

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Profi: Beilagen

2008-2011

125 Rezepte

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

Inhalt

Apfel-Rahm-Sauerkraut	1
Apfel-Sauerkraut	1
Auberginen-Püree	1
Bärlauch-Couscous	2
Böhmische Knödeln	2
Bohnen-Gemüse	2
Bohnen-Tomaten-Gemüse	3
Bratkartoffel-Salat	3
Brezen-Knödel	3
Brunnen-Kresse-Kartoffel-Püree	4
Butter-Klößchen	4
Butter-Reis	4
Champignon-Nudeln	5
Couscous	5
Cremiger Kartoffel-Salat	5
Curry-Grünkohl	6
Curry-Spätzle	6
Dreierlei Kartoffel-Klöße	7
Fenchel-Gemüse	8
Fladenbrot	8
Frühling-Gemüse	8
Frischkäse-Nocken	9
Fruchtiges Bratgemüse	9
Gebatener Fenchel	9
Gebatener Radicchio	10
Gedünsteter Blumenkohl	10

Gegrilltes Gemüse	11
Gemüse von Shiitake-Pilzen mit gerösteten Auberginen	11
Gemüse-Curry	12
Gemüse-Julienne	12
Gewürz-Reis	12
Gewürz-Reis	13
Gewürz-Risotto	13
Grünes Erbsen-Püree	14
Gratinierte Schwarzwurzeln	14
Gurken-Gemüse	14
Italienisches Kartoffel-Gemüse	15
Käse-Rösti	15
Käse-Spätzle	16
Kürbis-Gemüse	16
Kürbis-Püree	16
Karamellisierter Spitzkohl	17
Karotten	17
Kartoffel-Gratin	17
Kartoffel-Knödel	18
Kartoffel-Kroketten	18
Kartoffel-Linsen-Gemüse	19
Kartoffel-Mousse	19
Kartoffel-Muffins	19
Kartoffel-Nester	20
Kartoffel-Püree	20
Kartoffel-Panachée	20
Kartoffel-Puffer	21
Kartoffel-Rösti	21
Kartoffel-Risotto	22
Kartoffel-Roulade	22
Kartoffel-Salat	23
Kartoffel-Salat	23
Kartoffel-Stampf	24

Kartoffel-Stampf	24
Kartoffel-Würfel	24
Kichererbsen-Püree	25
Knoblauch-Baguette	25
Kohlrabi-Gemüse	25
Kräuter-Kartoffel-Plätzchen	25
Kräuter-Schmand-Pasta	26
Lauch-Gemüse	26
Mango-Polenta	27
Melonen-Chutney	27
Nudel-Risotto	27
Orangen-Grapefruit-Risotto	28
Paprika-Relish	28
Pasta mit Knoblauch, Chili und Öl	28
Pastinaken-Nudeln	29
Pastinaken-Püree	29
Pellkartoffeln	29
Pikante Brokkoli-Pfanne	29
Poletto-Lasagne-Blätter	30
Prinzessinnen-Püree	30
Quark-Knödel	30
Rahm-Sauerkraut	31
Rahm-Spinat	31
Rahm-Spinat	31
Rahm-Wirsing	32
Ratatouille	32
Reis-Plätzchen	32
Risi-Pisi	33
Rotkraut	33
Rotkraut	34
Süßkartoffel-Püree	34
Süßsaures Rettich-Gemüse	34
Safran-Gnocchi	35

Safran-Risotto	35
Safran-Risotto	36
Safran-Risotto	36
Sauerkraut	36
Schnelles asiatisches Gemüse	37
Schnittlauch-Flädle (dünne Pfannkuchen)	37
Schwarzwurzeln a la Creme	37
Sellerie-Püree a la King	38
Semmel-Knödel	38
Shiitake Pak-Choi Gemüse	38
Spätzle	39
Spargel klassisch	39
Spargel-Kartoffel-Gemüse	39
Speck-Sellerie-Stampf	40
Speckbrot	40
Spinat-Pilz-Gemüse	40
Spinat-Risotto	41
Spitzkohl mit Orangen	41
Stampf-Kartoffeln mit Röstzwiebel	41
Steckrüben-Möhren-Gemüse	42
Sushi-Reis für Anfänger	42
Sushi-Reis richtig kochen	42
Sushi-Reis Teil II	42
Tomaten-Chutney	43
Tomaten-Risotto	43
Vanille-Möhren	44
Walnuss-Möhren-Reis	44
Weihnachtlicher Rotkohl	45
Wirsing-Gemüse	45
Wirsing	46
Zitronen-Risotto	46
Zitronen-Risotto	47
Zucchini-Gemüse	47

Index **48**

Apfel-Rahm-Sauerkraut

Für 4 Personen

1 Zwiebel, groß	1 EL Öl	800 g Sauerkraut
100 ml Weißwein	400 ml Gemüsebrühe	1 Pfefferkörner, schwarz
2 Wacholderbeeren	1 Lorbeerblatt	50 g Sahne
4 EL Apfelmus	3 EL Butter	Curry, Cayennepfeffer
Zucker, Salz		

Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. In einem Topf im Öl bei milder Hitze die Zwiebeln glasig anschwitzen. Das Sauerkraut dazu geben und kurz anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und fast völlig einreduzieren lassen. Mit Brühe aufgießen und etwa 45 Minuten bei milder Hitze schmoren. Pfeffer, leicht angedrückte Wacholderbeeren und Lorbeerblatt in einen Einwegbeutel füllen. Nach 30 Minuten Apfelmus und die Gewürze im Teebeutel dazu geben. Nach Garzeitende die Gewürze entfernen, Butter und die Sahne zugeben. Mit einer Prise Cayennepfeffer, Curry, Zucker und gegebenenfalls Salz abschmecken.

Alfons Schuhbeck am 27. November 2009

Apfel-Sauerkraut

Für 2 Personen

Salz, Pfeffer	1 EL Butter	250 ml trockener Weißwein
200 g Sauerkraut	1 Lorbeerblatt	1 TL Wacholderbeeren
1 TL Bio-Gemüsebrühe	1 Prise Zucker	2 Äpfel

Die Schalotten schälen und fein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Den Wein hinzufügen, Sauerkraut, Lorbeerblatt, zerdrückte Wacholderbeeren, Brühenpulver, 1 Prise Zucker und etwas Pfeffer zugeben und alles gut vermengen. Zugedeckt das Kraut weich dünsten. Äpfel schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Apfelviertel in feine Spalten schneiden. Nach ca. 15 Minuten Kochzeit die Apfelspalten zum Kraut geben und nochmals ca. 5 Minuten das Kraut kochen. (Die Flüssigkeit des Krauts sollte restlos verflüchtigt sein, dazu evtl. den Deckel abnehmen und bei großem Feuer reduzieren.) Mit Salz und Pfeffer das Sauerkraut abschmecken.

Vincent Klink Mittwoch, 07. Januar 2009

Auberginen-Püree

Für 2-4 Personen

2 Auberginen	2 El Olivenöl	100 ml Gemüsebrühe
2 Lorbeerblätter	Salz, Pfeffer, Zitronensaft	1 Tl Honig

Auberginen putzen und längs halbieren. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Auberginen auf der Schnittfläche hellbraun anbraten. Brühe und Lorbeerblätter zugeben und zugedeckt bei mittlerer Hitze 8 Min. dünsten. Auberginen aus der Pfanne nehmen, kurz abkühlen lassen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel von der Schale nehmen. Fruchtfleisch in einer Schüssel mit Salz, Pfeffer, etwas Zitronensaft und Honig würzen und mit dem Schneidstab fein pürieren.

Tim Mälzer am 31. 07. 2010

Bärlauch-Couscous

Für 4 Personen

10 ml Olivenöl, mild	250 ml Geflügelfond	250 g Instant-Couscous
1 Schote Paprika, rot	1 Zucchini, gelb	1 Zucchini, grün
1 Aubergine	2 Schalotten	1 Zitrone, unbehandelt
Meersalz, Pfeffer		

Die Schale einer halben Zitrone fein abreiben und den Saft der Hälfte pressen. Den Geflügelfond einmal aufkochen, über den Couscous gießen und fünf Minuten quellen lassen. Nun mit einer Gabel auflockern und den Couscous mit etwas Zitronensaft und -schale abschmecken. Die beiden Zucchini und die Aubergine waschen. Die Schale mit Hilfe eines Sparschälers dünn abschälen. Die Paprika waschen, schälen und in feine Streifen schneiden. Die Schalotten schälen und in Streifen scheiden. Zehn Milliliter Olivenöl erhitzen, die Gemüsestreifen darin anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen und den Couscous unterrühren.

Johann Lafer am 29. Mai 2010

Böhmische Knödeln

Für 4 Personen

250 ml Vollmilch	42 g Hefe	1 EL Zucker
350 g Mehl	2 Eier	150 g Grieß
20 g Salz	4 Brötchen, altbacken	50 g Butter

Vier Esslöffel leicht erwärmte Milch mit Hefe, Zucker und vier Esslöffeln Mehl vermengen und gehen lassen. Das restliche Mehl mit den Eiern, Grieß, der restlichen Milch und Salz in eine Schüssel geben. Den Vorteig zugeben und alles zu einem glatten, glänzenden Teig kneten. An einem warmen Ort 20 bis 30 Minuten gehen lassen. Die Brötchen in feine Würfel schneiden, in einer Pfanne rösten und unter den Teig kneten. Den Teig walzenförmig ausrollen, nochmals leicht gehen lassen und in einen Dämpfeinsatz über kochendem Wasser, alternativ in ein über den Topf gespanntes Tuch geben. Mit dem Deckel verschließen. Nach 30 Minuten die Knödel herausnehmen. Die Knödel mit einem Bindfaden in Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne bräunen und über die Knödelscheiben gießen.

Kolja Kleeberg am 16. Dezember 2011

Bohnen-Gemüse

Für 4 Personen

400 g grüne Bohnen	4 El Öl	1/2 Bund Bohnenkraut
Salz, Pfeffer, Zucker	150 ml Fleischbrühe	1 EL Butter
3 El geröstete Haselnüsse	1/2 Bund Petersilie	

Die Bohnen putzen. Öl in einem Topf erhitzen und die Bohnen darin 2 Min. andünsten. Die Hälfte des Bohnenkrauts grob hacken und zugeben. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker würzen. Brühe und Butter und die Bohnen zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 8 Min. garen. Nüsse grob hacken. Restliches Bohnenkraut mit den Nüssen unter die Bohnen mischen.

Tim Mälzer am 16. 10. 2010

Bohnen-Tomaten-Gemüse

Für 4 Personen

300 g Bohnen, breit	4 Tomaten	150 ml Gemüsebrühe
1 Msp. Orangenabrieb	1 Msp. Zitronenabrieb	1 EL Butter, braun
1 Prise Bohnenkraut	Salz, Chili	

Die Tomaten über Kreuz einschneiden und in kochendem Wasser etwa 30 Sekunden blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken. Die Haut abziehen, vierteln und die Kerne raus schneiden. Die Tomatenzungen in grobe Würfel schneiden. Bohnen schräg in ein bis zwei Zentimeter dicke Stücke schneiden und in Salzwasser blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken. Bohnen mit der Brühe in einer Pfanne erwärmen, Bohnenkraut, Orangen- und Zitronenabrieb mit den Tomatenwürfeln zugeben und mit Salz und Chili würzen. Zum Schluss die braune Butter zugeben.

Alfons Schuhbeck am 22. August 2008

Bratkartoffel-Salat

Für 4 Personen

500 g Kartoffeln	4 EL Olivenöl	2 Schalotten
300 ml Geflügelbrühe	3 EL süßer Senf	1 EL Estragonessig
Salz, Pfeffer	1 Bund Radieschen	1/2 Bund Schnittlauch

Kartoffeln waschen und gut bürsten. Dann in gleichmäßige Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl langsam goldgelb braten. Schalotten schälen, fein würfeln und kurz vor Ende der Garzeit mit zu den Kartoffeln geben und anbraten. Alles aus der Pfanne nehmen und in eine Schüssel geben. Für die Vinaigrette die Geflügelbrühe erwärmen. Den süßen Senf und das restliche Olivenöl einrühren und mit Estragonessig, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Dressing warm über die Kartoffelscheiben geben und eine halbe Stunde ziehen lassen. Dann nochmals abschmecken. Radieschen waschen und in Stifte schneiden. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und zusammen mit den Radieschen unter den Salat heben.

Michael Kempf Freitag, 19. September 2008

Brezen-Knödel

Für 2 Personen

3 Brezeln vom Vortag	ca. 100 ml Milch	2 Schalotten
1 EL Butterschmalz	1/2 Bund Blattpetersilie	1 Prise Majoran, getrocknet
1 Ei	1 Eigelb	Salz, Pfeffer
1 Prise Muskat		

Die Brezeln grob zerbrechen, mit heißer Milch übergießen und mindestens 10 Minuten quellen lassen. Schalotten schälen und fein schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Schalotten in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz glasig dünsten und zu den Brezeln geben. Petersilie, Majoran, Ei, Eigelb untermischen, mit wenig Salz, Pfeffer, Muskat würzen und alles gut vermengen. Mit nassen Händen einen Probeknödel formen und in siedendes Salzwasser geben. 20 Minuten gar ziehen lassen. Wenn der Knödel zerfällt, noch Semmelbrösel zum Teig geben; ist er zu fest, eventuell noch Ei oder etwas Milch untermengen. Dann aus dem Teig Knödel formen und diese 20 Minuten in siedendem Salzwasser gar ziehen lassen.

Vincent Klink und O. Koch, 30. Mai 2008

Champignon-Nudeln

Für 4 Personen

320 g Bandnudeln, grün	80 g Frühstücksspeck	2 Schalotten
1 Zehe Knoblauch	1 Chilischote, rot	200 g Champignons
2 EL Olivenöl	60 ml Weißwein, trocken	200 ml Sahne
Salz, Pfeffer		

Die Nudeln nach Packungsanweisung in kochendem Salzwasser garen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Speckstreifen darin kurz anbraten. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen und fein würfen. Die Chilischote entkernen und ebenfalls fein hacken. Schalotten, Knoblauch und Chili zum Speck dazugeben. Nach Bedarf noch etwas Olivenöl hinzufügen. Unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze weiter dünsten. Die Champignons putzen, in Scheiben schneiden und zugeben. Das Ganze mit Weißwein ablöschen und mit Sahne auffüllen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und reduzieren lassen. Die Nudeln in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, anschließend vorsichtig mit der Soße vermengen.

Horst Lichter am 08. Mai 2010

Couscous

Für 4 Personen

150 g Couscous (moyen)	280 ml Gemüsefond	80 g Tomatenwürfel, abgezogen
2-3 Blättchen Majoran	Estragon, Thymian	Basilikum, Raz-el-Hanout
Koriander, Pfeffer	Chili, Meersalz	

Den Couscous mit den Gewürzen mischen, den kalten Gemüsefond dazugeben und 20 Minuten ziehen lassen. Der Couscous sollte noch Biss haben, aber nicht zu hart sein. Bei Bedarf noch etwas Brühe nachgießen und erneut quellen lassen. Kurz vor dem Anrichten den Couscous in einer heißen Pfanne schwenken und mit den Tomatenwürfeln, Majoran und jeweils einem Teelöffel fein geschnittenen Estragon, Thymian und Basilikum mischen. Nochmals vorsichtig mit einer großen Prise Raz el Hanout abschmecken.

