

**Kochrezepte  
aus Fernsehen oder Internet**

**Profi: Beilagen**

**2012-2013**

**97 Rezepte**

---

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

# Inhalt

Apfel-Kartoffel-Püree . . . . .	1
Asia-Gemüse . . . . .	1
Auberginen-Püree . . . . .	1
Bandnudeln mit Parma-Schinken . . . . .	2
Basilikum-Risotto . . . . .	2
Bayerisch Kraut . . . . .	2
Bayrisch Kraut . . . . .	3
Beluga-Linsen . . . . .	3
Borlotti-Bohnen . . . . .	4
Brokkoli im Ganzen . . . . .	4
Chorizo-Kartoffel-Püree . . . . .	5
Couscous mit Mangold . . . . .	5
Dörrobst-Polenta . . . . .	6
Dampf-Nudeln I . . . . .	6
Dampf-Nudeln II . . . . .	7
Erbsen-Möhren-Gemüse . . . . .	7
Esskastanien-Püree . . . . .	8
Frittierte Kartoffel-Bällchen . . . . .	8
Gebratene Kartoffel-Streifen . . . . .	8
Gebratener Romanesco . . . . .	9
Gebratener Spargel mit Tomate . . . . .	9
Gebratenes Spargel-Gemüse mit Erdbeeren . . . . .	10
Gefüllte Knödel . . . . .	10
Gemüse-Tempura . . . . .	11
Germ-Knödel . . . . .	12
Geschmorte Rüben . . . . .	12

Gnocchi . . . . .	13
Herzogin-Kartoffeln . . . . .	13
Kürbis aus dem Ofen . . . . .	13
Kürbis-Apfel-Gemüse mit Parma-Schinken . . . . .	14
Kartoffel-Creme . . . . .	14
Kartoffel-Gratin . . . . .	14
Kartoffel-Klöße . . . . .	15
Kartoffel-Knödel . . . . .	15
Kartoffel-Knödel . . . . .	16
Kartoffel-Risotto . . . . .	16
Kartoffel-Schalotten-Plätzchen . . . . .	16
Kartoffel-Sellerie-Püree . . . . .	17
Kartoffel-Spargel-Stampf . . . . .	17
Kartoffel-Stroh . . . . .	17
Kartoffel-Teig . . . . .	17
Kartoffel-Tortellini . . . . .	18
Kiwi-Bratkartoffeln . . . . .	18
Kohlrabi-Gemüse . . . . .	18
Kohlrabi-Schnitzel . . . . .	19
Koriander-Gemüse . . . . .	19
Kräuter-Kartoffel-Stampf . . . . .	19
Kräuter-Salsa . . . . .	20
Kroketten . . . . .	20
Lafer's Kartoffel-Klöße . . . . .	20
Linsen-Grünkohl-Gemüse . . . . .	21
Linsen-Püree . . . . .	21
Möhren-Püree . . . . .	22
Merrettich-Risotto . . . . .	22
Mojo verde . . . . .	22
Orangen-Chili-Möhren . . . . .	23
Orangen-Gemüse . . . . .	23
Paprika-Ratatouille . . . . .	24
Pasta mit Mozzarella und Tomate . . . . .	24

Pilz-Nudeln . . . . .	25
Pommes frites . . . . .	25
Pommes frites . . . . .	25
Radicchio-Linsen-Ragout . . . . .	26
Rahm-Porree . . . . .	26
Rahmiges Safran-Kraut . . . . .	27
Ravioli . . . . .	27
Rosenkohl-Raogut . . . . .	28
Rotkohl . . . . .	28
Rotkohl . . . . .	29
Safran-Kartoffel-Stampf . . . . .	29
Sauerkraut mit Rum-Rosinen . . . . .	29
Sauerkraut, bayrisch und süßsauer . . . . .	30
Schmelzkraut . . . . .	30
Schnelle Bratkartoffeln . . . . .	31
Schneller Couscous . . . . .	31
Schnelles Artischocken-Pak-Choi-Gemüse . . . . .	32
Schupfnudeln . . . . .	32
Selbstgemachte Nudeln . . . . .	33
Semmel-Knödel . . . . .	33
Servietten-Knödel . . . . .	34
Shiitake-Rucola-Gemüse . . . . .	34
Spätzle . . . . .	35
Spaghetti mit Calamaretti und Tomaten . . . . .	36
Spargel klassisch mit Hollandaise . . . . .	36
Spargel-Tarte . . . . .	37
Speck-Kas-Knödel . . . . .	37
Speck-Knödel . . . . .	38
Spinat-Gemüse . . . . .	38
Spinat-Gnocchi . . . . .	38
Steckrüben-Aprikosen-Gemüse . . . . .	39
Tagliatelle . . . . .	39

Thüringer Klöße . . . . .	40
Tomaten-Nudeln . . . . .	40
Weißkraut-Kartoffel-Gratin . . . . .	41
Wurzel-Gemüse . . . . .	41
Zucchini-Paprika-Gemüse . . . . .	42
Zweierlei vom Rösti . . . . .	42
<b>Index</b>	<b>43</b>

## Apfel-Kartoffel-Püree

### Für 2 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig	Salz	1 Apfel
2 EL Butter	1 TL Zucker	150 ml Milch
75 ml Sahne	1 EL braune Butter	Pfeffer, Muskat

