablöschen und mit Salz, Pfeffer und der Paprikapaste abschmecken. Die Sauce einige Minuten reduzieren lassen.

Wencke Dieken am 16. Juli 2014

## Weißwein-Soße

### Für zwei Personen

|                           |                        |                        |
|---------------------------|------------------------|------------------------|
| 1 Zwiebel                 | 1 Zehe Knoblauch       | 250 ml Sahne           |
| 250 ml Trockener Weißwein | 250 ml Fischfond       | 100 ml Crème de Cassis |
| 1 TL Sambal Oelek         | 1 TL Johannisbeergelee | 1 Zweig Basilikum      |
| 1 Zweig Oregano           | 3 Pimentkörner         | 1 Lorbeerblatt         |
| Olivenöl                  |                        |                        |

Für die Sauce die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und grob hacken. Beides in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen und mit dem Weißwein und dem Fischfond ablöschen. Das Sambal Oelek, das Johannisbeergelee und den Crème de Cassis zusammen mit den Pimentkörnern und dem Lorbeerblatt dazugeben und alles reduzieren lassen. Die Sauce anschließend durch ein Sieb geben. Das Basilikum und den Oregano vom Stiel zupfen, mit den Kräutern vermengen und aufschäumen.

Lennart Fricke am 16. Juli 2014

## Kräuter-Limetten-Butter-Soße

### Für zwei Personen

|                                      |                       |                  |
|--------------------------------------|-----------------------|------------------|
| 2 Limetten                           | 125 g Butter          | 2 EL Schlagsahne |
| $\frac{1}{2}$ Bund gemischte Kräuter | Zucker, Salz, Pfeffer |                  |

In einer Pfanne die Butter zerlassen. Die Limetten waschen und halbieren und den Saft in die Pfanne pressen, eine Prise Zucker dazugeben und alles mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schlagsahne schaumig schlagen. Die Kräuter fein schneiden, zu der Sahne geben und beides unter die Sauce heben.

Annerose Landmann am 16. Juli 2014

## Rotwein-Butter-Soße

### Für zwei Personen

|                       |                   |                 |
|-----------------------|-------------------|-----------------|
| 1 rote Zwiebel        | 50 g kalte Butter | 125 ml Rotwein  |
| 125 ml roter Portwein | 20 ml Marsala     | 1 Zweig Thymian |
| 10 g Zucker           |                   |                 |

Für die Rotweinbutter die Zwiebel abziehen und in Streifen schneiden. Den Zucker in einem Topf hellbraun karamellisieren, die roten Zwiebelstreifen zugeben und kurz mitrösten lassen. Mit dem Rotwein ablöschen und auf die Hälfte einkochen lassen. Den Thymianzweig waschen und kleinhacken. Den Portwein mit dem Thymian und dem Marsala zur Sauce hinzugeben und alles auf etwa 100 Milliliter einreduzieren lassen und durch ein feines Sieb passieren. Zum Schluss das Stück kalte Butter in Würfel schneiden nach und nach unter ständigem Rühren zugeben.

Tom Grischko am 18. Juni 2014

## Mango-Salsa

### Für zwei Personen

|                      |                 |                         |
|----------------------|-----------------|-------------------------|
| 1 Mango              | 1 Limette       | 25 g Koriandergrün      |
| 1 kleine Chilischote | Balsamicoessenz | Olivenöl, Salz, Pfeffer |

Für die Salsa eine halbe Mango schälen und fein würfeln. Anschließend die Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. Die Limette halbieren und den Saft auspressen. Die Zwiebelringe und die Mangowürfel mit dem Limettensaft vermischen und den restlichen Koriander hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Julia Schlegel am 24. April 2014

## Frankfurter Grüne Soße

### Für zwei Personen

|                            |               |                 |
|----------------------------|---------------|-----------------|
| 1 Bund Grüne-Sauce-Kräuter | 2 Eier        | 50 ml Milch     |
| 100 g Mayonnaise           | 100 g Schmand | 1 Zitrone       |
| 1 TL mittelscharfer Senf   | 2 EL Mehl     | 100 ml Olivenöl |
| Butter, Salz, Pfeffer      |               |                 |

Die Eier hart kochen, kalt abschrecken und pellen. Die Grüne-Sauce-Kräuter waschen, trocknen und klein hacken. Die Eier in kleine Stücke schneiden. Die Mayonnaise, Schmand und Milch in einer Schüssel verrühren. Die Zitrone halbieren, auspressen und zwei Esslöffel Zitronensaft dazugeben. Die Sauce mit Senf, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kräuter und die Eier dazugeben und alles vermengen. Die Sauce kalt stellen.