Johannes King am 09. September 2011

Cremiger Kartoffel-Salat

Für 2 Portionen

300 g vorgekochte Kartoffeln	200 g Crème-fraîche	Frühstücksspeck
50 g Butter	Salz, Pfeffer	

Den Speck in dünne Streifen schneiden und in der heißen Pfanne kross anbraten; das ausgetretene Fett abseihen. Für den Kartoffelsalat die gekochten Kartoffeln abpellen und würfeln. Weiche Butter in eine Schale geben, mit den Kartoffelwürfeln, der Crème-fraîche vermengen. Die Speckstreifen mit zu den Kartoffeln geben und verrühren; mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Steffen Henssler am 06. 07. 2011

Curry-Grünkohl

Für 4 Personen

800 g Grünkohl	Salz	5 Zwiebeln
1-2 El Butterschmalz	3 Tl Currypulver	100 g Rosinen
50 g Pinienkerne	100 g durchwachsener Speck	500 ml Gemüsebrühe
Pfeffer	1 säuerlicher Apfel	

Grünkohlblätter von den Stielen zupfen, waschen und sehr gut abtropfen lassen. In kochendem Salzwasser 5 Minuten blanchieren, abgießen und abtropfen lassen. Grünkohl sehr gut ausdrücken und grob hacken. Zwiebeln fein würfeln. Butterschmalz in einem Topf zerlassen, Zwiebeln glasig dünsten, Currypulver, Pinienkerne und Rosinen zugeben und kurz mitdünsten. Grünkohl und Speck zugeben und mit Gemüsebrühe auffüllen, salzen und pfeffern. Bei mittlerer Hitze zugedeckt 30 bis 60 Minuten schmoren. Apfel vierteln, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Unter den Grünkohl mischen und 10 Minuten mitgaren.

Tim Mälzer am 14. 11. 2009

Curry-Spätzle

Für 4 Personen

1 EL Currypulver	1 TL Kurkuma	500 g Mehl
8 Eier (Kl. M)	Muskatnuss, Salz, Pfeffer	

Currypulver und Kurkuma mit dem Mehl mischen. Das Ganze in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken. Drei Eier trennen. Die übrigen ganzen Eier, die Eidotter und einen Teelöffel Salz in die Mulde geben. Alles von der Mitte aus mit einem Holzlöffel gründlich miteinander vermengen. Den Spätzleteig mit frisch geriebener Muskatnuss würzen. Anschließend den Teig so lange kräftig schlagen, bis er große Blasen wirft. Der Teig ist optimal, wenn er zäh vom Löffel fällt ohne zu reißen. Sonst noch etwas Mehl oder Wasser untermengen. Reichlich Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen und gut salzen. Den Teig portionsweise in eine Spätzlepresse füllen. Den Spätzleteig in das kochende Wasser drücken und die Spätzle garen. Sie sind fertig, wenn sie an der Oberfläche schwimmen. Mit einer Schaumkelle herausheben, in Eiswasser abschrecken und gut abtropfen lassen. Oder, für Geübte, den Spätzleteig vom Brett schaben.

Johann Lafer am 04. September 2010

Dreierlei Kartoffel-Klöße

Für vier Personen:

Kartoffel-Spinat-Kloß:

300 g mehliges Kartoffeln 200 g frischer Spinat 70 g Mehl
1 Eigelb Salz, Pfeffer, Muskat

Kartoffel-Parmesan-Kloß:

500 g mehliges Kartoffeln 100 g Mehl 1 Eigelb
80 g geriebener Parmesan Salz, Pfeffer, Muskat

Kartoffel-Speck-Kloß:

500 g mehliges Kartoffeln 80 g magerer Speck 100 g Mehl
1 Zwiebel 1 Eigelb 1 EL gehackte Petersilie
Salz, Pfeffer, Muskat

Für jede Kloßsorte sieht die Vorbereitung gleich aus: Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen. Die heißen Kartoffeln mit einem Kartoffelstampfer zu einem glatten Teig verarbeiten.

Je nach Kloßsorte wird dann unterschiedlich weitergemacht:

Für Spinatklöße den frischen Spinat waschen, ihn ohne weitere Zugabe in einem Topf etwa fünf Minuten dünsten. Spinat grob hacken, würzen, mit Eigelb und Mehl zu den gestampften Kartoffeln geben. Etwa drei Minuten zu glattem Teig kneten.

Für Parmesanklöße den Kartoffelteil würzen, dann Eigelb, Mehl und den geriebenen Parmesan sorgfältig unterarbeiten.

Für Speckklöße den Speck in einer Pfanne mit sehr klein geschnittenen Zwiebelwürfeln anschwitzen. Beides mit Eigelb, Petersilie, Gewürzen und Mehl unter die Kartoffeln mischen.

Für alle Sorten geht es gleich weiter: Aus dem Teig mehrere Rollen von gut zwei Zentimeter Durchmesser formen. Von jeder Rolle zwei Zentimeter dicke Scheiben (am besten mit einem Teigschaber) abtrennen und zu Klößen formen. Diese in kochendem Salzwasser garen, bis sie an der Oberfläche schwimmen.

Tipps:

Das Mehl peu à peu unter die Kartoffelmasse heben: Mit zu wenig Mehl zerfallen Klöße, mit zu viel Mehl werden sie zu fest.

Das Praktische an den Teigrollen: Mit ihnen bekommt man gleichgroße Klöße, kann Portionen besser kalkulieren - und alle Klöße werden zur selben Zeit gar. Wer viele Klöße zubereitet, sollte nicht alle auf einmal ins heiße Wasser geben: Dann fällt die Temperatur und sie verkleistern nicht, das heißt sie können auseinanderfallen. Hände vorm Kloßformen anfeuchten, dann klebt der Teig nicht so stark. Für schöne Kugeln braucht es etwas Übung.

Für die Würze am besten Muskatnuss frisch auf einer feinen Reibe reiben. Bei fertigem Muskatpulver ist oft schon das typische Aroma verflogen.

test November 2010

Fenchel-Gemüse

Für 4 Personen

4 Knollen Fenchel 4 EL Olivenöl 1 EL Zucker
2 EL Kräuternessig 1 EL Fenchelsamen 2 cl Anisschnaps
Pfeffer, Salz

Den Fenchel putzen, in dünne Scheiben schneiden und bei milder Hitze im Olivenöl andünsten. Nach etwa drei Minuten den Zucker, den Kräuternessig und die Fenchelsamen sowie Salz und Pfeffer hinzufügen. 20 bis 30 Minuten fertig garen. Nach Belieben zwei Zentiliter Anisschnaps an das Gemüse geben.

Horst Lichter am 20. September 2008

Fladenbrot

Für 2 Personen

150 g Mehl 40 ml Olivenöl 5 g Hefe
Pfeffer, Meersalz 2 EL Schwarzkümmel

Mehl, Olivenöl, Hefe und 50 ml Wasser vermengen und gut verkneten. Den Teig eine Stunde ruhen lassen, dann auf einer bemehlten Fläche hauchdünn ausrollen, mit einer Kaffeetasse Kreise ausstechen und diese mit etwas Wasser bepinseln.

Die Teigkreise pfeffern, salzen, mit etwas Schwarzkümmel bestreuen und im vorgeheizten Ofen bei ca. 220 Grad (Umluft: 200 Grad / Gasherd: Stufe 3) ca. 5 Minuten ausbacken.

Vincent Klink Donnerstag, 17. Juli 2008

Frühling-Gemüse

Für 6 Personen

300 g junger Spinat 1 rote Zwiebel 1 frische Knoblauchzehe
1 Bund junge Möhren 250 g Champignons 200 g Zuckerschoten
3 Frühlingszwiebeln 2 El Butter 3 El Olivenöl
Zucker, Salz, Pfeffer 200 ml Gemüsebrühe Muskatnuss, Zitronensaft

Spinat putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Zwiebel in Spalten schneiden. Knoblauch fein würfeln. Möhren schälen oder mit einer Gemüsebürste abreiben. Champignons putzen. Zuckerschoten putzen und schräg halbieren. Frühlingszwiebeln putzen und in 6 cm lange Stücke schneiden. 1 El Butter und Olivenöl in einem großen breiten Topf erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Möhren darin farblos dünsten. Frühlingszwiebeln, Pilze und Zuckerschoten zugeben. Mit etwas Zucker bestreuen und leicht salzen. Brühe und restliche Butter zugeben und 10-15 Min. bei mittlerer Hitze bissfest garen. Am Ende der Garzeit den Spinat zugeben und nur kurz zusammenfallen lassen. Herzhaft mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft würzen und zum Fisch servieren.

Tim Mälzer am 04. 09. 2010

Frischkäse-Nocken

Für 4 Personen

150 g Weißbrot, ohne Rinde 100 ml Milch 2 Eier
150 g Schafsfrischkäse 150 g Ricotta, weich 2 EL Hartweizengrieß
Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Das Brot in Würfel schneiden und mit Milch beträufeln. Eier mit Salz Pfeffer und Muskatnuss mischen. Schafsfrischkäse durch ein Sieb streichen und mit den Eiern und Ricotta vermischen. Grieß und das Weißbrot unterheben. Alles gründlich vermischen und die Masse kurz ruhen lassen. Nocken formen und in Salzwasser zehn Minuten köcheln lassen. Anrichten!

Steffen Henssler am 14. November 2008

Fruchtiges Bratgemüse

Für 2 Portionen

50 g Shiitake-Pilze 1 Sharon-Frucht 3 mittelgroße Kartoffeln
1/2 Brokkoli 1 Zwiebel Öl, Salz, Pfeffer, Chili
1 Knoblauchzehe eine Prise Zucker ein Schuss Weißweinessig

Als erstes die Zwiebel klein schneiden und in einer heißen Pfanne mit etwas Öl anschwitzen. Die Shiitake-Pilze vierteln, den Brokkoli in kleine Röschen schneiden. Die Kartoffeln in etwa 1 cm dicke Würfel schneiden. Eine Knoblauchzehe in feine Scheiben schneiden und mit den Zwiebeln kurz anschwitzen. Das Gemüse in die heiße Pfanne geben und mit einem kleinen Schuss Wasser köcheln lassen. Die Sharon klein schneiden und zu dem Gemüse geben. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen, mit einer Messerspitze Chili sowie einer Prise Zucker abschmecken und zum Schluss mit etwas Essig ablöschen. Das fruchtige Bratgemüse auf Tellern anrichten.

Steffen Henssler am 14. 11. 2011

Gebratener Fenchel

Für 4 Personen

2 kleine Fenchelknollen 150 g Kirschtomaten 1 Knoblauchzehe
4 El Olivenöl Salz Pfeffer

Fenchel putzen und in ca. 1 cm breite Spalten schneiden. Fenchelgrün grob hacken. Tomaten halbieren. Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. 2 El Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Fenchel und Knoblauch hineingeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten zugeben und 3 bis 4 Minuten unter Rühren garen. Mit dem restlichen Olivenöl beträufeln und mit den gefüllten Muschelnudeln servieren.

Tim Mälzer am 24. 04. 2010

Gebratener Radicchio

Für 4 Personen

2 Radicchio di Treviso 2 El Olivenöl 1 El Butter
Zucker

Radicchio putzen und längs vierteln. Öl und Butter in einer großen Pfanne erhitzen, den Radicchio mit einer Prise Zucker auf den Schnittflächen 1 bis 2 Minuten braten. Anschließend auf der ausgeschalteten Kochstelle 2 bis 3 Minuten gar ziehen lassen.

Tim Mälzer am 13. 02. 2010

Gedünsteter Blumenkohl

Für 4 Personen

1 kleiner Blumenkohl (ca. 600 g) 1 Bio-Zitrone 50 ml Milch
1 Zweig Rosmarin Salz 6 El Mandelblättchen
60 g Butter

Den Strunk unterhalb des Kohlkopfs abschneiden und alle Außenblätter entfernen. Den Strunk mit dem Messer einschneiden. Zitrone waschen und mit dem Sparschäler 4 Streifen Zitronenschale abschälen. 500 ml Wasser, Milch, Zitronenschale, Rosmarin und Salz in einen Topf geben. Den Blumenkohl mit dem Strunk nach unten in den Topf geben und zugedeckt 20 bis 25 Minuten bei mittlerer Hitze garen. Inzwischen Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Butter in einer weiteren Pfanne schmelzen, Mandelblättchen zugeben und kurz aufschäumen lassen. Blumenkohl gut abtropfen lassen und mit der Mandelmischung bestreut servieren.

Tim Mälzer am 13. 03. 2010

Gegrilltes Gemüse

Für 4 Personen

2 Auberginen	Salz	2 kleine Zucchini
150 g Champignons	1 gelbe Paprikaschote	1 rote Paprikaschote
3 schlanke Möhren	13 El Olivenöl	4 Tomaten
2–3 El Rotweinessig	1 Knoblauchzehe	8 Basilikumblätter
50 g geriebener ital. Hartkäse		

Auberginen schälen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Auf eine Platte geben und leicht salzen, 10 Minuten ziehen lassen.

Zucchini um das Kerngehäuse herum längs in dünne Scheiben schneiden. Champignons putzen und halbieren. Paprikaschoten schälen, vierteln, putzen und in dünne Streifen schneiden. Möhren schälen und mit einem Sparschäler in dünne Streifen schneiden.

2 El Öl in einer Grillpfanne erhitzen und die Zucchinischeiben auf jeder Seite hellbraun anbraten.

4 El Öl in einer zweiten Pfanne erhitzen, Pilze zugeben und 3–4 Minuten rundherum braten.

Zucchini aus der Pfanne nehmen. 3 El Öl in der Grillpfanne erhitzen und die Auberginenscheiben darin auf jeder Seite 2–3 Minuten braten, dabei evtl. noch etwas Öl zugeben.

Tomaten auf einer Haushaltsreibe reiben, sodass nur noch die Tomatenhaut übrig bleibt. Tomatensud mit 4 El Olivenöl, Rotweinessig und Salz würzen. Knoblauchzehe hacken, Basilikumblätter in Streifen schneiden und beides untermischen. Paprika, Möhren, Zucchini, Champignons und Auberginen untermischen. Alles auf eine Platte geben und mit geriebenem Käse bestreut servieren.

Tim Mälzer am 09. 07. 2011

Gemüse von Shiitake-Pilzen mit gerösteten Auberginen

Für 2 Portionen

1 Aubergine	1 Birne	50 g Shiitakepilze
1 Zwiebel	3 Stiele Minze	Olivenöl, Salz, Pfeffer
2 EL Mehl		

Die Aubergine in dünne Scheiben schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wälzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Auberginen darin anbraten. Eine weitere Pfanne mit Olivenöl erhitzen. Nun die Stielansätze der Shiitakepilze entfernen, die Birne in Stifte schneiden und beides in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zwiebel halbieren, in Scheiben schneiden, mit in die Pfanne geben und das Ganze schwenken. Die Auberginen aus dem Fett nehmen und auf einem Küchenkrepppapier oder Küchentuch abtropfen lassen. Abschließend die Minze fein hacken und zu den Shiitakepilzen in die Pfanne geben. Das Ganze auf einem Teller anrichten und die gerösteten Auberginen dazulegen.