Die Kartoffeln schälen, der Länge nach halbieren und in Salzwasser weich kochen. Den Apfel schälen, vierten, entkernen. Apfelstücke in kleine ca. 5 mm große Würfel schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Butter Apfelstücke anschwitzen, 1 TL Zucker überstreuen und goldgelb karamellisieren. Kartoffeln abschütten und bei kleiner Flamme wieder auf den Herd stellen. Die Kartoffeln immer wieder schütteln, evtl. vom Boden loskratzen. Gut ausdampfen lassen. Dann durch eine Kartoffelpresse in einen vorgewärmten Topf drücken. Milch erhitzen und unter die Kartoffeln rühren, dass ein lockerer nicht zu nasser Brei entsteht. Die Sahne steif schlagen und zusammen mit den Apfelstücken und gebräunter Butter unter das Kartoffelpüree heben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Vincent Klink 15. November 2012

## Asia-Gemüse

### Für 4 Personen

1 EL Cashewkerne	300 g Möhren	2 Stiele Staudensellerie
je 1/2 gelbe und rote Paprika	1 Mango	2 EL Sojasprossen
Saft von 1 Limette	2 EL Geflügelbrühe	1 TL Honig
1 TL Sesamöl	1 EL Pflaumensauce	1/2 TL Austernsauce

Cashewkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, beiseite stellen. Möhren, Sellerie, Paprika, Mango und Sprossen, putzen bzw. schälen und waschen. Alles, bis auf die Sprossen, in sehr feine Streifen schneiden. Cashewkerne grob hacken. Alle vorbereiteten Zutaten und Sprossen in eine Schüssel geben. Limettensaft, Brühe, Honig, Sesamöl, Pflaumen- und Austernsauce zu einer Marinade verrühren. Marinade über das Gemüse geben und alles ca. 30 Minuten ziehen lassen.

Karlheinz Hauser am 21. Oktober 2013

## Auberginen-Püree

### Für 2 Portionen

1 Aubergine	3 EL Olivenöl	2 mehlig Kartoffeln
1 Zehe Knoblauch	1 Zwiebel	1 Zitrone, Milch

Zunächst die Aubergine in Scheiben schneiden. Dann eine Pfanne aufsetzen und heiß werden lassen. Einen guten Schuss Olivenöl hineingeben und die Auberginen-Scheiben hinzufügen. Die Auberginen beim Braten gelegentlich wenden. Die gekochten Kartoffeln schälen, in eine Schüssel geben und zerstampfen. Zwiebel und Knoblauch abziehen, in kleine Würfel schneiden und in die Pfanne zu den Auberginen geben. Das Ganze mit etwas Pfeffer würzen. Den Pfanneninhalt schließlich in die Schüssel zu den Kartoffeln geben und zerstampfen. Etwas Zitronenschale in die Schüssel reiben. Nun einen Schuss Milch oder Sahne hinzufügen.

Tipp:

Das Ganze noch mit Rosmarin, frischen Tomaten oder Thymian verfeinern. Das Auberginen-Püree auf Tellern anrichten und servieren.

Steffen Henssler am 12. 06. 2012

## Bandnudeln mit Parma-Schinken

### Für 2 Portionen

200 g Tagliatelle	50 g Parma-Schinken	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 Fenchel	frische Petersilie
Olivenöl	$\frac{1}{2}$ Bund Salbei	Salz, Pfeffer, Parmesan

Zunächst die Tagliatelle in kochendes Salzwasser geben und bissfest kochen. Den Parma-Schinken grob schneiden. Etwas von dem Fenchel nehmen und diesen in hauchfeine Streifen schneiden und klein hacken. Eine Zwiebel und eine Knoblauchzehe abziehen und in kleine Würfel schneiden. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und den Fenchel, die Zwiebeln, den Salbei und die Petersilie hinzufügen. Dann erst zum Schluss den Parma-Schinken hinzugeben. Die fertigen Tagliatelle mit in die Pfanne geben. Die Tagliatelle mit Fenchel, Zwiebeln, Salbei, Petersilie und Parma-Schinken auf Tellern anrichten, das Ganze mit Parmesan verfeinern und servieren.

Steffen Henssler am 12. 04. 2012

## Basilikum-Risotto

### Für 4 Personen

2 Schalotten	1 EL Butter	50 g Risottoreis
50 ml Weißwein	200 ml Geflügelbrühe	100 g Parmesan
1 EL Pesto	1 Bund Basilikum	Frittierfett
Sahne, geschlagen		

Die Schalotten schälen, fein würfeln und in Butter anschwitzen. Den Reis dazugeben und mit Weißwein und einem Schuss Brühe ablöschen. Den Reis unter ständigem Rühren und Zugabe der restlichen Brühe so lange kochen, bis er weich, aber innen noch al dente ist. Den geriebenen Parmesan und Pesto unterrühren und mit geschlagener Sahne verfeinern. Die Basilikumblätter zwischen zwei Kellen in 160 Grad heißem Fettbad knusprig frittieren, auf ein Küchenpapier geben und leicht salzen. Die frittierten Blätter zum Garnieren verwenden.

Nelson Müller am 13. Januar 2012

## Bayerisch Kraut

### Für 2 Personen

2 Schalotten	1 EL Butter	125 ml trockener Weißwein
200 g Sauerkraut, frisch	1 TL Bio-Gemüsebrühe	1 Lorbeerblatt
1 TL zerdrückte Wacholderbeeren	Pfeffer	

Die Schalotten schälen, würfeln und mit etwas Butter in einer Pfanne bei mäßiger Hitze glasig dünsten. Dann mit Wein ablöschen, Sauerkraut, Gemüsebrühe, Lorbeerblatt und Wacholderbeeren zugeben. Mit etwas Pfeffer würzen. Bei geschlossenem Deckel ca.15 Minuten kochen, bis die Flüssigkeit restlos verdampft ist. Evtl. nach 15 Minuten den Deckel abnehmen und bei großer Hitze die restliche Flüssigkeit reduzieren lassen. Abschmecken und das Lorbeerblatt herausnehmen. Die Knödel in dicke Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit Butter anbraten. Mit dem Sauerkraut servieren.