Christine Jodl-Reis am 02. April 2013

## Champignon-Soße

### Für 2 Personen

|                  |                          |                   |
|------------------|--------------------------|-------------------|
| 1 Knoblauchzehen | 150 g braune Champignons | 1 Schalotte       |
| 2 Zweige Thymian | 1 EL Butterschmalz       | 100 ml Gemüsefond |
| 150 ml Sahne     | Muskat, Pfeffer, Salz    |                   |

Die Champignons mit einem Pinsel putzen und vierteln. Die Schalotte und die Knoblauchzehe abziehen und würfeln. Den Thymian waschen, trocken schütteln und abzupfen. Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen und alles anbraten. Danach auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Bratensatz mit dem Gemüsefond und der Sahne ablöschen und einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Anschließend die Champignons, den Knoblauch, die Schalotte und den Thymian wieder dazugeben.

Sandra Gierl am 07. Februar 2013

## Französische Butter-Soße mit Vanille

### Für zwei Personen

1 Schalotte                      1 Zitrone                      1 Vanilleschote  
50 g eiskalte Butter    1 EL Orangensaft    100 ml Champagner  
Salz, Pfeffer

Die Schalotte abziehen und in sehr feine Würfel schneiden. In einem kleinen schweren Topf den Champagner mit den Schalottenwürfeln bei kleiner Hitze bis auf zwei Esslöffel reduzieren. Dann zwei Esslöffel Wasser und eine halbe aufgeschnittene Vanilleschote dazugeben. Alles noch einmal kurz aufkochen lassen. Die eingefrorenen Butterwürfel nun langsam, nach und nach, mit einem Schneebesen unter die Flüssigkeit rühren. Mit Salz, Pfeffer, dem Orangensaft und etwas Zitronensaft abschmecken, beiseite stellen und nachziehen lassen, dann die Vanilleschote entfernen.

Elke Möller am 07. Februar 2013

## Pilz-Soße

### Für 4 Personen

300 g Pfifferlinge            1 EL Butter                      1 rote Zwiebel  
1 Knoblauchzehe            1 Lorbeerblatt                  1 Nelke  
Weisswein                      Sahne, Salz, Pfeffer    Sojasauce  
gehackte Petersilie

Für die Pilz-Soße die Zwiebel und den Knoblauch schälen, fein würfeln. Die Butter mit dem Bratensatz in die Pfanne geben und erhitzen, die Zwiebeln hinzufügen und andünsten. Die tiefgekühlten Pfifferlinge hinzugeben und mitdünsten, bis die Pfifferlinge weich werden und das Wasser nahezu verdampft ist. Mit trockenem Weisswein ablöschen. Lorbeerblatt und Nelke hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen, köcheln lassen. Mit Sahne verfeinern, bei Bedarf einen Teelöffel Kartoffelmehl mit etwas kaltem Wasser auflösen und unterrühren, um die Sauce damit zu binden. Zum Schluss mit Sojasauce, Salz und Pfeffer abschmecken. Nelke und Lorbeerblatt herausnehmen und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Karin Schindler am 08. Januar 2013

## Gorgonzola-Soße

### Für zwei Personen

300 g Mangold                      1 Zwiebel                      1 Knoblauchzehe  
200 g Gorgonzola            150 g Schlagsahne            200 ml trockener Weißwein  
Sesamöl, Muskatnuss    Butter, Pfeffer, Salz

Den Mangold gründlich waschen, trocknen und in Streifen schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Den Gorgonzola in kleine Würfel schneiden. Sesamöl und etwas Butter in einer Pfanne erhitzen. Die klein gehackten Zwiebeln darin glasig andünsten. Den Mangold und den Knoblauch hinzugeben und etwa fünf Minuten dünsten. Mit dem Weißwein ablöschen, den gewürfelten Gorgonzola und die Sahne hinzugeben und etwas reduzieren lassen. Zum Abschmecken etwas Muskatnuss hineinreiben und Salz und Pfeffer hinzugeben.