Steffen Henssler am 28. 07. 2011

Gemüse-Curry

Für 2 Personen

100 g frische Bohnen	Salz	2 Karotten
1 Kohlrabi	1 Petersilienwurzel	10 Radieschen
1 Zwiebel	2 EL Olivenöl	1 EL Mehl
250 ml Gemüsebrühe	1 EL Curry	1/2 Bund glatte Petersilie
Pfeffer		

Bohnen putzen und in Salzwasser ca. 8 Minuten kochen, herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Karotten, Kohlrabi und Petersilienwurzel schälen, waschen und in grobe Stücke schneiden. Radieschen waschen, putzen und halbieren. Zwiebel schälen, in ca. 5 mm große Würfel schneiden und in einem Topf oder einer großen Pfanne mit 2 EL Olivenöl anschwitzen. Die grob geschnittenen Gemüsestücke und Radieschen zugeben, kurz anbraten, mit Mehl bestäuben und mit der Brühe ablöschen. Zugedeckt ca. 8 Minuten dünsten.

Vincent Klink Donnerstag, 19. Mai 2011

Gemüse-Julienne

Für 6 Personen

1 Möhre	1/4 Sellerieknolle	0,5 Stange Lauch
Salz		

Gemüse putzen, waschen und bis auf den Lauch schälen. Alles in sehr dünne, 3 cm lange Streifen schneiden und in kochendem Salzwasser 1 Minute blanchieren, abgießen, abschrecken und sehr gut abtropfen lassen. In Suppenteller geben und mit heißer Consommé übergießen.

Tim Mälzer am 06. 03. 2010

Gewürz-Reis

Für 4 Personen

4 St. langer Pfeffer	4 Kapseln Kardamomsaat	300 g Basmati-/Duftreis
2 Lorbeerblätter	Salz	

Pfeffer und Kardamom in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis die Gewürze zu duften beginnen. Anschließend den Pfeffer im Mörser fein zerstoßen.

Reis in reichlich kaltem Wasser zweimal waschen und in einem Sieb abtropfen lassen.

Reis mit Pfeffer, Kardamom, Lorbeerblättern, Salz und 600 ml kaltem Wasser in einen mittelgroßen Topf geben, zugedeckt aufkochen und bei sehr milder Hitze 15–20 Min. garen.

Tim Mälzer am 12. 11. 2011

Gewürz-Reis

Für 2 Personen

80 g Basmatireis	1 Zwiebel	1/2 Zimtstange
2 Kardamomkapseln	2 Gewürznelken	3 schwarze Pfefferkörner
1 EL Butterschmalz	1 Prise Kurkuma	40 g Cashewnüsse

Den Reis gut mit kaltem Wasser abspülen. Die Zwiebel schälen und fein schneiden. Zimtstange in Stücke brechen und vom Kardamom die Samen auslösen. Nelken und Pfefferkörner im Mörser leicht zerstoßen. In einem Topf 1 EL Butterschmalz schmelzen, Zwiebel zugeben und anschwitzen, Zimt, Kardamomsamen, Nelken und Pfefferkörner zugeben. Reis und Kurkuma zugeben und mit Wasser auffüllen. Den Reis ca. 25 Minuten köcheln lassen. Cashewnüsse in einer Pfanne ohne Fett anrösten und unter den gegarten Reis mischen.

Vincent Klink Donnerstag, 25. Februar 2010

Gewürz-Risotto

Für 4 Personen

0,5 Zwiebel, klein	1 EL Olivenöl	150 g Risottoreis
3 EL Weißwein	0,5 l Geflügelbrühe	0,5 Zitrone, unbehandelt
0,5 Zehe Knoblauch	0,5 Döschen Safran	2 Scheiben Ingwer
0,25 Vanilleschote	50 g Nussmischung	1 EL Butter
Cayennepfeffer	Salz	

Die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden und in einem breiten Topf bei milder Hitze in dem Olivenöl glasig anschwitzen. Den Reis dazu geben und solange mitschwitzen lassen, bis die Reiskörner heiß sind. Mit dem Weißwein ablöschen, einköcheln lassen und etwas heiße Geflügelbrühe aufgießen. Unter häufigem Rühren immer wieder etwas Flüssigkeit zugeben und vom Reis aufsaugen lassen, bis die Reiskörner nach 15 bis 20 Minuten weich sind, aber noch Biss haben. Einen Streifen Schale aus der Zitrone heraus schneiden. Die Knoblauchzehe schälen und in Scheiben schneiden. Nach gut 15 Minuten Safran, Knoblauch, Ingwer, ausgekratzte Vanilleschote und Zitronenschale mit in das Risotto geben. Sobald der Reis fertig ist, alle ganzen Gewürze wieder entfernen. Die grob gehackten Nüsse mit der Butter darunter ziehen und mit Salz und Cayennepfeffer würzen.

Alfons Schuhbeck am 01. Juli 2011

Grünes Erbsen-Püree

Für 4 Portionen

2-3 große Knoblauchzehen 2 kleine Zwiebeln 1 Bio-Zitrone
4-5 EL Olivenöl 400g tiefgekühlte Erbsen Salz, Pfeffer, Zucker

Knoblauchzehen pellen und in sehr dünne Scheiben schneiden. Zwiebeln pellen und sehr fein würfeln. Die Zitrone waschen, die Schale fein abreiben und die Zitrone auspressen. Öl in einer Pfanne erhitzen und den Knoblauch darin bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten. Knoblauch herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Das Öl bis auf 1-2 Esslöffel aus der Pfanne gießen, aber aufbewahren. Zwiebeln und Erbsen in die Pfanne geben und eine Minute anschwitzen. Salzen und pfeffern und mit etwas Zucker bestreuen. 5 EL Wasser, 2 EL Zitronensaft und die Zitronenschale dazugeben und 1-2 Minuten kochen. Alles in einem hohen Gefäß pürieren. Wenn das Püree etwas fest sein sollte, etwas Knoblauchöl oder Wasser dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen, den gerösteten Knoblauch auf dem Püree verteilen und servieren.

Tipp:

Erbsenpüree passt gut zu gebratenen Lammfilets oder zu gegrilltem Fisch. Und jedes Eisbein schmeckt mit meinem frischen Erbsenpüree noch viel besser.

Tim Mälzer am 06. September 2008

Gratinierte Schwarzwurzeln

Für 2 Personen

50 g weiße Zwiebeln 1 EL Olivenöl 25 g Schwarzwälder Schinken
4 Thymianzweige 130 g Butter 10 ml Kalbsjus
20 g geriebenes Weißbrot 20 g Parmesan Salz, Pfeffer
4 Schwarzwurzeln 250 ml Milch 1 Spritzer Zitronensaft
1 Lorbeerblatt

Die Zwiebeln schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Schinken ebenfalls fein würfeln und zugeben, dann alles in eine Schüssel umfüllen. Blättchen von 3 Thymianzweigen abzupfen und zugeben. Ebenfalls 80 g weiche Butter und Kalbsjus, alles gut vermengen. Zum Schluss Weißbrotbrösel und frisch geriebenen Parmesan untermischen und abschmecken. Die Masse zwischen zwei Blatt Backpapier 3 mm dünn ausrollen und einfrieren. Die Schwarzwurzeln abwaschen und evtl. abbürsten. 50 g Butter in einem Topf braun schmelzen, Milch, Zitronensaft, Lorbeerblatt und einen Thymianzweig zugeben und aufkochen. Die Schwarzwurzeln schälen und im Sud langsam gar ziehen lassen. Dann mit Salz und Pfeffer würzen und kalt stellen.

Jörg Sackmann Montag, 08. Dezember 2008

Gurken-Gemüse

Für 4-6 Personen

2 Salatgurken 3 El Olivenöl 1 El Butter
1 rote Pfefferschote Zucker, Salz, Pfeffer 2 El Sojasoße

Gurken schälen, längs halbieren und mit einem Teelöffel entkernen. Schräg in dünne Scheiben schneiden. Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen. Gurken und Pfefferschote zugeben, mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. 2 Minuten bei starker Hitze braten. Sojasoße zugeben und kurz untermischen. Zum Kabeljau mit Brunnenkresse-Kartoffelpüree servieren.

Tim Mälzer am 17. 04. 2010

Italienisches Kartoffel-Gemüse

Für 2 Personen

200 g feste Kartoffeln	1 Strauchtomate	1 Zwiebel
50 g Zucchini	1 unbehandelte Zitrone	1 Knoblauchzehe
1 EL grüne Oliven	1 EL schwarze Oliven	1 TL Puderzucker
0,5 EL Tomatenmark	125 ml Gemüsefond	1 Lorbeerblatt
0,5 Bund Basilikum	1 EL mildes Olivenöl	Chiliflocken, Salz

Die Kartoffeln schälen und in zentimetergroße Würfel schneiden. Den Knoblauch abziehen und halbieren. 200 Milliliter des Gemüsefonds in einem Topf erhitzen und die Kartoffelwürfel mit dem Lorbeerblatt und der halben Knoblauchzehe in dem Fond 20 Minuten kochen, bis sie weich sind. Anschließend das Lorbeerblatt und den Knoblauch entfernen, über einem Sieb abgießen und den Fond aufbewahren. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Tomate entstrunken, die Oberfläche über Kreuz einritzen, 20 Sekunden in kochendes Wasser tauchen, in kaltem Wasser abschrecken, enthäuten und würfeln. Die Schalotte abziehen und klein würfeln. Die Zucchini von den Enden befreien und in 0,5 zentimetergroße Würfel schneiden. Die Oliven vierteln. Eine Zeste von der Zitrone reiben. Die Basilikumblätter abzupfen und klein hacken. In einem Topf bei mittlerer Hitze den Puderzucker hell karamellisieren, das Tomatenmark hineinrühren, kurz darin anbraten, die Zwiebeln und das Olivenöl hinzufügen und darin etwas anschwitzen. 125 Milliliter Gemüsefond dazugeben und kurz etwas köcheln lassen. Anschließend die Kartoffel- und Zucchiniwürfel mit der Zitronenschale dazugeben und etwa zwei Minuten darin köcheln lassen. Danach die Tomatenwürfel mit den Oliven dazugeben, nochmals alles erhitzen und mit Salz und Chiliflocken würzen.

Alfons Schuhbeck am 24. Februar 2011

Käse-Rösti

Für 2 Personen

300 g Kartoffeln	80 g Bergkäse	1 Bund Schnittlauch
1-2 EL Butterschmalz Salz, Pfeffer		

Die Kartoffeln kochen, anschließend pellen und auskühlen lassen. Die Kartoffeln in Späne hobeln. Käse reiben, Schnittlauch fein schneiden. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Hälfte der Kartoffeln auf dem Pfannenboden verteilen. Käse und die Hälfte vom Schnittlauch darüber streuen. Mit den restlichen Kartoffelspänen alles bedecken, die Kartoffeln nicht zusammendrücken, insgesamt sollte das Rösti locker bleiben. Von beiden Seiten goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Vincent Klink Donnerstag, 03. Dezember 2009

Käse-Spätzle

Für 4 Personen

400 g Mehl	Milch	3 Eier
4 Eigelb	Salz, Muskat	2 große Zwiebeln
ca. 30 g Butter	100 g Emmentaler	50 g Gouda
200 ml Rinderbrühe	Pfeffer	1 kl. Bund gemischte Kräuter

Für den Teig Mehl, Wasser (oder Milch), Eier, Eigelb, Salz und Muskat zu einen zähflüssigen Teig vermengen. Den Spätzleteig mit einem Holzkochlöffel oder mit der Hand so lange schlagen bis er Blasen zieht. Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Die Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden, 1 EL Butter in einer Pfanne schmelzen und die Zwiebelringe darin unter Rühren bräunen. Den Spätzleteig durch ein Knöpfisieb oder Abtropfsieb in das leicht kochende Wasser geben und sobald die Spätzle oben schwimmen, mit einem Schaumlöffel herausnehmen, mit kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen. In einer Pfanne die restliche Butter zerlassen und die Spätzle dazugeben. Den Käse reiben, mit etwas Spätzlewasser und der Rinderbrühe unter die Spätzle mengen, gut durchmischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kräuter waschen, trocknen, fein schneiden und unter die Spätzle geben. Die Käsespätzle auf vorgewärmten Teller mittig anrichten, die Röstzwiebeln darüber geben.

Karlheinz Hauser Montag, 17. November 2008

Kürbis-Gemüse

Für 4 Personen

1 kg Hokkaido Kürbis	2 EL Butter	1 Zwiebel
1 Zehe Knoblauch	50 ml Aceto Balsamico	100 ml Rinderfond
Curry, Weißwein, Salz	Pfeffer, Muskatnuss	

Den Kürbis schälen und entkernen, das feste Kürbisfleisch in schöne Stücke schneiden. Die Zwiebel und die Knoblauchzehe in Würfel schneiden und in der ausgelassenen Butter anschwitzen. Die Kürbisstücke hinzufügen und mit Salz, Pfeffer, Curry und Muskatnuss würzen. Mit etwas Balsamico und Weißwein ablöschen und dem Rinderfond angeießen, so dass der Kürbis dünsten kann.

Horst Lichter am 30. Oktober 2009

Kürbis-Püree

Für 4 Personen

400 g Hokkaido-Kürbis	4 El Olivenöl	Salz
150 ml Birnensaft	1 Birne	1–2 El Zitronensaft
1 El Butter	Pfeffer	50 g Grana-Padano

Kürbis entkernen und in kleine Stücke schneiden. Öl in einem Topf erhitzen, Kürbis zugeben und 2 Minuten andünsten. Salzen und mit Birnensaft ablöschen. Bei mittlerer Hitze 10–12 Minuten zugedeckt schmoren.

Birne vierteln, entkernen und in dünne Spalten schneiden. Mit Salz und Zitronensaft würzen. Eine Grillpfanne stark erhitzen und die Birnenspalten darin auf jeder Seite 2–3 Minuten grillen. Butter zum Kürbis geben und mit einem Kartoffelstampfer grob zerstampfen, pfeffern und den Käse untermischen.

Tim Mälzer am 10. 09. 2011

Karamellisierter Spitzkohl

Für 4 Personen

700 g Spitzkohl	1 Zwiebel, mittelgroß	1 Karotte
1 Sellerie	0,5 Apfel	1 TL Puderzucker
100 ml Weißwein	150 ml Apfelsaft	1 Schote Vanille
20 g Walnüsse	20 g Pistazien	4 Datteln
1 TL Dillspitzen	Ingwer, Chilisalز	Sahne, Kümmel

Den Spitzkohl entstrunken, vierteln, in einzelne Blätter teilen und in drei Zentimeter große Rauten schneiden. Zwiebel, Karotte, Sellerie und Apfel schälen, den Apfel entkernen. Alles in kleine Würfel schneiden. Den Puderzucker in einen breiten Topf stäuben und bei mittlerer Hitze karamellisieren lassen. Zwiebel-, Karotten- und Selleriewürfel und Spitzkohl dazugeben und kurz anschwitzen. Mit Weißwein und Apfelsaft ablöschen und etwas einreduzieren lassen. Den Spitzkohl bei milder Hitze in acht bis zehn Minuten weich dünsten. Nach circa fünf Minuten die Apfelwürfel unterziehen. Die Sahne in einen kleinen Topf geben und einreduzieren lassen. Unter den Spitzkohl ziehen und mit Kümmel, der Vanilleschote, Ingwer und Chilisalز würzen. Die Nüsse sowie die in Streifen geschnittenen Datteln unterrühren und mit den fein gehackten Dillspitzen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 02. Dezember 2011

Karotten

Für 4 Personen

8 Babykarotten	400 ml Karottensaft	200 ml Orangensaft
1 Knoblauchzehe	Butter, kalt	Safran

Die Karotten putzen und in einer Pfanne kurz schmoren lassen. Mit Karotten- und Orangensaft ablöschen und etwas einköcheln lassen. Den Knoblauch kurz in der Soße ziehen lassen. Etwas kalte Butter und eine Prise Safran in die Soße geben.