Vincent Klink am 10. Oktober 2013



## Bayrisch Kraut

### Für 4 Personen

1 großen Weißkohl	2 EL Schweineschmalz	80 g Speck, durchwachsen
Zucker	150 ml Gemüsebrühe	150 ml Weißwein
Weißweinessig	Kümmel, Salz, Pfeffer	

Für das Kraut den Kohl putzen und in Rauten schneiden. Speck in feine Würfel schneiden. Schweineschmalz erhitzen und den Speck darin knusprig anbraten. Zucker unterrühren und karamellisieren lassen. Weißkrautrauten hinzufügen und kurz mitschmoren. Gemüsebrühe, Wein und Weißweinessig zugeben. Kümmel zum Kraut geben und alles etwa 15 Minuten bei geschlossenem Topf und milder Hitze garen lassen. Danach den Deckel abnehmen und ca. 5 Minuten offen garen, bis das Kraut weich und die Flüssigkeit verdampft ist. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Karlheinz Hauser 25. Februar 2013

## Beluga-Linsen

### Für vier Personen

180 g Belugalinsen	1 Schalotte	4 cl Aceto Balsamico, alt
250 ml Brühe	1 Scheibe Speck	1 TL Weizenstärke
Pfeffer, Butter, Salz		

Die Linsen in einem kleinen Topf mit etwas leicht gesalzenem Wasser gar ziehen lassen. Anschließend durch ein Sieb gießen. Die Schalotte klein schneiden und mit etwas Butter in einer kleinen Sauteuse anschwitzen. Jetzt die Linsen hinzugeben, mit Aceto Balsamico sowie Brühe aufgießen und somit abschmecken. Mit einer Prise Salz und Pfeffer würzen. Den Speck hinzu und noch etwas mitziehen lassen. Kurz vor dem Servieren die Belugalinsen mit etwas angerührter Weizenstärke leicht sämig abbinden.

Alexander Herrmann am 23. März 2012

## Borlotti-Bohnen

### Für 2 Personen

100 g große, weiße, getrocknete Bohnen	1 weiße Zwiebel	1 Möhre
100 g Knollensellerie	4 getrocknete Aprikosen	100 ml Weißwein
1 Knoblauchzehe	40 g frischer Ingwer	5 EL Olivenöl
150 ml Gemüsebrühe	Salz	1/4 rote Chilischote
1/2 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Dill	

Die Bohnen nach Packungsanleitung einweichen (am besten über Nacht). Bohnen in einem hohen Topf in reichlich Wasser ca. 1,5 Stunden weich kochen. Zwiebel schälen und in ca. 1 cm dicke Spalten schneiden. Die Möhre und Sellerie ebenfalls schälen. Möhre in dünne Scheiben schneiden. Sellerie in ca. 0,5 cm große Würfel schneiden. Aprikosen in feine Streifen schneiden und im Weißwein marinieren. Ingwer schälen und auf einer Reibe fein reiben. Knoblauch schälen. In einer hohen Pfanne oder einem Wok 2 EL Olivenöl erhitzen. Zuerst die Zwiebel, dann Sellerie, Möhre, Ingwer und den ganzen Knoblauch anschmoren und dabei leicht anrösten lassen. Weißwein und Aprikosen untermischen. Bohnen abgießen, abtropfen lassen und zum Gemüse geben. Gemüsebrühe ebenfalls zugeben. Mit Salz würzen und etwa um ein Drittel einköcheln lassen. Chilischote entkernen und fein schneiden. Petersilie und Dill abspülen und trockenschütteln. Blättchen bzw. Fähnchen von den Stielen zupfen. Blättchen und Fähnchen grob hacken. Kräuter zu den Bohnen geben. Bohnengemüse abschmecken und in tiefen Tellern anrichten. Zum Schluss jeweils etwas von dem übrigen Olivenöl über das Gemüse geben.

Flora Hohmann 08. Februar 2013

## Brokkoli im Ganzen

### Für 2 Portionen

1 Brokkoli	2 Schalotten	1 Zehe Knoblauch
600 ml Gemüsefond	50 g Bacon	Salz, Pfeffer
2 EL Crème-fraîche	Olivenöl, Butter	

Die Schalotten und den Knoblauch abziehen und klein schneiden. In einem Topf beides in Olivenöl andünsten. Den Brokkoli säubern und im Ganzen in den Topf geben. Nach kurzem Rösten eine Butterflocke hinzugeben und den Brokkoli wenden. Den Gemüsefond in den Topf geben. Daraufhin den Deckel auf den Topf geben, um den Brokkoli in seinem eigenen Dunst zu garen. Sobald der Brokkoli den gewünschten Garpunkt erreicht hat, ihn aus dem Topf nehmen. In eine schon heiße Pfanne abermals einen Schuss Olivenöl geben und den Bacon darin kross anbraten. Parallel dazu den Sud aus dem Topf pürieren und die Crème-fraîche zugeben. Den ganzen Brokkoli auf einem Teller anrichten, mit Salz und Pfeffer würzen und zusammen mit dem Bacon servieren. Die Soße in einer Sauciere extra servieren.