Edith Brühl am 07. März 2012

## Chili-Tomaten-Soße

### Für 2 Personen

|                |                   |                    |
|----------------|-------------------|--------------------|
| 4 Tomaten      | 1 Karotte         | 1 Knoblauchzehe    |
| 1 Chili-Schote | 1 Vanilleschote   | 250 ml Tomatensaft |
| 30 g Butter    | schwarzer Pfeffer | Salz               |

Die Tomaten waschen, würfeln und in der Butter andünsten. Danach mit dem Tomatensaft ablöschen und einkochen. Die Knoblauchzehe abziehen und klein schneiden. Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen. Die Chili-Schote ebenfalls der Länge nach aufschneiden, von den Kernen befreien und klein schneiden. Die Karotte waschen und reiben. Den Knoblauch, die Chili, das Vanillemark, die geriebene Karotte und den Zucker zu den Tomaten geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Christian Pfarr am 26. Januar 2011

## Safran-Soße

### Für 2 Personen

|                          |                  |                 |
|--------------------------|------------------|-----------------|
| 2 Schalotten             | 2 Eier           | 40 g Butter     |
| 200 ml Schlagsahne       | 100 ml Fischfond | 5 EL Anispastis |
| 200 ml Weißwein, trocken | 3 EL Distelöl    | Safran          |
| schwarzer Pfeffer        | Salz             |                 |

Die Schalotten abziehen, fein würfeln und in der Butter anbraten. Die Schalotten mit dem Anispastis, dem Weißwein und dem Fischfond ablöschen und zwei Minuten kochen lassen. Anschließend die Schlagsahne und den Safran hinzugeben, salzen und pfeffern und für sieben Minuten einkochen lassen. Die Soße passieren und nochmals kurz aufkochen lassen.

Karola Vosen am 06. Mai 2010

# Index

- Apfel, 21, 22, 25, 27, 30, 37, 40
- Balsamico, 6, 9, 11–13, 19, 29, 39, 44
- Barbecue, 6, 30
- Bearnaise, 15, 18, 34
- Bolognese, 1–3
- Butter, 2–10, 12, 14–19, 21–31, 33–35, 37–46
- Champignon, 3, 10, 21, 24, 25, 39, 41, 42, 44
- Chili, 4–6, 11, 13, 14, 17, 20–22, 25, 26, 28, 30–32, 37, 41, 44, 46
- Curry, 8, 14, 19, 22, 31, 32
- Erbsen, 42
- Fisch, 6, 18, 20, 29, 30, 33, 38, 43, 46
- Grüne, 13, 44
- Gurke, 28, 41
- Hollandaise, 2, 12, 21, 33, 34
- Käse, 7, 26, 37
- Knoblauch, 1–8, 10, 11, 14–26, 28–31, 33, 36–41, 43–46
- Kräuter, 4, 6, 8, 9, 12–15, 18, 19, 22, 25, 28, 32, 34, 38, 39, 41–44
- Lauch, 39
- Limette, 6, 13, 14, 25, 31, 41, 43, 44
- Möhren, 1–3, 8, 9, 17, 23, 26, 27, 31, 36, 39, 46
- Mangold, 45
- Maronen, 4
- Mayonnaise, 44
- Obst, 16, 17, 20, 31, 32, 34, 35, 45
- Paprika, 4, 14, 20, 29
- Pfeffer, 2, 8, 9, 11, 14, 15, 18, 21, 23–25, 29, 30, 32–34, 37, 38, 42
- Pilz, 3, 5, 10, 14, 18, 21, 24, 25, 27, 39, 41, 42, 44, 45
- Pilze, 3, 5, 10, 14, 18, 21, 24, 25, 27, 39, 41, 42, 44, 45
- Rahm, 4, 10, 14, 15, 23, 27
- Rettich, 15, 24, 26, 30
- Rote-Bete, 15, 19
- Rotwein, 1–3, 5, 9, 16, 17, 23, 25–29, 33, 35, 37–39, 43
- Rouille, 20, 21, 29, 36
- Safran, 20, 21, 29, 33, 36, 46
- Salsa, 25, 28, 32, 41, 44
- Sauerampfer, 13
- Sellerie, 1–3, 9, 17, 23, 26, 27, 30, 37, 39
- Senf, 5, 8, 10, 12, 13, 18, 19, 30, 32, 33, 35, 38, 40–42, 44
- Sesam, 7, 8, 11, 45
- sonstige, 31
- Speck, 1–3, 33, 42
- Tomaten, 1–6, 9–11, 17, 19, 22–30, 36–41, 46
- Vanille, 36, 38, 45, 46
- Wein, 2–4, 6, 8, 10, 12, 14–19, 21, 22, 25, 26, 30–34, 37, 38, 41–43, 45, 46
- Wild, 5, 6, 9, 12, 23, 27