Lea Linster am 28. Januar 2011

Kartoffel-Gratin

Für 4-6 Personen

600 g feste Kartoffeln	100 g Zwiebeln	4 El Öl
4 Lorbeerblätter	125 ml Fleischbrühe	200 ml Schlagsahne
100 ml Milch	Salz, Pfeffer, Muskat	

Kartoffeln schälen, in sehr dünne, evtl. halbe Scheiben schneiden oder hobeln. Zwiebeln fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Lorbeer darin bei mittlerer Hitze 2 Min. dünsten. Brühe zugießen und stark einkochen. Kartoffeln, Sahne und Milch zugeben und offen bei mittlerer Hitze 30 Min. kochen, dabei mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Unter dem heißen Backofengrill in 5-6 Min. knusprig und goldbraun gratinieren. Sofort servieren.

Tim Mälzer am 16. 10. 2010

Kartoffel-Knödel

Für 8 Personen

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

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

Otto Koch 02. Dezember 2011

Kartoffel-Kroketten

Für 2 Personen

200 g Kartoffeln, mehlig Salz 4 Eigelb
Pfeffer, Muskat 5 EL Mehl 2 Eier
3 EL Semmelbrösel ca.1/2 l Olivenöl

Die Kartoffeln schälen, in gleichgroße Stücke schneiden und in reichlich Salzwasser weich kochen. Das Wasser abschütten und die Kartoffeln gut ausdampfen lassen. (Den Topf dabei immer wieder schütteln, damit die Kartoffeln durch das Ausdampfen möglichst viel Wasser verlieren.) Die Kartoffeln durch die Kartoffelpresse geben, mit Eigelb verrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Kartoffelmasse auf einer gut bemehlten Arbeitsfläche zu gleichmäßigen Rollen von circa 1,5 cm Durchmesser formen und diese in Stücke von circa 4 cm Länge schneiden. Die einzelnen Rollen erst in Mehl wenden, dann durch geschlagenes Ei ziehen und mit Semmelbröseln panieren. Die Kroketten in einem Topf mit erhitztem Olivenöl goldbraun frittieren.

Vincent Klink Donnerstag, 18. September 2008

Kartoffel-Linsen-Gemüse

Für 4 Personen

150 g Champagnerlinsen	0,8 l Gemüsebrühe	60 g Karotte
60 g Zwiebeln	60 g Kartoffeln	60 g Knollensellerie
2 Stück Haut von Räucherforellen	1 TL Puderzucker	2 Scheiben Knoblauch
2 Scheiben Ingwer	1 Splitter Zimtrinde	1 Orange, unbehandelt
1 – 2 Lauchzwiebeln	Balsamico, Chili	
Salz, Majoran		

Einen Streifen Schale der Orange herausschneiden. Karotte, Zwiebeln, Kartoffeln und Knollensellerie putzen und schälen. Die Linsen mindestens zwei Stunden in reichlich kaltem Wasser einweichen. In Salzwasser weich kochen, auf einem Sieb abgießen und abtropfen lassen. Karotte, Zwiebeln, Kartoffeln und Knollensellerie in kleine Würfel schneiden und in der Brühe knapp unter dem Siedepunkt fünf Minuten ziehen lassen. Die Räucherforellenhaut dazu geben, mit einer Prise Majoran würzen und in weiteren fünf Minuten fertig garen. am Ende der Garzeit Knoblauch, Ingwer, einen Zimtsplitter und die Orangenschale darin einlegen. Mit Balsamico, Salz, Puderzucker und Chili abschmecken. Die ganzen Gewürze und die Forellenhaut anschließend daraus entfernen und die Linsen hinein geben. Die Lauchzwiebel putzen, in dünne Ringe schneiden und ebenfalls hinzufügen.

Alfons Schuhbeck am 19. Juni 2009

Kartoffel-Mousse

Für 4 Personen

200 g Kartoffeln, mehlig	3 Eigelb	100 ml Milch
200 ml Sahne	Salz	1 Prise Muskat

Kartoffeln schälen, weich kochen und ausdämpfen. Durch die Kartoffelpresse drücken. Zwei Eigelb mit der Milch auf dem Wasserbad aufschlagen mit der Kartoffelmasse mischen, erkalten lassen. Die Sahne steif schlagen und darunter ziehen, mit Salz und Muskat abschmecken.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 16. Februar 2010

Kartoffel-Muffins

Für 6 Stück:

1 kg feste Kartoffeln	1 Zwiebel	Salz, Muskat
2 Tl getr. Majoran	1 Ei (Kl. M)	1 gehäufter Tl Speisestärke
1–2 El weiche Butter	1–2 El Zucker	6 Backpflaumen
2 El Olivenöl	4–6 El Sonnenblumenöl	

Kartoffeln schälen. Kartoffeln und die Zwiebel fein reiben. In ein sauberes Tuch geben und kräftig ausdrücken. Kartoffelmasse in eine Schüssel geben und mit Salz, Muskat und Majoran würzen. Ei und 1 Tl Speisestärke zugeben und zu einem glatten Teig verarbeiten. 6 Mulden eines Muffinblechs gut mit Butter austreichen und mit Zucker austreuen. 2/3 der Kartoffelmasse hineinfüllen. In die Mitte der Kartoffelmasse jeweils 1 Backpflaume drücken. Übrige Kartoffelmasse darauf verteilen. Mit dem Öl beträufeln und im heißen Ofen bei 220 Grad (Umluft 200 Grad) auf dem Rost auf der mittleren Schiene 35–45 Min. goldbraun backen.

Tim Mälzer am 30. 10. 2010

Kartoffel-Nester

Für 4 Personen

300 g Kartoffeln, fest 1 Ei 1 kg Fett
Mehl, Salz, Pfeffer

Kartoffeln schälen, waschen, grob raspeln und mit dem Ei, etwas Mehl, Salz und Pfeffer vermengen. In einem kleinen Metallsieb die Kartoffelmasse nestförmig ausstreichen und ein zweites Metallsieb zum fixieren darauf setzen und bei 170 Grad goldbraun frittieren. Die fertigen Kartoffelnester auf Küchenpapier abtropfen lassen und auf einem Teller anrichten.

Johann Lafer am 24. Oktober 2008

Kartoffel-Püree

Für 2 Portionen

600 g mehlig Kartoffeln 100-150 ml Milch Muskatnuss
50 g Butter

Wegen ihres hohen Stärkegehaltes sind mehlig kochende Kartoffeln für Püree optimal. Die Kartoffeln schälen und halbieren und in einen Topf mit heißem Wasser geben. Ca. 20 Minuten gar kochen lassen. Anschließend das Wasser abgießen und die Kartoffeln mit einem Kochlöffel grob zerstoßen. Diese Stücke durch eine Kartoffelpresse geben und die Masse in einem Kochtopf auffangen. Butter hinzufügen und vermengen, bis diese geschmolzen ist. Mit etwas Milch verrühren und etwas Muskatnuss darüber reiben.

Tipp:

Alternativ zur Butter kann man auch Olivenöl oder Crème Fraiche verwenden.

Steffen Henssler am 14. 07. 2011

Kartoffel-Panachée

Für 4 Personen

400 g Kartoffeln, fest	Salz	1 Salatgurke
1/2 Zitrone	100 g saure Sahne	50 g Joghurt
2 EL Crème-fraîche	20 ml Gemüsebrühe	2 EL Champagneressig
150 ml Olivenöl	Zucker, Pfeffer, Meersalz	1 Prise Piment-d'Espelette

Die Kartoffeln waschen, schälen und in kleine ca.5 mm große Würfel schneiden. In Salzwasser die Kartoffelwürfel bissfest kochen, abschütten und auf einem Küchentuch abkühlen lassen. Die Salatgurke schälen, der Länge nach halbieren, entkernen und in 5 mm große Würfel schneiden. Die Gurkenwürfel in eine Schüssel geben, salzen und ca. 30 Minuten ziehen lassen. Von der Zitrone etwas Schale abschneiden und den Saft auspressen. saure Sahne, Joghurt und Crème-fraîche mit der Brühe, Essig, Zitronensaft und 50 ml Olivenöl anrühren. Mit Salz, einer Prise Zucker, Piment d'Espelette und Pfeffer abschmecken. Die Gurkenwürfel abseihen, kurz auf einem Küchentuch trocken tupfen und mit den Kartoffelwürfeln zu der Joghurtmasse geben. Alles ca. 20 Minuten ziehen lassen, dann nochmals abschmecken.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 13. Juli 2010

Kartoffel-Puffer

Für 4 Personen

700 g Kartoffeln, mehlig 1 kleine Zwiebel 1 Ei
Salz 1 Prise Muskat ca. 5 EL Butterschmalz

Die Kartoffeln schälen und auf der feinen Reibe reiben. Die Kartoffelmasse gut ausdrücken, die Flüssigkeit in einer Schüssel auffangen, die Stärke absetzen lassen. Den Kartoffelsaft abschütten und die Stärke zu den geriebenen Kartoffeln geben. Die Zwiebel schälen und ebenfalls fein reiben, dann zusammen mit dem Ei zu den Kartoffeln geben und alles gut vermischen. Die Kartoffelmasse mit Salz und einer Prise Muskat würzen. In einer Pfanne mit reichlich Butterschmalz etwas Kartoffelmasse geben und goldbraune Puffer ausbacken.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 27. Oktober 2009

Kartoffel-Rösti

Für 4 Personen

800 g Kartoffeln 4 EL Erdnussöl oder Butter Pfeffer Salz

Die Kartoffeln schälen, grob raspeln und in einem Tuch ausdrücken. Dann die Kartoffelraspeln mit Salz und Pfeffer würzen, acht Portionen in eine heiße Pfanne mit Erdnussöl setzen. Fünf Minuten braten, bis sie goldbraun sind, wenden und drei Minuten braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und warm stellen.

Kräuter-Rösti mit Speck:

Je 2 Bund Petersilie und Schnittlauch sowie 100 g magere Speckscheiben so fein wie möglich schneiden beziehungsweise hacken. Mit den geraspelten Kartoffeln mischen und nach dem Grundrezept braten.

Rösti mit Zwiebeln und Speck:

2 grosse Zwiebeln in dünne Ringe schneiden. 100 g magere Speckscheiben in feine Streifen schneiden. Beides mit den geraspelten Kartoffeln mischen und nach dem Grundrezept zubereiten.

Käse-Rösti:

250g Appenzeller Käse, Raclette-Käse oder ein Bergkäse reiben oder von Hand in feine Scheiben schneiden. Mit den Kartoffeln mischen und nach dem Grundrezept zubereiten.

usw.

NN am 25. Februar 2011

Kartoffel-Risotto

Für 4 Portionen

100 g Zwiebeln	2 Knoblauchzehen	600 g feste Kartoffeln
3 El Olivenöl	50 ml Weißwein	Salz, Pfeffer, Muskatnuss
500 ml Gemüsebrühe	100 g Babyblattspinat	40 g geräuch. ital. Käse
80 g fein geriebener Parmesan	2 El Butter	

Zwiebeln in dünne Streifen schneiden. Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Kartoffeln schälen und in ca. 0,5 cm große Würfel schneiden.

Olivenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten. Kartoffeln zugeben und 1-2 Min. mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Brühe zugeben und 15 Min. cremig einkochen lassen.

Spinat waschen und trocken schleudern. Scamorza grob reiben. Nach Ende der Garzeit den Parmesan untermischen, Butter zugeben und den Spinat unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Kartoffelrisotto in tiefen Tellern anrichten und mit dem Scamorza bestreut servieren.

Tim Mälzer am 02. 04. 2011

Kartoffel-Roulade

Für 4 Personen

600 g Kartoffeln, mehlig	Salz	1 Zwiebel
100 g geräucherter Bauchspeck	1/2 Bund glatte Petersilie	2,5 EL Butterschmalz
4 Eigelb	60 g weiche Butter	50 g Mehl
100 g Semmelbrösel	Muskat	Pfeffer

Für die Kartoffelroulade die Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. In der Zwischenzeit Zwiebel schälen und fein schneiden. Speck fein würfeln. Petersilie fein hacken. Speck und Zwiebeln in einer Pfanne mit 1 TL Butterschmalz anschwitzen. Pfanne vom Herd ziehen und Petersilie untermischen. Die gekochten Kartoffeln abschütten, dann mit dem Topf auf die noch warme Herdplatte stellen und gut ausdampfen lassen. Heiße Kartoffeln durch die Presse drücken, schnell Eigelb untermischen. 50 g weiche Butter, Mehl und Brösel untermischen, mit einer Prise Muskat, Salz und Pfeffer würzen und alles gut verkneten. Auf ein sauberes Küchentuch ein Pergamentpapier legen und dieses mit weicher Butter einfetten. Die Kartoffelmasse darauf verstreichen und mit der Speck-Zwiebel-Masse bestreuen. Mit Hilfe des Pergamentpapiers vorsichtig aufrollen. Dann das Papier entfernen und die Roulade in daumendicke Scheiben schneiden. Diese in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz von beiden Seiten bei mittlerer Hitze jeweils ca. 3 Minuten braten.

Vincent Klink Donnerstag, 20. November 2008

Kartoffel-Salat

Für 6 Personen

1,2 kg feste Kartoffeln	Salz	1 Zwiebel
3 EL Olivenöl	150 ml Gemüsebrühe	3 EL Weißweinessig
Pfeffer	150 ml Öl	1 Ei (Kl. M)
1 TL Senf	1 EL saure Sahne	3 EL Gewürzgurkensud
10 Radieschen	4 Gewürzgurken	1 Beet Kresse

Kartoffeln gründlich waschen und 20 Minuten in kochendem Salzwasser garen.

Zwiebel fein würfeln und im Olivenöl glasig dünsten. Gemüsebrühe und Essig zugeben, erhitzen und mit Salz und Pfeffer würzen. Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden. Die Essigmari-
nade darüber verteilen, vorsichtig mischen und mindestens 1 Stunde ziehen lassen.

Öl mit Ei, Senf und 1 Prise Salz in ein schmales, hohes Gefäß geben und mit dem Schneidstab zu einer Mayonnaise mixen. Dabei den Schneidstab langsam von unten nach oben ziehen. saure Sahne und Gewürzgurkensud untermischen. Radieschen putzen und waschen. Radieschen und Gewürzgurken in dünne Scheiben schneiden.

Vom Kartoffelsalat eventuell etwas Marinade abgießen. Dann Mayonnaise, Radieschen und Gurken unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kresse vom Beet schneiden und über den Salat streuen.

Tim Mälzer am 05. 12. 2009

Kartoffel-Salat

Für 4 Personen

600 g Salatkartoffeln	50 ml Balsamico bianco	200 ml Geflügelfond
1 EL Senf, feinscharf	6 EL Pflanzenöl	2 EL Schnittlauchröllchen
2 Schalotten	70 g Bacon	Butterschmalz, Salz, Pfeffer

Die Kartoffeln kochen und anschließend schälen. In gleichmäßige Scheiben schneiden.