Steffen Henssler am 05. 01. 2012

## Chorizo-Kartoffel-Püree

### Für 2 Portionen

100 g Kartoffeln    2 Chorizos    80 g Feta-Käse  
1 Zwiebel            Olivenöl        Thymian, Butter

Kartoffeln in gesalzenem Wasser kalt aufsetzen und garen. Chorizo in dünne Scheiben und Feta in grobe Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen und fein schneiden. Chorizo, die Zwiebel und den Feta in Olivenöl marinieren. Thymian darauf verteilen. Sobald die Kartoffeln gar sind, mit einer Kartoffelpresse die Kartoffeln kräftig durchstampfen. Ein bisschen Olivenöl und ein Stück Butter ins heiße Püree geben, vermischen und nun die Chorizo und den Feta ebenfalls ins Püree geben. Das Püree auf Tellern anrichten und servieren.

Steffen Henssler am 25. November 2013

## Couscous mit Mangold

### Für 2 Portionen

200 g Instant Couscous    100 g braune Champignons    50 g Mangold  
50 g getrocknete Pflaumen    1 Zwiebel                            1 Knoblauchzehe  
1 Chilischote                    200 ml Brühe                        Butter, Salz, Pfeffer

Die Butter in einem Topf schmelzen, Couscous zugeben und zwei Minuten anschwitzen. Die Hälfte der Zwiebel abziehen, schneiden und zum Couscous geben. Eine Knoblauchzehe abziehen und in Scheiben schneiden. Zwei dünne Scheiben ebenfalls hinzufügen. Mit ein wenig Pfeffer abschmecken, die komplette Chilischote hinzufügen und ebenfalls im Topf leicht anrösten. Die Brühe auf den Couscous geben und ziehen lassen, dabei gelegentlich umrühren. Die braunen Champignons halbieren und würfeln und mit etwas Butter in einer Pfanne anbraten. Die restliche Zwiebelhälfte schneiden und gemeinsam mit den Champignons anbraten. Die getrockneten Pflaumen ebenfalls in Würfel schneiden und den Champignons und der Zwiebel beimengen. Die Mangoldblätter falten, klein schneiden und ebenfalls in der Pfanne anrösten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Hitze reduzieren. Die Chilischote wieder aus dem Couscous entnehmen. Den Topf mit dem Couscous vom Herd nehmen und auf Tellern anrichten, dabei ein wenig Olivenöl untermischen. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Mischung als Pilzen, Mangold und Pflaumen auf dem Couscous anrichten.

Tipp:

Dem Couscous kann wahlweise für einen aromatischeren Geschmack etwas Tomatenmark untergemischt werden

Steffen Henssler am 15. 02. 2012

## Dörrobst-Polenta

### Für 4 Personen

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

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

Sören Anders am 25. Oktober 2013

## Dampf-Nudeln I

### Für 4 Personen:

500 g Mehl	50 g Zucker	30 g Hefe
1/4 l Milch	2 - 3 Eier	Zitronenschale
Salz	30 g Butter	1/4 l Milch
40 g Butter	50 g Zucker	

Mehl in eine Schüssel sieben und in die Mitte eine Vertiefung drücken. Die Hefe hineinbröckeln und mit 2 TL Zucker, etwas lauwarmer Milch, ein wenig beigemischem Mehl zu einem Vorteig anrühren.

Die Schüssel abdecken und alles an einem warmen Ort 15 Minuten gehen lassen.

Danach Eier, Salz, Zucker, Zitronenschale und Butter in Flöckchen hinzufügen.

Alles kräftig durchkneten und zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten.

Nun den Teig so lange kräftig schlagen bis er Blasen wirft.

Den Teig zu einer Rolle formen und in 14 Teile schneiden, daraus glatte Bällchen formen und diese auf einem bemehlten Backbrett an einer warmen Stelle etwa 30 Minuten gehen lassen. In eine tiefe Pfanne oder großen Topf die Hälfte der Milch mit 20 g Butter, Salz und 25 g Zucker geben, aufkochen lassen. Lauwarm abkühlen und 7 der aufgegangenen Bällchen hineinsetzen. Deckel schließen, bei mittlerer Hitze die Flüssigkeit zum Kochen bringen. Die Nudeln bei schwacher Hitze etwa 20 - 30 Minuten dämpfen lassen. Dabei den Topf nicht öffnen, er muss fest und dicht verschlossen bleiben. Die restlichen 7 Bällchen ebenso dämpfen.

Man darf den Zucker auch weglassen, zum Teig frischen Thymian hinzufügen, die Bällchen platt machen, angebratene Zwiebeln mit Kräutern drauflegen und Bällchen schließen. Die so entstehenden Dampfnudeln sind dann Beilage für Hauptgerichte.

Beilagen: Frucht-, Weinschaum- oder Vanillesauce, Kompott oder Dörrobst. Dampfnudeln schmecken auch kalt, mit Konfitüre verfeinert, recht köstlich.

NN am 02. Januar 2012

## Dampf-Nudeln II

### Für 4 Personen:

1 Pkt Trockenhefe	1 TL Zucker	5 EL Milch
500 g Mehl		
25 g Salz	30 g Zucker	1 Eier
1 TL Zitronenschale	1/4 l Milch	30 g Butter
25 g Zucker	1/2 l Milch	1/2 Pkt Vanillepudding
2 EL Zucker		

Backofen auf 220°C vorheizen.

Die Dampfnudeln werden bei dieser Variante im Ofen gebacken.