Butterschmalz in einer Pfanne schmelzen, den Speck würfeln und darin knusprig und goldbraun braten. Schalottenwürfel zugeben, kurz mit anschwitzen, mit Balsamico ablöschen und mit dem Fond auffüllen. Alles etwas einkochen lassen, den Senf einrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die heiße Marinade und das Pflanzenöl auf die Kartoffelscheiben geben und gut durchmischen. Den Salat mit dem Schnittlauch mischen; nochmals kräftig abschmecken.

Johann Lafer am 12. Dezember 2008

Kartoffel-Stampf

Für 4 Personen

600 g Kartoffeln, fest	3 Zweige Thymian	100 g Pancetta
2 Zehen Knoblauch	2 Äpfel, säuerlich, mürbe	2 EL Olivenöl
100 ml Weißwein	Schnittlauch	Meersalz

Die Kartoffeln waschen, schälen und würfeln. In kochendem Salzwasser etwa 15 Minuten garen. Inzwischen den Thymian waschen und trocken schütteln. Den Pancetta in Streifen schneiden. Die Knoblauchzehen schälen und leicht andrücken. Die Äpfel schälen, vierteln, entkernen und in Würfel schneiden. Die Kartoffeln abgießen, wieder in den Topf geben und etwas ausdämpfen lassen. Die Blätter der Thymianzweige abstreifen. In einer anderen Pfanne das Olivenöl erhitzen, die Pancettastreifen darin einige Minuten anbraten, herausnehmen. Die Kartoffelwürfel ins Bratfett geben und goldbraun anbraten. Die Apfelwürfel und den Thymian zugeben und kurz mit anbraten. Den Weißwein oder Cidre dazugießen und einkochen lassen. Wenn die Kartoffeln leicht zerfallen, alles mit einem Kartoffelstampfer grob zerdrücken. Die Pancetta wieder zugeben und die Stampfkartoffeln mit Meersalz, Pfeffer und etwas Schnittlauch abschmecken. Nach Belieben noch etwas Olivenöl zufügen.

Cornelia Poletto am 04. Februar 2011

Kartoffel-Stampf

Für 2 Personen

500 g Kartoffeln	2 Schalotten	1 Bund Schnittlauch	Salz, Pfeffer
------------------	--------------	---------------------	---------------

Die Kartoffeln schälen, in grobe Würfel schneiden und in Salzwasser kochen. Die Schalotten schälen und fein würfeln, den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und fein schneiden. Die gekochten Kartoffelwürfel abschütten, mit den Schalotten und dem Schnittlauch vermischen und mit einer Gabel so lange zerdrücken bis die Kartoffeln ausreichend gestampft sind. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Otto Koch Freitag, 14. Mai 2010

Kartoffel-Würfel

Für 2 Personen

300 g Kartoffeln, halbfest	1 Zwiebel	2 EL Butterschmalz
Pfeffer, Salz	Majoran	

Die Kartoffeln kochen, pellen und auskühlen lassen. Zwiebel schälen und fein schneiden. Kartoffeln in ein Zentimeter große Würfel schneiden. Butterschmalz in eine Pfanne geben die Kartoffeln bei großer Hitze schwenken, bis sie Farbe angenommen haben. Dann die Zwiebel zugeben und so lange schwenken, bis alles braun ist. Mit Pfeffer, Salz, Majoran oder Kümmel würzen.

Vincent Klink Mittwoch, 17. Februar 2010

Kichererbsen-Püree

Für 4-6 Personen

2 Dosen Kichererbsen 1 Bund Petersilie 150 g Crème-fraîche
2-3 EL Zitronensaft gemahlener Kreuzkümmel Zimt, Salz

Kichererbsen abgießen und abtropfen lassen. Petersilie grob hacken. Kichererbsen, Petersilie, Crème-fraîche und Zitronensaft am besten in einer Küchenmaschine sehr fein pürieren. Mit 1 Prise Kreuzkümmel, 1 Prise Zimt und Salz würzen.

Tim Mälzer am 27. 03. 2010

Knoblauch-Baguette

Für 4-6 Personen

0,5 Baguette (oder Ciabatta) 125 g Knoblauchbutter

Baguette waagrecht halbieren und mit der Knoblauchbutter bestreichen. Im heißen Ofen bei 180 Grad (Umluft 160 Grad) auf dem Rost auf der mittleren Schiene 10 bis 15 Minuten goldbraun backen.

Tim Mälzer am 27. 03. 2010

Kohlrabi-Gemüse

Für 4 Personen

500 g Kohlrabi 1 EL Butter 1 TL Zucker
70 ml Gemüsebrühe 1/2 Bund glatte Petersilie Salz, Pfeffer, Muskat

Kohlrabi waschen, schälen und in Streifen schneiden. In einem Topf Butter erhitzen Kohlrabi zugeben, mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Mit Gemüsebrühe ablöschen und bei geschlossenem Deckel ca. 10 Minuten dünsten. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Gemüse mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und mit Petersilie bestreuen. Tipp: Zu den Grünkernküchle passt auch gut ein Quarkdip. Dafür 150 g Magerquark, 70 ml Milch und 1 EL Olivenöl gut verrühren, eine gewürfelte Tomate und fein geschnittenen Schnittlauch untermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Vincent Klink Donnerstag, 04. März 2010

Kräuter-Kartoffel-Plätzchen

Für 2 Personen

300 g Kartoffeln, mehlig Salz 1/2 Bund Schnittlauch
1/2 Bund glatte Petersilie 1 Eigelb 2 EL Mehl
1 Prise Muskatnuss 2 EL Butterschmalz

Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Kräuter abspülen, trockenschütteln und fein schneiden. Die Kartoffeln abschütten, kurz im Topf gut ausdampfen lassen und durch eine Presse drücken. Kräuter, 1 Eigelb und Mehl untermischen. Mit Salz und Muskat würzen. Den Teig zu einer Rolle formen und in Scheiben schneiden. In einer beschichteten Pfanne mit 2 EL Butterschmalz die Kartoffelplätzchen von beiden Seiten goldbraun braten.

Vincent Klink Mittwoch, 18. November 2009

Kräuter-Schmand-Pasta

Für 4 Personen

2 kleine Zucchini	150 g Kirschtomaten	6 El Olivenöl
500-600 g Tagliatelle	Salz, Pfeffer	1 Bund gemischte Kräuter
2 Eier (M)	250 g Schmand	50 g Parmigiano reggiano

Zucchini putzen und in Scheiben um das Kerngehäuse herum abschneiden. Zucchinis Scheiben klein würfeln, Tomaten in Stücke schneiden. 4 El Öl in einer Pfanne erhitzen, Zucchini darin bei mittlerer Hitze hellbraun anbraten.

Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen.

Inzwischen die Kräuter grob hacken. Mit Eiern, Schmand und 100 ml vom Nudelwasser in ein hohes Gefäß geben und mit dem Schneidstab fein pürieren.

100 ml vom Nudelwasser und die Tomaten zu den Zucchini geben. Nudeln abgießen und tropfnass zum Gemüse geben. Kräuterschmand untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit geriebenem Käse bestreuen. Mit Olivenöl beträufelt servieren.

Tim Mälzer am 16. 07. 2011

Lauch-Gemüse

Für 4 Personen

6 – 8 Stück Lauch, mitteldick	500 ml Weißwein, trocken	100 g Crème-fraîche
100 ml Sahne	400 ml Fischfond	80 ml sehr trockener Wermut
100 g Butter, eiskalt	3 EL Sahne, geschlagen	8 – 10 Kartoffeln, groß
Petersilie, Salz	Zucker, Pfeffer	

Den Lauch klein schneiden, waschen, mit 250 Milliliter Wein und Salz weich dünsten. Zum Schluss Crème-fraîche und Sahne unterheben und abschmecken. Den Fischfond mit 250 Milliliter Wein und Wermut auf ein Drittel der Flüssigkeit einkochen. Dann Butter einschwenken und alles sehr schaumig mit einem Pürierstab aufschlagen. Vor dem Servieren die geschlagene Sahne unterheben und mit etwas Zucker und Pfeffer abschmecken. Die Kartoffeln schälen, waschen und im Salzwasser 20 Minuten garen.

Alexander Herrmann am 07. November 2008

Mango-Polenta

Für 4 Personen

1 Mango, reif	0,5 Zitrone	1 cm Ingwer, frisch
1 Zehe Knoblauch	4 Schalotten, klein	1 EL Sesamöl, dunkel
2 EL Sonnenblumenöl	330 g Mangomark	0,5 l Kokosmilch
125 ml Wasser	2 EL Fischsoße	0,5 TL Chiliflocken
2 EL Soße, süßsauer	250 g Schnellpolenta	Szechuanpfeffer
Sojasoße, Salz		

Das Fruchtfleisch der Mango in Würfel schneiden. Den Saft der Zitrone auspressen. Den Ingwer und die Knoblauchzehe fein reiben. Die Schalotten fein würfeln. Sesamöl und Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten darin anrösten. Schalotten, Ingwer- und Knoblauchwürfel, Zitronensaft, Mangomark, Kokosmilch, Wasser, Chiliflocken, süßsaure Soße, Szechuanpfeffer, Sojasoße, einen Teil der Mangowürfel und die Fischsoße in einem Topf verrühren und zum Kochen bringen. Die Polenta darunter mischen und gut verrühren. Die restlichen Mangowürfel nun auch dazugeben und warm stellen.

Sohyi Kim am 07. Januar 2011

Melonen-Chutney

Für 4 Personen

1 rote Zwiebel	1 rote Pfefferschote	10 g frischer Ingwer
1 Knoblauchzehe	4 El Öl	800 g Wassermelone
Salz, Zucker	1-2 El Currypulver	1 Dose stückige Tomaten (400 g EW)
Saft von 1 Limette	4 Stiele Koriandergrün	

Zwiebel, Pfefferschote und Ingwer fein würfeln. Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Alles in einem Topf im heißem Öl andünsten. Melonenfleisch von der Schale schneiden, würfeln und 2 Min. mitdünsten. Mit Salz, Curry und 1 kräftigen Prise Zucker würzen. Tomaten und Limetensaft zugeben und offen bei mittlerer Hitze 10 Min. köcheln lassen. Korianderblätter abzupfen und untermischen. Das Melonen-Chutney zu Hähnchenkeulen servieren.

Tim Mälzer am 14. 08. 2010

Nudel-Risotto

Für 4 Personen

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

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

Michael Kempf 11. November 2011

Orangen-Grapefruit-Risotto

Für 4 Personen

1 Grapefruit	2 Blutorange	4 Stangen Frühlingslauch
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 EL Olivenöl
1 Prise Risottogewürz	200 g Risottoreis	Salz, Piment-d'Espelette

Für das Risotto Grapefruit und Orangen mit einem Messer so schälen, dass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch ist. Dann die Fruchtfilets heraus schneiden. Frühlingslauch putzen, waschen und in feine Röllchen schneiden. Schalotte und Knoblauch schälen, fein würfeln und in einem Topf mit Olivenöl glasig anschwitzen. Das Risottogewürz und die Hälfte der Orangen- und Grapefruitfilets dazugeben. Den ungewaschenen Risottoreis zufügen, leicht salzen und unter Schwenken glasig dünsten. Mit Weißwein und Wermut ablöschen, diesen einkochen lassen und nach und nach mit heißer Geflügelbrühe auffüllen, bis das Risotto „al dente“ gegart ist. Orangenthymian und Basilikum abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Das Risotto vom Herd nehmen, die Frühlingszwiebeln, die restlichen Orangen- und Grapefruitfilets unterheben. Die kalten Butterwürfel einrühren und mit Salz, Piment d'Espelette, evtl. Zucker und den Kräutern abschmecken.

Cornelia Poletto Montag, 21. Februar 2011

Paprika-Relish

Für 4-6 Personen

1 gelbe Paprikaschote	2 rote Paprikaschoten	2 rote Zwiebeln
3 EL Olivenöl	1,5 EL Zucker	Salz
1 Sternanis	5-6 EL Apfelessig	100 ml Gemüsebrühe
1-2 EL Kapern in Salz		

Paprika putzen, entkernen und zusammen mit den Zwiebeln in feine Streifen schneiden. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Paprika darin 3 bis 4 Minuten andünsten. Mit Zucker, Salz und Sternanis würzen. Mit Essig und Brühe ablöschen und zugedeckt 20 Minuten bei mittlerer Hitze garen. Kapern in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen, abtropfen lassen und 5 Minuten vor Ende der Garzeit zugeben.

Tim Mälzer am 27. 03. 2010

Pasta mit Knoblauch, Chili und Öl

Für 4 Personen

6-8 junge Knoblauchzehen	1-3 getrocknete rote Chilischoten	1 Bund glatte Petersilie
500 g flache Spaghetti	Salz	100 ml bestes Olivenöl
Meersalz	50 g geriebener ital. Hartkäse	

Knoblauch in dünne Scheiben schneiden, Chili fein hacken. Petersilie sehr fein hacken. Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch und Chili darin ohne Farbe 1-2 Minuten braten. Ca. 100 ml Nudelwasser zugeben. Petersilie untermischen.

Nudeln abgießen und tropfnass in die Pfanne zum Knoblauchöl geben und darin schwenken. Evtl. mit Meersalz nachwürzen. Nach Belieben mit geriebenem Käse bestreut servieren.

Tim Mälzer am 28. 05. 2011

Pastinaken-Nudeln

Für 4 Personen

2 Pastinaken (400 g) 200 ml Gemüsebrühe Pfeffer, Zucker
1 Frühlingszwiebel 1 TL Senf, scharf 1 EL Butter
Butterschmalz

Die Pastinaken schälen und mit einem Sparschäler „Bandnudeln“ runterschneiden. Diese in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anbraten, mit 50 ml Gemüsebrühe ablöschen, garen lassen und abschmecken. Die Frühlingszwiebel waschen, in feine Stücke schneiden, mit 1 TL Butterschmalz anschwitzen, mit restlicher Gemüsebrühe ablöschen, Senf unterrühren und kurz köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und Butter unterrühren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 08. Januar 2008

Pastinaken-Püree

Für 4 Portionen

800 g Pastinaken 400 g mehligte Kartoffeln Salz, Muskatnuss
100 ml Milch 100 ml Schlagsahne 2 El Butter

1. Pastinaken und Kartoffeln schälen und in grobe Stücke schneiden. Mit Salzwasser bedeckt ca. 15 Minuten weichkochen. Abgießen und im Topf ausdämpfen lassen.
2. Milch, Sahne und Butter zur Pastinaken-Kartoffel-Mischung geben und mit einem Kartoffelstampfer grob zerstampfen. Mit Salz und Muskat würzen.

Tim Mälzer am 11. 12. 2010

Pellkartoffeln

Für 4 Personen

2,5 kg vorw feste Kartoffeln Salz 2 El Kümmelsaat

Kartoffeln waschen, in einem Topf mit Salzwasser bedecken und mit Kümmel würzen. Wasser zum Kochen bringen und die Kartoffeln 15 bis 20 Minuten garen. Abgießen, kurz ausdampfen lassen und pellen.

Tim Mälzer am 06. 02. 2010

Pikante Brokkoli-Pfanne

Für 2 Portionen

1 Brokkoli 30 g Bresaola 50 g Walnüsse
30 g Pistazien 1 Zehe Knoblauch 1 Zwiebel
30 g Butter Olivenöl, Chili Salz, Pfeffer

Den Brokkoli in grobe Stücke schneiden, in kochendem Salzwasser blanchieren; danach kalt abspülen.