Trockenhefe mit 1 TL Zucker und 5 EL lauwarmer Milch verrühren und ca. 5 Minuten gehen lassen, bis sich Blasen bilden.

Mehl mit einer Prise Salz, 25 Zucker, 30 g warmer Butter, Ei und abgeriebener Schale einer unbehandelten Zitrone mischen.

Hefelösung darüber gießen.

Während des Knetens nur soviel lauwarmer Milch zugießen, bis sich der Hefeteig leicht vom Schüsselrand löst.

Hefeteig abgedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen, bis er sichtbar aufgegangen ist.

Teig auf einer leicht bemehlten Fläche zu einer dicken Rolle formen und für Dampfnudeln in 6 große oder 9 kleine Teile teilen. Aus den Teilen gleichmäßige Kugeln formen und dicht nebeneinander in einer gefetteten Auflaufform setzen. Zugedeckt 10 Minuten ruhen lassen. Mit 30 g flüssiger Butter bepinseln und mit 25 g Zucker bestreuen. Im Ofen auf der unteren Schiene in ca. 30 Minuten goldbraun backen. Milch aufkochen, Vanillepuddingpulver mit 2 EL Zucker mischen, in die Milch rühren und einmal aufkochen lassen.

Warme Vanillesauce zu den gebackenen Dampfnudeln reichen.

NN am 03. Januar 2012

## Erbsen-Möhren-Gemüse

### Für 4 Personen

12 Fingermöhren	1 Schalotte	1 EL Butter
200 g Erbsen, TK	Geflügelfond, Salz	1 kg Kartoffeln, mehlig
Erdnussöl, Salz		

Die Möhren schälen und nach Wunsch zuschneiden. In kochendem Salzwasser bissfest kochen und in Eiswasser abschrecken. Die Schalotte gewürfelt in etwas Butter anschwitzen, die Erbsen zufügen. Nach und nach Geflügelfond angießen. Die Karotten zugeben und beides neben dem Schnitzel anrichten.

Kolja Kleeberg am 03. Februar 2012

## Esskastanien-Püree

### Für vier Personen

200 g Esskastanien	2 Stangen Staudensellerie	1 Kartoffel
50 g Mehl	2 Kapseln Kardamom	100 ml Milch
100 ml Sahne	1 TL Rosa Pfeffer	50 g Butter
Salz		

Kartoffel, Esskastanien und Staudensellerie weich kochen. Dann zusammen mit der Milch, dem Mehl, dem Kardamom und dem Pfeffer in einen Topf geben und zerstampfen. Dann die Sahne steif schlagen und zusammen mit der Butter in den Topf geben und alles zusammen erhitzen.

Chakall am 13. April 2012

## Frittierte Kartoffel-Bällchen

### Für 4 Personen

$\frac{1}{2}$ Rezept Kartoffelteig	60 g Ziegenfrischkäse	2 Eier (Kl. M)
50 g Mehl	100 g Semmelbrösel	1 l Frittieröl
1 Römersalatherz		

$\frac{1}{2}$  Rezept Kartoffelteig zubereiten. Dabei Ziegenfrischkäse untermischen. Anschließend zu 8 Bällchen formen.

Mehl, Eier und Semmelbrösel jeweils in eine flache Schale geben. Eier mit einer Gabel verquirlen. Die Kartoffelbällchen nacheinander erst im Mehl, dann im Ei und zuletzt in den Bröseln wälzen. Öl in einem Topf erhitzen. Die Teigbällchen hineingeben und bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten goldgelb frittieren. Achtung!! Das Öl darf nicht zu heiß sein, sonst werden die Bällchen außen zu dunkel, bevor sie innen gar sind.

Inzwischen das Römersalatherz putzen und in einzelne Blätter zerteilen.

Die Bällchen mit einer Schaumkelle aus dem Öl heben und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Tim Mälzer am 18. 02. 2012

## Gebratene Kartoffel-Streifen

### Für 4 Personen

2 Schalotten	1/2 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Kerbel
400 g Kartoffeln	50 g Butter	Salz, Pfeffer
120 ml Gemüsebrühe		

Die Schalotten schälen und fein schneiden. Petersilie und Kerbel abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Kartoffeln schälen und in dünne Streifen schneiden. Schalotten in einer Pfanne mit Butter anschwitzen. Rohe Kartoffelstreifen zugeben und mit anschwitzen, Kräuter untermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in eine Auflaufform füllen. Mit der Brühe auffüllen. Im vorgeheizten Backofen ca. 30 Minuten backen.

Karlheinz Hauser am 28. Oktober 2013

## Gebratener Romanesco

### Für 2 Portionen

1 Romanesco      50 g Physalis    1 Zwiebel  
Butter, Minze      Salz, Pfeffer

Die Röschen vom Romanesco abschneiden und mit viel Salz in einen Topf mit kochendem Wasser geben. Sobald der Romanesco gar ist, das Wasser abgießen. Butter bei niedriger Hitze in eine Pfanne geben und langsam zu brauner Butter schmelzen lassen. Die Blätter der Physalis entfernen und die Frucht halbieren. Die Physalishälften gemeinsam mit den Romanesco-Röschen in die Pfanne geben, anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Zwiebel abziehen, in Ringe schneiden und mit in die Pfanne geben. Zum Schluss noch ein wenig Minze hinzugeben. Die Pfanne vom Herd nehmen, auf Tellern anrichten und servieren.