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebel halbieren. Nun die Zwiebel und den Knoblauch in Scheiben schneiden, mit dem Brokkoli in die Pfanne geben und mit Salz, Pfeffer und Chili würzen.

Den Bresaola in kleine Stücke schneiden, die Walnüsse und die Pistazie fein hacken und ebenfalls in die Pfanne hinzufügen. Zum Abschluss die Butter dazugeben und durchschwenken.

Steffen Henssler am 29. 07. 2011

Poletto-Lasagne-Blätter

Für 4 Personen

150 g Polenta, grob 800 ml Geflügelbrühe 1 Lorbeerblatt
1 EL Butter Salz

Die Geflügelbrühe mit dem Lorbeerblatt aufkochen, leicht salzen und die Polenta unter ständigem Rühren einrieseln lassen. Die Temperatur verringern und die Polenta unter gelegentlichem Rühren circa eine halbe Stunde köcheln lassen. Die Polenta vom Herd nehmen und mit Butter und Salz abschmecken. Anschließend wird sie auf ein kleines Blech gestrichen, so dass sie circa eine Höhe von vier Zentimeter hat. Die Polenta gut auskühlen lassen, stürzen und in vier Quadrate von circa sieben Zentimeter Länge schneiden. Die Quadrate mit einem Tortenschneider oder dünnem Messer in drei dünne Scheiben schneiden. Die Polentascheiben in einer beschichteten Grillpfanne ohne Öl von beiden Seiten grillen.

Cornelia Poletto am 23. Oktober 2009

Prinzessinnen-Püree

Für 4 Personen

300 g Kartoffeln, mehlig 50 ml Sahne 50 ml Milch
150 g Butter Rote-Bete-Saft Salz, Pfeffer, Muskat

Die Kartoffeln schälen und gar kochen, abschütten und ausdämpfen lassen. Anschließend durch eine Presse drücken und nach Belieben durch ein Sieb passieren. Mit kochender Sahne und Milch vermengen. Butter und Rote-Bete-Saft unterrühren und anschließend mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Nelson Müller am 30. Juli 2010

Quark-Knödel

Für 4 Personen

300 g altes Weißbrot 1 Zitrone 160 g Butter
200 g Puderzucker 3 Eigelb 3 Vollei
2 l Milch 800 g Quark Zitronen-Abrieb
1 EL Zitronensaft 4 EL Zucker 1 Vanille-Stange

Für die Quarkknödel das Brot entrinden, das Innere in feine Würfel schneiden und die Rinde im Mixer zerkleinern. Von der Zitrone einen halben Esslöffel Schale abreiben. 150 g Butter, Puderzucker, Ei, Zitronenschale und einen halben Esslöffel Zitronensaft in einer Schüssel (Schlagkessel) schaumig aufschlagen. Die Brotwürfel unter die Masse heben, gut abdecken und am Besten über Nacht kühl stellen. Milch mit 4 EL Zucker und dem ausgekratzten Mark der Vanillestange erhitzen. Den Quark gut abhängen, durch ein Sieb streichen und unter die Masse geben. Aus der Masse ca. 12 Knödel formen und diese in der Vanillemilch ca. 15 Minuten pochieren. Die Brotkrümel in einer Pfanne mit 2 EL Zucker und 1 EL Butter karamellisieren. Die Quarkknödel anrichten und mit den karamellisierten Bröseln bedecken.

Vincent Klink Mittwoch, 14. Mai 2008

Rahm-Sauerkraut

Für 2 Personen

1 Schalotte	1 EL Butter	1 TL Zucker
300 g Sauerkraut, frisch	2 Wacholderbeeren	2 Pimentkörner
100 ml Weißwein	150 ml Gemüsebrühe	100 ml Sahne
Salz, Pfeffer		

Die Schalotte schälen und fein schneiden. Schalotte in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, Zucker und danach das Sauerkraut zugeben. Wacholderbeeren und Pimentkörner zerdrücken, zugeben und mit Wein und Gemüsebrühe ablöschen. Sahne untermischen und zugedeckt alles ca. 30 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Vincent Klink Donnerstag, 18. November 2010

Rahm-Spinat

Für 4 Personen

500 g Blattspinat	300 g Dill, Kerbel, Korianderblätter	250 g Sahne
2 EL Butter	1 Vanilleschote	2 EL Butter, braun
Muskatnuss	Cayennepfeffer	Salz

Die Spinatblätter von den Stielen zupfen. Die Blätter in Salzwasser etwa drei Minuten kochen, in kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. Dill, Kerbel und Korianderblätter waschen und trocken schleudern. Mit den Händen das überschüssige Wasser aus dem Spinat drücken, und etwas zerkleinern. Die Sahne erhitzen und mit dem Spinat und Butter in einem Mixer pürieren. In einen kleinen Topf füllen, Vanille einlegen, sanft erhitzen, die braune Butter hinein rühren und mit Salz, Muskatnuss und Cayennepfeffer abschmecken. Zum Schluss die Kräuterblätter grob schneiden und kurz untermixen.

Tipp:

Nach Geschmack kann der Rahmspinat noch mit etwas Chili, Knoblauch, Ingwer, Kreuzkümmel und Korianderkörnern abgeschmeckt werden.

Alfons Schuhbeck am 27. Mai 2011

Rahm-Spinat

Für 4 Personen

1 l Sahne	2 kg Blattspinat	2 Schalotten
50 g Butter	1 Knoblauchzehe	Olivenöl
Muskat, Pfeffer, Salz		

Die Sahne reduzieren lassen bis sie sehr dickflüssig ist. Den Spinat von den Stielen befreien und anschließend gründlich waschen. Einen Topf mit Olivenöl erhitzen und den Spinat mit fein geschnittenen Schalotten dazu geben. Eventuell mit etwas Brühe ablöschen, mit Butter verfeinern und mit Salz, Pfeffer und Muskat sowie wenig Knoblauch abschmecken. Den Spinat ein wenig durch hacken und in die Sahnereduktion geben.

Tipp:

Waschen Sie den Spinat unbedingt so lange, bis kein Sand mehr auf dem Grund des Waschbeckens zu sehen ist. Lassen Sie das Öl ruhig ein wenig heißer werden als gewöhnlich, da der Spinat viel Wasser enthält und damit die Temperatur schnell wieder sinkt.

Nelson Müller am 11. Februar 2011

Rahm-Wirsing

Für 4 Personen

1 Zwiebel	800 g Wirsingkohl	Salz, Pfeffer, Zitronensaft
1 Dose geschälte Tomaten	2 EL Butter	1 1/2 Tl Mehl
250 ml Schlagsahne	100 ml Gemüsebrühe	1–2 Tl Kümmelsaat
3 EL glatte Petersilie		

Zwiebel fein würfeln. Wirsing putzen, den Strunk herausschneiden. Blätter in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Den Kohl in kochendem Salzwasser 3–4 Min. garen. Abgießen, abschrecken und im Sieb abtropfen lassen. Die Tomaten im Sieb abspülen, abtropfen lassen und fein hacken. Die Butter in einem Topf erhitzen, das Mehl zugeben und unter Rühren anschwitzen. Sahne und Brühe zugeben, mit dem Schneebesen verrühren und 5 Min. kochen. Kümmel, Tomaten, Petersilie und Wirsing zugeben. Bei mittlerer Hitze 5 Min. garen. Mit Salz, Pfeffer und einigen Spritzern Zitronensaft würzen.

Tim Mälzer am 30. 10. 2010

Ratatouille

Für 2 Personen

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

Die Paprika waschen, halbieren und das Kerngehäuse auslösen, das Fruchtfleisch in 1 cm große Würfel schneiden. Zucchini, Aubergine und Tomate waschen und ebenfalls in 1 cm große Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen, Zwiebel in 1 cm große Stücke, Knoblauch fein schneiden und in einem Topf mit 2 EL Olivenöl anschwitzen. Dann die Paprika zugeben, mit anschwitzen und mit Wein ablöschen. Thymian und Rosmarinzweig zugeben und 8 Minuten dünsten. Dann Zucchini und Aubergine mit in den Topf geben. Die Gemüsestücke nahezu weich kochen, dann die Tomaten untermischen. Mit Salz, Pfeffer und 1 EL Olivenöl abschmecken.

Vincent Klink Donnerstag, 22. September 2011

Reis-Plätzchen

Für 2 Personen

50 g Reis	Salz	1 Ei
100 g Mehl	50 ml Milch	1/2 Bund Petersilie
Pfeffer	1 EL Butterschmalz	

Für die Reisplätzchen den Reis in viel Salzwasser gar kochen, abspülen und auf ein Sieb geben. Ei, Mehl und Milch zu einem Teig verrühren. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Den gekochten, gut abgetropften Reis mit dem Teig und der Petersilie mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen, mit einem Esslöffel Reisteigmasse zu kleinen Plätzchen in die Pfanne geben und diese von beiden Seiten ausbacken.

Vincent Klink Donnerstag, 11. Dezember 2008

Risi-Pisi

Für 4 Personen

250 g Basmatireis	Salz	1 Zwiebel
2 EL Butter	100 g TK-Erbesen	100 ml Hühnerbrühe

Basmatireis in reichlich kochendem Salzwasser bei mittlerer Hitze 10 Min. garen. Abgießen, mit kaltem Wasser abspülen und gut abtropfen lassen.

Zwiebel fein würfeln. Butter in einem Topf schmelzen, Zwiebeln darin glasig dünsten, salzen. Erbsen und Reis zugeben und kurz mitdünsten. Hühnerbrühe zugeben, aufkochen und bei sehr milder Hitze zugedeckt 5-10 Min. gar ziehen lassen. Zum Hühnerfrikassee servieren.

Tim Mälzer am 21. 05. 2011

Rotkraut

Für 2 Personen

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

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

Jörg Sackmann 01. November 2011

Rotkraut

Für 4 Personen

0,5 Kopf Rotkohl, ca. 1 kg	0,5 l Rotwein	300 ml Portwein, rot
0,5 l Apfelsaft	1 Stange Zimt	5 Nelken
5 Wacholderbeeren	1 Lorbeerblatt, frisch	10 Pfefferkörner, weiß
2 Sternanis	2 Pimentkörner	2 EL Gänseeschmalz
2 Zwiebeln	2 Äpfel, säuerlich	2 Kartoffeln, mehlig
4 EL Wildpreiselbeeren, kalt gerührt	Zucker, Salz	

Den Rotkohl vierteln, den Strunk entfernen, mit den Händen in zwei Euro-Stück große „Flecken“ zupfen. In einer Schüssel salzen und zuckern, mit Rotwein, Portwein, Apfelsaft übergießen und gut durchkneten. Die Gewürze in einen Gewürzbeutel füllen und zugeben. Abgedeckt eine Woche ziehen lassen. Die Zwiebeln fein würfeln und in Gänseeschmalz anschwitzen. Den Rotkohl aus der Marinade nehmen und mit anschwitzen. Nach und nach mit der Marinade ablöschen. Die Äpfel und Kartoffeln gerieben zugeben. Weiter garen, bis die Kartoffeln verkocht sind. Die Wildpreiselbeeren unterrühren, mit Salz und Zucker nachschmecken.

Kolja Kleeberg am 16. Dezember 2011

Süßkartoffel-Püree

Für 4 Personen

1 kg Süßkartoffeln	1,5 Dosen Kokosmilch, ungesüßt	2 Kaffirlimettenblätter
1 Chilischote	1 Knolle Ingwer	200 ml Weißwein
2 Limonen	1 Stck. Zitronengras	250 g Butter
Salz		

Die Ingwerknolle fein reiben. Süßkartoffeln schälen und in große Stücke schneiden. Zusammen mit der Kokosmilch, den Kaffirlimettenblätter, der Chilischote, dem Ingwer und einer Prise Salz in einen Topf geben und circa 20 Minuten köcheln lassen, danach durch ein Sieb streichen. Die Limonen-Schalen abreiben. Weißwein zusammen mit dem Limonenabrieb und dem Zitronengras in einen Topf geben, auf die Hälfte reduzieren, die Butter und das Limonenfleisch einmischen.

Steffen Henssler am 21. Mai 2010

Süßsaures Rettich-Gemüse

Für 4 Personen

2 Bund Radieschen	2 Bund kleine weiße Rettiche	200 g Rettich, rot
50 g Rosinen	250 ml Weißwein	50 g Rohrzucker
1 Stange Zimt	50 g Macadamianüsse	25 ml Weißweinessig
25 ml japanischer Reiswein	Salz, Pfeffer, Chili	

Radieschen, roten Rettich und Eiszapfen putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Rosinen in Weißwein einlegen. Rohrzucker in einer Pfanne schmelzen, leicht karamellisieren lassen. Die eingelegten Rosinen samt Weißwein und Zimtstange zugeben und einmal aufkochen lassen. Macadamianüsse hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Nüsse, Weißweinessig und Mirin zugeben und den Sud fünf bis acht Minuten einkochen lassen. Die Rettichscheiben zugeben, durchschwenken und mit Salz, Pfeffer und Chili aus der Gewürzmühle abschmecken.

Johann Lafer am 11. September 2009

Safran-Gnocchi

Für 4 Personen

800 g Kartoffeln, mehlig	0,5 g Safran, gemahlen	150 g Mehl
2 Eier	50 g Parmesan	Muskatnuss, Salz, Pfeffer

Die Kartoffeln gründlich waschen und in einem Topf knapp mit Wasser bedeckt weich garen. Danach die Kartoffeln abgießen, noch heiß pellen und zweimal durch eine Kartoffelpresse drücken. Die Eier trennen. Die Eidotter mit dem Safran so lange verrühren, bis sich der Safran gelöst hat und unter Beigabe des Mehls zu einem glatten Teig vermischen. Mit Salz und frisch geriebener Muskatnuss abschmecken. Zuletzt den Parmesan reiben und unterrühren. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu etwa zwei Zentimeter dicken Rollen formen. Mit einer bemehlten Teigkarte (oder dem Messerrücken eines dünnen Messers) in zwei Zentimeter lange Stücke schneiden. Salzwasser in einem Topf zum leichten Kochen bringen und die Gnocchi hineingeben. Wenn die Gnocchi nach oben steigen, mit einer Schöpfkelle herausheben und in kaltem Wasser abschrecken.

Johann Lafer am 31. Juli 2010

Safran-Risotto

Für 2 Personen

200 g Risottoreis	Parmesan	2 Schalotten
1 unbehandelte Zitrone	1 Knoblauchzehe	3 EL Butter
Olivenöl, Salz, Pfeffer	500 ml trockener Weißwein	300 ml Fischfond
1 Zweig Thymian	1 Lorbeerblatt	2 g Safran-Fäden

Knoblauchzehe abziehen und halbieren. Die Schalotten abziehen, in Streifen schneiden und in einem Topf mit etwas Weißwein, dem Fischfond, dem Lorbeerblatt, der Knoblauchzehe und einem Thymianzweig aufkochen. Den Reis parallel in einem Topf mit etwas Olivenöl anschwitzen. Das Ganze mit dem Weißwein komplett bedeckt ablöschen, einen Deckel darauf geben, das Risotto beiseite stellen und fünf Minuten quellen lassen. Den Deckel vom Risotto nehmen, den Risotto zurück auf den Herd stellen, mit dem kochenden Weißwein-Fond-Sud bedeckt aufgießen und nun bei milder Hitze unter stetigem Rühren den Risotto langsam cremig-schlotzig einkochen lassen. Dabei immer wieder etwas von dem heißen Weißwein-Fond-Sud hinzugeben. Wenn das Risottokorn al dente ist, den Safran hinzugeben, gut unterrühren und erneut drei Minuten ziehen lassen. Parmesan reiben. Kurz vor dem Servieren erneut einen kleinen Schuss Weißwein-Fond-Sud in den Risotto geben, aufkochen lassen und mit dem Parmesan, der restlichen Butter, einer Prise Salz und Pfeffer abschmecken und durchrühren. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen.

Alexander Herrmann am 18. März 2011

Safran-Risotto

Für 2 Personen

1 Schalotte	1 EL Olivenöl	1 EL Schalottenwürfel
100 g Risottoreis	ca. 250 ml heller Kalbsfond	50 ml trockener Weißwein
1 Msp Safran-Fäden	50 g Parmesan	Salz, Pfeffer

Eine Schalotte schälen, fein schneiden, in Olivenöl anschwitzen, den Reis zugeben und glasig werden lassen. Den Kalbsfond und den Weißwein auffüllen, den Safran zugeben, sachte köcheln lassen und ständig rühren. Parmesan reiben, wenn der Reis bissfest ist, Parmesan untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Otto Koch Freitag, 14. August 2009

Safran-Risotto

Für 4 Personen

1 Msp. Safran	ca. 400 ml Hühnerbrühe	2 Schalotten
2 EL Butter	200 g Risottoreis	100 ml Weißwein
75 g Parmesan	Salz	

Den Safran zu der Hühnerbrühe geben und diese heiß werden lassen. Die Schalotten schälen und fein hacken. 1 EL Butter in einem Topf erhitzen. Schalotten mit dem Reis in Butter anschwitzen, wenn die Reiskörner anfangen zu glänzen, mit dem Weißwein ablöschen. Wenn der Wein verdampft ist, eine Kelle heiße Brühe zugeben und fast einkochen lassen. Immer wieder Brühe angießen. Dabei regelmäßig umrühren. Nach ca. 20 Minuten sollte das Risotto fertig sein. 1 EL Butter und so viel frisch geriebenen Parmesan zugeben wie gewünscht. Mit Salz abschmecken.

Vincent Klink Donnerstag, 10. Februar 2011

Sauerkraut

Für 4 Portionen

1 Gemüsezwiebel	5 EL Olivenöl	1 kg frisches Sauerkraut
2 EL Tomatenmark	1/2 EL Honig	1 Tl Kümmelsaat
3–4 EL getrocknete Cranberrys	Salz	

Zwiebel in halbe Ringe schneiden. Öl erhitzen und die Zwiebeln darin glasig braten. Sauerkraut in ein großes Sieb geben, mit kaltem Wasser abspülen und kräftig ausdrücken.

Tomatenmark zu den Zwiebeln geben und kurz mitbraten. Honig und Kümmel zugeben. Sauerkraut, Cranberrys und 300 ml Wasser untermischen, salzen. Unter Rühren erhitzen und zugedeckt 20–30 Min. bei mittlerer Hitze schmoren.

Tim Mälzer am 26. 03. 2011

Schnelles asiatisches Gemüse

Für 2 Portionen

100 g Couscous	100 ml Fond	1 EL Rosinen
1 Knoblauchzehe	je 1 gelbe und rote Paprika	1 Knolle Ingwer
1 Zwiebel	3 Stiele Petersilie	1 Vanilleschote
Salz, Pfeffer	100 ml Kokosmilch	Olivenöl, Sternanis, Zimt

Couscous in einen Topf geben. Den Fond mit Rosinen und Knoblauch erhitzen und zu dem Couscous geben (falls Sie keinen Fond zur Hand haben, können Sie auch kochendes Wasser verwenden) und einkochen lassen. Die Paprika schälen, säubern und den Stiel und die Kerne entfernen. Anschließend in kleine Stücke schneiden. Olivenöl in Pfanne erhitzen und die Paprika dazugeben. Den Knoblauch abziehen, zu kleinen Stiften schneiden und ebenfalls in die Pfanne geben. Etwas Ingwer schälen und über die Pfanne reiben. Die Zwiebel scheiden und auch dazugeben. Die Petersilie grob hacken und ebenso zu den Paprika geben. Die Vanilleschote längs halbieren, das Vanillemark auskratzen und das Gemüse damit verfeinern. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Kokosmilch ablöschen. Nun den aufgekochten Couscous dazugeben und das Ganze bei Bedarf mit Sternanis und Zimt abschmecken. Das Asiagemüse auf Tellern anrichten und servieren.

Steffen Henssler am 24. 11. 2011

Schnittlauch-Flädle (dünne Pfannkuchen)

Für 4–6 Personen

100 g Mehl	Salz	frisch geriebene Muskatnuss
2 Eier (Kl. M)	150–200 ml Milch	0,5 Bund Schnittlauch
2–3 El Öl		

Mehl mit je 1 Prise Salz und Muskat mischen. Eier und Milch verquirlen und nach und nach in die Mehlmischung rühren, bis ein glatter Teig entsteht. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und unterrühren. Teig 10 Minuten quellen lassen. Jeweils 1 Tl Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und nacheinander goldbraune Pfannkuchen backen. Pfannkuchen leicht abkühlen lassen und in schmale Streifen schneiden. In Suppenteller geben und mit heißer Consommé übergießen.

Tim Mälzer am 06. 03. 2010

Schwarzwurzeln a la Creme

Für 4 Personen

800 g Schwarzwurzeln	Saft von 1 Zitrone	2 El Butter
Salz, Pfeffer	1 gehäufter El Mehl	600 ml Milch
0,5 Bund Petersilie		

Schwarzwurzeln gründlich unter fließend kaltem Wasser abbürsten und schälen. Sofort in eine Schüssel mit kaltem Wasser und reichlich Zitronensaft geben, damit sie nicht braun werden. Schwarzwurzeln in Scheiben schneiden und abtropfen lassen. Butter in einer Pfanne schmelzen. Die Schwarzwurzeln darin andünsten und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Mehl bestäuben und 2–3 Min. anschwitzen. Die Hälfte der Milch zugießen. Salzen, pfeffern und 20–25 Min. bei milder Hitze garen. Nach und nach die restliche Milch zugießen. Petersilie fein hacken und kurz vor dem Servieren unter die Schwarzwurzeln mischen. Mit Zitronensaft abschmecken.

Tim Mälzer am 31. 10. 2009

Sellerie-Püree a la King

Für 4 Personen

0,5 Zitrone	300 g Knollensellerie	100 ml Milch
50 ml Wasser	1 Prise Zucker	Meersalz, Pfeffer

Saft der Zitrone auspressen. Den Knollensellerie schälen, in grobe Würfel schneiden und mit wenig Salz-Milch-Wasser zugedeckt bei geringer Hitze weich kochen. (Nur so viel Salz-Milch-Wasser verwenden, dass die Flüssigkeit gerade ausreicht, um den Sellerie weich zu kochen.) Nun den Sellerie ganz fein pürieren. Mit grobem Meersalz, frisch gemahlenem weißen Pfeffer, einigen Tropfen Zitronensaft und einer kleinen Prise Zucker abschmecken.

Johannes King am 29. April 2011

Semmel-Knödel

Für 2 Personen

2 Schalotten	2 Stängel Petersilie	3 altbackene Semmeln
20 g Rauchspeck	25 g Butter	ca. 100 ml Milch
1 Eigelb	Salz	

Die Schalotten schälen und fein schneiden. Die Petersilie waschen, abtropfen lassen und fein hacken. Die Semmeln in ca. 1cm große Würfel schneiden. Den Speck sehr fein würfeln und mit 1 EL Schalotten in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Mit Milch, Eigelb und den Brotwürfeln mischen. Petersilie dazugeben und alles einige Minuten stehen lassen, bis das Brot gut durchgezogen ist. Sollte die Masse zu trocken sein, etwas Milch dazugeben. Jedoch nur so viel, dass die Knödelmasse zusammenhält. Aus der Masse Knödel formen und diese im Salzwasser circa 10 Minuten köcheln lassen.

Otto Koch Freitag, 25. April 2008

Shiitake Pak-Choi Gemüse

Für 4 Personen

1 Zehe Knoblauch	1 EL Ingwer	200 g Shiitake-Pilze
2 Karotten	2 Frühlingszwiebeln	2 Pak-Choi
2 EL Sojasoße	1/2 Limone	3 EL Cashewnüsse, geröstet
Olivenöl, Salz		

Den Saft der Limone auspressen. Knoblauch und Ingwer fein hacken und in Olivenöl andünsten. Shiitake vom Stamm befreien und dazu geben. Karotte, Frühlingszwiebeln und Pak-Choi sehr fein schneiden. Fünf Minuten mitdünsten. Mit Sojasoße und Limonensaft ablöschen, salzen und mit gerösteten Cashewnüssen bestreuen.

Andreas C. Studer am 23. Oktober 2009

Speck-Sellerie-Stampf

Für 2 Portionen

600 g Knollensellerie	3 Scheiben Speck	frische Petersilie
400 ml Brühe	50 ml Weißwein	50 ml Sahne
10 Perlzwiebeln	1 Zwiebel	Salz, Pfeffer
Zucker, Butter		

Den Knollensellerie putzen und in Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen, fein schneiden und mit einer Prise Zucker und zwei Flocken Butter in einem heißen Topf anschwitzen. Die Selleriewürfel dazugeben und mit 50 ml Weißwein ablöschen. Den Sellerie mit dem Fond ablöschen. Die Sahne zu dem Sellerie geben und verkochen lassen. Nun den Sellerie mit einem Kartoffelstampfer zerkleinern (ggfs. überschüssige Flüssigkeit vorher abgießen) und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer separaten Pfanne den Speck in Öl rösten. Die frische Petersilie klein schneiden und zu dem Speck in die Pfanne geben. Die Perlzwiebeln zu dem Speck geben und kurz mit schwenken. Den Selleriestampf mit dem Speck auf Tellern anrichten und servieren.

Steffen Henssler am 23. 11. 2011

Speckbrot

Für 4–6 Personen

6 Scheiben Sauerteigbrot	6 Tl Butter	6 Stiele Thymian
12 Scheiben Speck		

Die Brotscheiben entrinden und mit je 1 Tl Butter und 1 Stiel Thymian belegen. Je 2 Scheiben Bacon nebeneinander auf die Arbeitsfläche legen, und je 1 Scheibe Brot mit der Butter nach unten auf den Speck geben. Die Brote mit dem Speck unwickeln und mit den Enden nach unten auf ein Backblech geben. Im heißen Ofen bei 180 Grad (Umluft 180 Grad) auf der mittleren Schiene 15–20 Minuten knusprig backen.

Tim Mälzer am 21. 11. 2009

Spinat-Pilz-Gemüse

Für 4 Personen

400 g junger Blattspinat	2 Knoblauchzehen	1 Schalotte
300 g Kräuterseitlinge	3 El Öl	Salz
1 El Butter	1–1 El Sojasoße	Pfeffer

Spinat verlesen, waschen und trockenschleudern. Knoblauch in dünne Scheiben, Schalotte in Ringe schneiden. Pilze putzen und in Stücke schneiden. Öl in einem weiten Topf erhitzen, Knoblauch und Schalotten darin andünsten. Pilze nach und nach zugeben und mitbraten. Leicht salzen. Butter zugeben und bei mittlerer Hitze schmelzen. Spinat zugeben und ca. 2 bis 3 Minuten zugedeckt dünsten, bis er zusammengefallen ist. Mit Sojasoße und Pfeffer würzen und sofort servieren.

Tim Mälzer am 20. 02. 2010

Spinat-Risotto

Für 2 Personen

600–800 ml Geflügelbrühe	100 g junger Blattspinat	2 Zwiebeln
2 El Öl	150 g Risottoreis	50 ml Weißwein
1 El Butter	80 g ger. Parmigiano reggiano	Salz, Pfeffer, Olivenöl

Geflügelbrühe erhitzen und warm halten. Spinat waschen, trockenschleudern und verlesen. Zwiebeln fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln darin glasig dünsten. Risottoreis zugeben und 2 Minuten mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen und vollständig einkochen lassen. Gerade so viel Brühe zugießen, dass der Reis bedeckt ist. Offen bei mittlerer Hitze unter häufigem Rühren 20–25 Minuten garen. Dabei immer wieder etwas heiße Brühe zugießen, sobald sie vom Reis fast aufgesogen ist. Spinat unter den Risotto geben und zusammenfallen lassen. Butter und die Hälfte des Käses untermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem restlichen Käse bestreuen und mit etwas Olivenöl beträufelt servieren.

Tim Mälzer am 27. 11. 2010

Spitzkohl mit Orangen

Für 4 Portionen

1 Spitzkohl	5 El Olivenöl	Salz
1 El Kümmelsaat	1 Orange	

1. Spitzkohl längs vierteln und den Strunk herausschneiden. Blätter in ca. 2 cm breite Streifen schneiden.
2. 3 El Öl in einer Pfanne erhitzen, Spitzkohl darin rundherum anbraten. Mit Salz und Kümmel würzen und 3–5 Minuten bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren weiterbraten.
3. Orange schälen und in Scheiben schneiden. Orangenscheiben auf eine Platte geben und mit 2 El Öl beträufeln. Spitzkohl darüber verteilen.

Tim Mälzer am 11. 12. 2010

Stampf-Kartoffeln mit Röstzwiebel

Für 6 Personen

1,2 kg mehlig Kartoffeln	Salz	500 g Zwiebeln
4 El Öl	3 El Butter	5 El Schlagsahne

Kartoffeln waschen, schälen und in grobe Stücke schneiden. In Salzwasser 20 Minuten garen, abgießen und abtropfen lassen. Die Zwiebeln pellen, halbieren und in Streifen schneiden. In einer heißen Pfanne mit dem Öl bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren ca. 30 Minuten goldbraun braten. Leicht salzen. Butter in einem Topf schmelzen. Kartoffeln zugeben und mit einem Kartoffelstampfer grob zerstampfen. Zwiebeln und Sahne zugeben und unterrühren. Mit Salz abschmecken.

Tim Mälzer am 19. 12. 2009

Steckrüben-Möhren-Gemüse

Für 4 Personen

250 g Möhren	250 g Kartoffeln	500 g Steckrüben
3 El Olivenöl	Salz, Muskatnuss	3 Lorbeerblätter
500 ml Fleischbrühe	2 El gehackter Majoran	100 ml Schlagsahne

Möhren, Kartoffeln und Steckrübe schälen und gleich groß würfeln. Öl in einem Topf erhitzen und das Gemüse darin 2 Minuten andünsten. Mit Salz und Lorbeerblättern würzen und die Brühe zugießen. Aufkochen und offen bei mittlerer Hitze 20–25 Minuten garen.

Majoran zum Gemüse geben. Sahne zugießen und mit Muskat würzen. Lorbeerblätter aus dem Gemüse nehmen und das Gemüse nach Belieben sofort servieren oder in einer Küchenmaschine fein pürieren.

Tim Mälzer am 08. 01. 2011

Sushi-Reis für Anfänger

Für 2 Portionen

250 g Sushi-Reis Wasser

Den Sushi-Reis in eine Schüssel geben und kaltes Wasser dazugeben. Mit den Fingern leicht durch den Reis kreisen und ihn so waschen. Nun das Wasser abgießen und frisches Wasser nachgießen. Das Ganze so oft wiederholen, bis das abgegossene Wasser klar ist.