Steffen Henssler am 10. 04. 2012

## Gebratener Spargel mit Tomate

### Für 2 Portionen

400 g Spargel      4 Fleischtomaten      2 EL Panko  
50 g Dörrfleisch    1 Zwiebel              4 Stiele Petersilie  
1 EL Sesamöl      Butter, Salz, Pfeffer

Zunächst Wasser aufsetzen und zum Kochen bringen. Die Fleischtomaten kreuzförmig an der Oberseite einritzen und für wenige Sekunden im kochenden Wasser blanchieren. Anschließend die Haut der Tomaten abziehen und abkühlen lassen. Den rohen Spargel schälen und in dünne, schräge Scheiben schneiden. Eine Pfanne mit etwas Öl aufsetzen und erhitzen. Eine Zwiebel abziehen, in Streifen schneiden, gemeinsam mit dem Spargel in die Pfanne geben, anbraten und mit Salz und Pfeffer anwürzen. Die Tomaten vierteln, das Fruchtfleisch entfernen, das Feste der Tomate leicht schräg in Streifen schneiden und gemeinsam mit dem Spargel in der Pfanne anbraten. Eine Flocke Butter hinein geben. Abschließend die Petersilie hacken und ebenfalls kurz in der Pfanne anbraten. Das Dörrfleisch in dünne Streifen schneiden und zusammen mit dem Panko unter ständiger Bewegung in der Pfanne anrösten. Einen kleinen Schuss Sesamöl dazugeben, die Pfanne erneut mehrmals schwenken und vom Herd nehmen. Das Pfannengemüse auf Tellern anrichten und servieren.

Steffen Henssler am 29. 05. 2012

## Gebratenes Spargel-Gemüse mit Erdbeeren

### Für 2 Portionen

6 Stangen weißer Spargel	1 Vanilleschote	6 Erdbeeren
50 ml Buttermilch	3 Blätter Bärlauch	Pfeffer
getrocknete Chili	Olivenöl, Butter	

Den weißen Spargel schälen, den Kopf großzügig abschneiden und die Spargelstangen in Scheiben schneiden. Eine Pfanne mit einem Schuss Olivenöl erhitzen und die Spargelköpfe darin anbraten. Nach etwa einer Minute die restlichen Spargelscheiben mit in die Pfanne geben und die Hitze etwas reduzieren. Die Erdbeeren von ihrem Strunk befreien, im Ganzen dazu geben und mit Salz, Pfeffer und getrocknetem Chili würzen. Währenddessen das Vanillemark aus der Schote kratzen, mit etwas Butter (Butterschmalz geht auch) in die Pfanne geben und mit einem Schuss Buttermilch ablöschen. Bärlauch fein schneiden und kurz mit in der Pfanne anbraten. Das Ganze gut vermengen und anschließend auf Tellern anrichten.

Steffen Henssler am 16. Mai 2013

## Gefüllte Knödel

### Für 4 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig	Salz	4 rote Zwiebeln
1 EL Olivenöl	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
1 Lorbeerblatt	4 Wacholderbeeren	40 ml roter Portwein
40 ml Rotwein	40 ml Burgunderessig	1 TL Johannisbeergelee
Pfeffer, Muskatnuss	25 g Butter	100 g Mehl
40 g Kartoffelmehl	2 Eigelb	

Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Abgießen und durch eine Presse drücken. Kartoffelmasse auf eine Platte geben und ca. 20 Minuten abkühlen lassen. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln darin anbraten. Thymian, Rosmarin, Lorbeerblatt und Wacholderbeeren zugeben und ca. 20 Minuten köcheln. Mit Port-, Rotwein und Essig ablöschen. Gelee unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und alles sirupartig einkochen. 15 g kalte Butter unterrühren und abkühlen lassen. Abgekühlte Kartoffeln mit Mehl, Kartoffelmehl, 10 g weicher Butter, Eigelb, Salz, Pfeffer und Muskatnuss zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Kartoffelteig ca. 2 mm dünn ausrollen. Aus dem Teig ca. 4 Kreise à 7 cm Durchmesser ausstechen. Jeweils etwas Zwiebel-Confit in die Mitte des Teiges geben. Die Teigränder einschlagen und mit leicht angefeuchteten Händen, kleine Knödel formen. Knödel in leicht gesalzenem Wasser ca. 10 Minuten gar ziehen lassen. Knödel herausnehmen, abtropfen lassen.

Jörg Sackmann 27. November 2012



# Gemüse-Tempura

## Für 2 Portionen

100 g Tempuramehl	1 Paprika	2 Karotten
1 Ei	1 Prise Salz	1 Msp. Backpulver
200 ml Eiswasser	1 L Rapsöl	

Das Ei trennen. Das Tempuramehl mit Eiweiß, Salz und dem Backpulver in einer Schüssel mischen und so viel Eiswasser unterrühren, bis ein dünner Teig entstanden ist. Es können ruhig Klumpen entstehen, das macht den Teig beim Frittieren lockerer! Die Paprika und die Karotten schälen und in kleine Stücke schneiden. Das Gemüse anschließend durch den Tempura-Teig ziehen. Das Öl in einem Topf auf 160°C erhitzen und das Gemüse darin hellgelb ausbacken, anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen. Auf Tellern anrichten und servieren.

Tipp:

Woran erkennt man, ob das Öl zum Frittieren heiß genug ist? Halten Sie das Ende eines Holz-Kochlöffels in das heiße Öl - wenn es drum herum anfängt zu sprudeln, ist das Öl heiß genug.

Tipp 2:

Rapsöl ist bis 180 Grad hitzebeständig! Verwenden Sie zum Frittieren immer Raps- oder Sonnenblumenöl - beide Öle sind sehr geschmacksneutral und daher gut zum Frittieren.

Tipp 3:

Natürlich können Sie für das Gemüsetempura auch weitere Gemüsesorten wie Kohlrabi, Fenchel oder Pilze verwenden.

Steffen Henssler am 04. März 2013

## Germ-Knödel

### Für 12 Personen:

5 EL Milch	10 g Hefe	1 TL Zucker
30 g Mehl	500 g Mehl	40 g Zucker
Salz	2 Eier	1 Eigelb
1 TL Zitronenschale	100 g Butter	1/8 l Milch
60 g Butter	30 g Mohn	20 g Puderzucker
450 g Pflaumenmus		

Für Germknödel zunächst einen Vorteig rühren. Dafür lauwarme Milch mit frischer Hefe, Zucker und Mehl verrühren.

Vorteig ca. 10 Minuten gehen lassen.

In eine große Schüssel 500 g Mehl geben. In die Mitte eine Vertiefung drücken und Vorteig hineingießen.

Zucker, eine Prise Salz, Eier, Eigelb und abgeriebene Zitronenschale einer unbehandelten Zitrone zufügen.

Weiche Butter und 1/8 l lauwarme Milch zum Teig geben und so lange zu einem glatten Teig kneten, bis er sich locker vom Schüsselrand löst.

Teig zugedeckt ca. 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche zu einer langen Rolle formen und in 12 Stücke teilen. Jedes Teigstück zu einer Kugel formen und mit genügend Abstand auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen. Mit einem Küchentuch abdecken und ca. 15 Minuten gehen lassen. Inzwischen in zwei großen Kochtöpfen reichlich leicht gesalzenes Wasser erhitzen. Sobald es leicht kocht, je 3-4 Germknödel auf einmal in das Wasser geben. Deckel auflegen, Temperatur auf niedrigste Stufe stellen. Ca. 20 Minuten ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausheben. Butter schmelzen und über die Germknödel gießen. Mit gemahlenem Mohn und Puderzucker bestreuen.

Dazu am besten selbstgemachtes Pflaumenmus reichen.

NN am 04. Januar 2012

## Geschmorte Rüben

### Für 4 Portionen

600 g Bundmöhren	600 g Pastinaken	1 El Butter
2 El Olivenöl	Salz	

Möhren und Pastinaken schälen, längs und quer halbieren. Butter und Olivenöl in einem weiten Topf erhitzen. Gemüse zugeben, salzen und 10–15 Min. bei mittlerer Hitze dünsten.

Tim Mälzer am 16. Februar 2013

## Gnocchi

### Für 4 Personen

500 g mehlig Kartoffeln    Salz                    50 g Parmesan  
5 Eigelb                      ca. 50 g Mehl    Pfeffer, Muskat

Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser garen. Parmesan reiben. Kartoffeln abgießen und gut ausdämpfen lassen. Kartoffeln durch eine Presse drücken. Sofort die Eigelbe und Parmesan untermischen. Mehl untermischen und zu einem festen Teig verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Aus dem Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche eine Rolle formen und diese in kurze Stücke schneiden. Mit einer Gabel an einer Seite Rillen in die Nocken drücken. Die Nocken in schwach kochendem Wasser ca. 4 Minuten garen. Wenn sie oben sind, herausnehmen und abtropfen lassen.

Vincent Klink am 26. September 2013

## Herzogin-Kartoffeln

### Für 2 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig    Salz, Pfeffer            100 g weiche Butter  
3 Eigelb                      1 Prise Muskat

Die Kartoffeln schälen, in einem Topf mit Salzwasser weichkochen. Den Backofen auf 170 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Die gekochten Kartoffeln abschütten und gut ausdämpfen lassen. Die noch warmen, aber nicht mehr ganz heißen Kartoffeln durch eine Presse drücken. Butter und 2 Eigelb zugeben und gut untermischen. Die Masse mit Salz, Pfeffer und Muskat. Die warme Masse in einen Spritzbeutel mit einer Sterntülle geben. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech aus der Kartoffelmasse kleine Türmchen aufdressieren. Übriges Eigelb verquirlen und die Kartoffeltürmchen damit vorsichtig abpinseln. Im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten goldbraun ausbacken.

Martin Gehrlein 10. Januar 2012

## Kürbis aus dem Ofen

### Für 2 Portionen

1 Hokkaido-Kürbis    20 g frischer Ingwer    1 Chilischote  
 $\frac{1}{2}$  TL Koriandersaat    1 Knoblauchzehe        Salz  
Pfeffer                    100 ml Olivenöl

Den Hokkaido-Kürbis halbieren und von den Kernen und Fasern entfernen. Bei dem Hokkaido-Kürbis kann die Schale mit verwendet werden. Eine oder beide Hälften (je nach Bedarf) in mundgerechte Stücke schneiden. Den Ingwer reiben, die Chili klein schneiden, Koriandersaat klein hacken und dazugeben, die Knoblauchzehe in Scheiben schneiden. Das Ganze mit dem Olivenöl, Salz und Pfeffer zu einer Marinade verrühren und den Kürbis darin etwas ziehen lassen. Danach die Knoblauchscheiben entfernen. Den Kürbis mit der Marinade auf einem Backblech mit Backpapier bei ca. 180 Grad für 20 bis 30 Minuten im Ofen backen. Nach dem Backen den Kürbis auf Tellern anrichten.