Steffen Henssler am 12. 09. 2011

Sushi-Reis richtig kochen

Für 2 Portionen

250 g Sushi-Reis

Den gewaschenen Reis in einen Topf mit 500 Millilitern kaltem Wasser geben. Einen Deckel auf den Topf geben und zehn Minuten auf niedriger Stufe langsam aufkochen lassen. Anschließend die Temperatur erhöhen und nochmals zehn Minuten köcheln lassen. Den Deckel dabei die gesamte Zeit geschlossen halten. Abschließend weitere zehn Minuten ruhen lassen.

Steffen Henssler am 13. 09. 2011

Sushi-Reis Teil II

Für 2 Portionen

Sushi-Reis 2-3 El Reissessig (Sushi-Su) Zucker, Salz

Den gekochten Reis in eine Plastikschißel geben. Reissessig mit einer guten Prise Zucker und Salz kalt verrühren. Anschließend mit dem Reis vermischen. Ein Handtuch in heißem Wasser tränken und auf den Reis legen.

Steffen Henssler am 14. 09. 2011

Tomaten-Chutney

Für 4 Personen

800 g Tomaten	30 g frischer Ingwer	3-5 Knoblauchzehen
100 g Schalotten	1 rote Pfefferschote	2 Äpfel
3 El Olivenöl	120 g Zucker	200 ml Weißweinessig
200 ml Apfelsaft	1 El Kümmelsaat	

Den Stielansatz keilförmig aus den Tomaten schneiden. Tomaten leicht einritzen und in schwach kochendem Wasser 5 Minuten sieden lassen, bis sich die Schale löst. Tomaten abschrecken, häuten, vierteln, entkernen und grob zerschneiden. Ingwer schälen, mit dem Knoblauch und den Schalotten in feine Scheiben schneiden. Pfefferschote in dünne Ringe schneiden. Äpfel vierteln und entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln, Ingwer, Knoblauch und Äpfel darin 2 bis 3 Minuten andünsten. Zucker zugeben und leicht karamellisieren. Mit Essig und Apfelsaft ablöschen. Tomaten, Kümmel und Pfefferschoten zugeben und bei mittlerer Hitze 25 bis 30 Minuten einkochen. Dabei gelegentlich umrühren.

Tim Mälzer am 13. 02. 2010

Tomaten-Risotto

Für 4 Personen

1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch	2 Tomaten
0,5 l Tomatenbrühe, klar	200 ml Geflügelbrühe	2 EL Olivenöl
200 g Risottoreis	50 ml Weißwein	1 Bund Frühlingslauch
8 Tomatenfilets, getr. in Öl	8 Ofentomaten, halbgetrocknet	4 Zweige Estragon
2 Zweige Basilikum	1 EL Butter	40 g Parmesan
Meersalz	Piment-d'Espelette	Peperoncini, Zucker

Die Schalotte und Knoblauchzehe schälen und fein würfeln. Die Tomaten überbrühen, schälen, entkernen und das Fruchtfleisch würfeln. Die Tomatenbrühe und die Geflügelbrühe in einem Topf aufkochen lassen. Das Olivenöl in einer Kasserolle erhitzen und die Schalotten- und Knoblauchwürfel darin glasig anschwitzen. Die Tomatenwürfel dazugeben, mit etwas Meersalz und Zucker würzen. Den Reis ungewaschen dazugeben und mit anschwitzen. Mit Wein ablöschen und etwas einkochen lassen. Dann das Risotto mit der heißen Tomatenbrühe bedecken und die Flüssigkeit unter gelegentlichem Rühren einkochen lassen. Diesen Vorgang wiederholen, bis die gesamte Flüssigkeit nahezu eingekocht und das Risotto al dente ist. Den Frühlingslauch putzen, waschen und schräg in Scheiben schneiden, die letzten fünf Minuten im Risotto mitkochen lassen. Die getrockneten Tomatenfilets und die Ofentomaten in Streifen schneiden. Estragon und Basilikum waschen, trocken tupfen und die Blätter fein schneiden. Das Risotto vom Herd nehmen und mit den Tomatenstreifen, Estragon, Basilikum, Meersalz, Piment d'Espelette, Butter und geriebenem Parmesan verrühren. Fein gehackte Peperoncini nach Geschmack dazugeben.

Cornelia Poletto am 18. März 2011

Weihnachtlicher Rotkohl

Für 6 Personen:

1 kg Rotkohl	1 große Zwiebel	400 ml heißes Wasser
1 Apfel	4 EL Rotweinessig	2 EL Rapsöl
3 gehäufte EL brauner Zucker	1 TL Lebkuchengewürz	2 Sternanis
je 0,5 TL Zimt und Salz	2 EL Johannisbeergelee	1 Kartoffel

Die äußeren Blätter des Rotkohls entfernen. Ihn waschen, vierteln und quer in schmale Streifen schneiden. Die Streifen in eine große Schüssel geben.

Aus Zimt, Lebkuchengewürz, Sternanis und Rotweinessig eine Marinade machen. Die Marinade mit dem Rotkohl vermengen, ihn mindestens zwei Stunden abgedeckt ziehen lassen.

Rapsöl in einem Topf erhitzen, die kleingeschnittene Zwiebel darin glasig andünsten, mit braunem Zucker bestreuen und leicht karamellisieren lassen.

Rotkohl hinzugeben, salzen, heißes Wasser darübergießen. Bei mittlerer Hitze zirka 40 Minuten bei geschlossenem Deckel garen, ab und zu umrühren.

Den Apfel schälen, grob raspeln und mit dem Gelee unterheben. Den Kohl etwas weiter garen lassen - kurze Zeit, wenn man ihn knackig mag, länger, wenn er weicher sein soll. Falls es an Bindung fehlt, eine geriebene Kartoffel hinzufügen. Erneut abschmecken und servieren.

Tipps:

Lassen Sie die Gewürze in einem Gewürzbeutel mitkochen. Vorm Servieren sind sie so leichter entnehmbar, besonders Nelken und Pimentkörner.

Lust auf Experimente? Ingwer oder Chili bringen Schärfe, Schmalz mehr Deftigkeit. Birne und Fruchtgelees - nach Geschmack - geben Kohl eine feine Süße. Essig und Rotwein sorgen für Farbe.

Wer Zeit sparen will, verzichtet aufs Marinieren. Ganz Eilige können zur Konserve greifen.

Der rote Farbstoff Anthocyan lässt Spuren. Wer Bretter und Tischplatten vorher anfeuchtet, kann ihn einfacher entfernen.

Gesund und lecker ist dieser Rohkostsalat: Rotkohl in feine Streifen schneiden, blanchieren, mit Grapefruitfilets, Apfel, Weintrauben, Walnüssen und Dressing aus Walnussöl, Honig, Zitronen- oder Orangensaft, Ingwer, Salz, Pfeffer abrunden.

test Dezember 2009

Wirsing-Gemüse

Für 4-6 Personen

750 g Wirsing	Salz	4 Schalotten
15 g frischer Ingwer	2 El Butterschmalz	1 Prise Zimtpulver
150 ml Schlagsahne	Zucker	

Äußere Blätter vom Wirsing entfernen. Den Wirsing vierteln und den Strunk herausschneiden. Die Blätter in ca. 2 cm breite Streifen schneiden und in kochendem Salzwasser 3 Minuten blanchieren. In ein Sieb geben, abschrecken und abtropfen lassen. Die Schalotten in dünne Ringe schneiden, Ingwer schälen und fein reiben. Butterschmalz in einem Topf erhitzen und die Schalotten darin glasig dünsten. Ingwer und Zimt zugeben und kurz mitdünsten. Wirsing leicht ausdrücken, zugeben 5-10 Minuten dünsten. Sahne steif schlagen, unter den Wirsing heben und mit Salz und Zucker würzen.

Tim Mälzer am 21. 11. 2009

Wirsing

Für 4 Personen

0,5 Kopf Wirsing	1 Apfel, rotbackig	2 EL Ingwer, eingelegt
2 EL Butter	100 ml Gemüsebrühe	200 g Sahne
1 EL Butter, braun	Pfeffer, Chilipulver, mild	Muskatnuss, Salz

Den Wirsing putzen, in einzelne Blätter teilen, diese halbieren und dabei die Blattrippe entfernen. Die Blätter waschen, in kochendem Salzwasser in einigen Minuten bissfest blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Mit den Händen das Wasser aus den Blättern drücken, anschließend in Rauten schneiden oder klein hacken. Den Apfel waschen, vierteln und in einen halben bis einen Zentimeter große Würfel schneiden. Den Ingwer in feine Streifen schneiden. Die Apfelwürfel in einer Pfanne in einem Esslöffel Butter bei milder Hitze zwei Minuten andünsten. Brühe und Sahne mit dem blanchierten Wirsing und dem Ingwer in die Pfanne geben und erhitzen. Die übrige Butter (einen Esslöffel) mit der braunen Butter hineinrühren und mit Salz, Pfeffer, Chili und etwas Muskatnuss würzen.

Alfons Schuhbeck am 16. Dezember 2011

Zitronen-Risotto

Für 4 Personen

Tomatenfond:

2 kg Romatomen	1 Zitrone, unbehandelt	6 EL Gin
2 Sternanis	2 EL Meersalz	2 EL Zucker

Risotto:

1 Schalotte	1 Zitrone, unbehandelt	2 EL kandierte Zitrone
1 Bund Basilikum	80 g Parmesan	1 EL Olivenöl
80 g Butter	240 g Risottoreis	80 ml Weißwein
650 ml weißer Tomatenfond	Meersalz	

Für den weißen Tomatenfond die Tomaten vierteln, vom Strunk befreien. Die Zitrone abspülen, trocknen und 6 breite Zesten abziehen. Dann den Saft auspressen. Tomaten mit 3 EL Zitronensaft, den Zesten, Gin, Sternanis, Meersalz und Zucker in den Mixer geben und bei höchster Stufe ca. 1 Minute mixen. Dann die Masse durch ein doppelt gelegtes Passiertuch in einer Schüssel über Nacht abtropfen lassen. Den aufgefangenen Fond bis zur weiteren Verarbeitung im Risotto beiseite stellen.

Für das Zitronenrisotto die Schalotte schälen und fein schneiden. Die Zitrone abspülen, trocknen und 6 breite Zesten abziehen. Kandierte Zitrone fein hacken. Basilikumblätter fein schneiden. Parmesan fein reiben. Die Schalotte mit 1 EL Olivenöl und 10 g Butter im Schnellkochtopf farblos anschwitzen. Den Reis und die Zitronenzesten untermischen und einige Minuten mitdünsten lassen, dann mit Weißwein ablöschen. Sobald der Weißwein verdampft ist, 650 ml vom vorbereiteten Tomatenfond dazugeben und den Schnellkochtopf verschließen. Auf Stufe I fünf Minuten kochen lassen. Den Schnellkochtopf öffnen und den Reis probieren. Falls er noch nicht die richtige Konsistenz hat, in traditioneller Weise weiterkochen (d.h. evtl. noch etwas Brühe angießen und rührend weich kochen). Sobald der richtige Garzustand erreicht ist, den Schnellkochtopf vom Herd nehmen, kandierte Zitronen hinzufügen, Risottoreis evt. nachsalzen und mit der restlichen Butter, Parmesankäse und Basilikum vermischen.

Frank Buchholz Mittwoch, 12. August 2009

Zitronen-Risotto

Für 2 Personen

100 g Risottoreis	1 EL Olivenöl	ca. 300 ml Geflügelfond
Salz, Pfeffer	1/2 Zitrone, unbehandelt	30 g Parmesan
1 EL Sauerrahm	1 EL kalte Butter	

Reis in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen und mit so viel heißem Geflügelfond aufgießen, dass der Reis bedeckt ist. Salzen und pfeffern. Unter ständigem Rühren 13-15 Minuten kochen lassen, dabei immer wieder Geflügelfond angießen. In der Zwischenzeit von der Zitrone etwas Schale abreiben, Parmesan fein reiben. Sauerrahm mit Zitronenschale und Parmesan mischen. Risotto vom Herd nehmen und mit der Sauerrahm-Parmesan-Mischung abbinden und mit kalter Butter abschmecken.

Jörg Sackmann Mittwoch, 14. Oktober 2009

Zucchini-Gemüse

Für 4 Personen

1 Zitrone	3 Zehen Knoblauch	3 Zucchini, klein
4 EL Olivenöl	0,5 Bund Petersilie	Pfeffer, Salz

Den Saft der Zitrone auspressen. Die Knoblauchzehen schälen und in Scheiben schneiden. Die Zucchini längs in dünne Scheiben schneiden oder hobeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zucchinischeiben portionsweise kurz goldbraun braten. Herausnehmen, wenn nötig auf Küchenkrepp abtropfen lassen, dann in eine Schüssel geben und leicht salzen und pfeffern. Die Knoblauchscheiben in einer separaten Pfanne leicht anbraten und mit dem Saft der Zitrone und dem übrig gebliebenen Öl aus der Zucchinipfanne ablöschen. Das Knoblauchdressing sofort über den Zucchini geben, leicht durchmengen, mit frischer Petersilie bestreuen.

Horst Lichter am 08. Juli 2011

Index

- Aubergine, 1, 2, 11, 32
- Blumenkohl, 10
- Bohnen, 12
- Bratkartoffeln, 3
- Brokkoli, 9, 29
- Brot, 8, 9, 14, 18, 25, 30, 40
- Couscous, 2, 5, 37
- Erbsen, 14, 25, 33
- Fenchel, 8, 9
- Gnocchi, 35
- Grünkohl, 6
- Gurke, 14, 20, 23
- Kürbis, 16
- Kartoffeln, 9, 15, 17, 19–22, 24–26, 29, 34, 35, 39, 42, 45
- Klöße, 4, 7
- Knödel, 2, 3, 18, 30, 38
- Kohlrabi, 12, 25
- Kroketten, 18
- Lasagne, 30
- Lauch, 12, 26
- Linsen, 19
- Möhren, 8, 11, 12, 17, 19, 38, 42, 44
- Nudeln, 5, 26–29
- Püree, 1, 4, 14, 16, 20, 25, 29, 30, 34, 38
- Pak-Choi, 38
- Paprika, 2, 11, 28, 32, 37
- Pastinaken, 29
- Pilze, 5, 8, 9, 11, 38, 40
- Polenta, 27, 30
- Rösti, 15, 21
- Rüben, 42
- Radicchio, 10
- Radieschen, 3, 12, 23, 34
- Ratatouille, 32
- Reis, 4, 12, 13, 28, 32, 33, 35, 36, 41–44, 46, 47
- Rettich, 4, 34
- Rote-Bete, 30
- Rotkraut, 33, 34, 45
- Salat, 3, 5, 14, 20, 23
- Sauerkraut, 1, 31, 36
- Schoten, 4, 8, 27, 28
- Schwarzwurzeln, 14, 37
- Sellerie, 12, 17, 19, 38, 40
- sonstige, 2, 3, 27, 37, 42, 43
- Spätzle, 6, 16, 39
- Spargel, 39
- Spinat, 7, 8, 22, 31, 40, 41
- Spitzkohl, 17, 41
- Stampf, 24, 40, 41
- Steckrübe, 42
- Wirsing, 32, 45, 46
- Zucchini, 2, 11, 15, 26, 32, 47