Steffen Henssler am 24. 01. 2012

## Kürbis-Apfel-Gemüse mit Parma-Schinken

### Für 2 Portionen

300 g Muskatkürbis    2 Äpfel            2 rote Zwiebeln  
1 Zweig Rosmarin    Pfeffer, Salz    3 Scheiben Parma-Schinken  
Butter, Öl            1 TL Curry      30 ml Calvados  
1 Zweig Kerbel

Den Muskatkürbis schälen und in gleichmäßig große Würfel schneiden. In einer Pfanne mit bereits heißem Öl anbraten. Die roten Zwiebeln abziehen, fein schneiden und mit in die Pfanne geben. (Zur Weihnachtszeit mit Zimt und Sternanis würzen.) Den Apfel ungeschält (so bleiben die Vitamine erhalten) in die gleiche Größe wie den Kürbis schneiden und ebenfalls in die Pfanne geben. Leicht mit Salz und Pfeffer würzen. Für das Aroma einen Rosmarinzwig mit anbraten. Den Parma-Schinken in mundgerechte Stücke schneiden und dazugeben. Einige Flöckchen Butter und etwas Currygewürz hinzufügen und das Ganze anschwitzen. Einen Schuss Calvados dazugeben und den Rosmarinzwig abschließend entfernen. Das Gemüse auf Tellern anrichten und mit etwas Kerbel garnieren.

Steffen Henssler am 15. November 2012

## Kartoffel-Creme

### Für zwei Personen

400 g mehlig Kartoffeln    100 g Butter    50 ml Milch  
50 ml Sahne                Salz, Muskat

Die Kartoffeln waschen, schälen, grob würfeln und in einem Dämpftopf über Wasserdampf weichgaren. 100 Gramm Butter, 50 Milliliter Milch und 50 Milliliter Sahne in einem breiten Topf erhitzen und mit Salz und Muskat würzen. Nun die fertig gegarten Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse in die heiße Buttermischung drücken. Den Kartoffelschnee mit einem Schneebesen gründlich einrühren, bis eine Kartoffelcreme entsteht.

Johann Lafer am 08. Februar 2013

## Kartoffel-Gratin

### Für 2 Portionen

400 g Kartoffeln mehlig    1 Knoblauchzehe    50 g Butter  
150 ml Sahne                Salz, Pfeffer        Thymian, Muskat

Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Eine Auflaufform mit einer aufgeschnittenen Knoblauchzehe einreiben und mit ein wenig Butter einfetten. Die Kartoffelscheiben schichtweise gleichmäßig in der Form verteilen. Die Sahne in einen Topf geben und einkochen, um eine etwas dickere Konsistenz zu erhalten. Die Sahne kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Thymian inklusive der Stängel fein hacken und der aufgekochten Sahne zusammen mit ein wenig Muskat hinzufügen. Das Sahnegemisch vom Herd nehmen und über die geschichteten Kartoffeln geben, so dass die Kartoffeln vollständig bedeckt werden. Die Spitzen des Thymian abschneiden und über das Gratin streuen. Die Auflaufform in den auf 160 Grad vorgeheizten Backofen geben und das Gratin etwa 30 bis 40 Minuten backen. Das Kartoffelgratin aus der Form nehmen und auf Tellern anrichten.

Steffen Henssler am 20. 02. 2012

## Kartoffel-Klöße

### Für 8 Personen

650 g Kartoffeln                      75 ml Milch    Salz, Pfeffer, Muskat  
350 g gekochte Kartoffeln    1 Ei

Die rohen Kartoffeln waschen, schälen und in ein Gefäß mit kaltem Wasser fein reiben. Kartoffelmasse in ein Tuch schütten und abtropfen lassen und fest ausdrücken. Anschließend, wenn die Stärke sich am Boden des Gefäßes abgesetzt hat, das Wasser vorsichtig abgießen. Die Stärke auffangen und wieder mit den Kartoffeln mischen. Milch mit Salz, Pfeffer und Muskat aufkochen. In der Zwischenzeit die frisch gekochten Kartoffeln pressen und mit den rohen Kartoffeln mischen. Die heiße Milch über die Kartoffeln geben. Das Ei zugeben und alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Aus dem Teig etwa tennisballgroße Klöße formen. Diese in Salzwasser geben und ca. 20 Minuten sieden lassen.

Tipp:

Das Salzwasser, in dem die Klöße kochen, vorher mit wenig Speisestärke abziehen. Dies verhindert, dass die Klöße evtl. auseinander brechen.

Frank Buchholz am 11. November 2013

## Kartoffel-Knödel

### Für vier Personen

700 g Kartoffeln                      3 Eier                      100 g Speisestärke  
1 Muskatnuss                      100 g Semmelbrösel    50 g Butter  
1 Msp. Spekulatiusgewürz    Salz

Für die Knödel die Kartoffeln waschen und im Backofen bei 180 Grad eine Stunde weich garen. Anschließend halbieren und durch eine Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken. Die Eier trennen. Die Eigelbe und die Speisestärke zu den Kartoffeln geben, das Ganze mit Salz und Muskatnuss würzen und zu einer glatten Masse verrühren. Der Kartoffelteig sollte sich trocken anfühlen und nicht an den Händen kleben. Gegebenenfalls noch Stärke einarbeiten. Die Masse zu einer langen Rolle formen, in zwölf gleich große Portionen teilen und in den Handflächen zu runden Knödeln formen. So fortfahren, bis zwölf Knödel entstanden sind. Reichlich Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen, salzen und die Knödel darin knapp unter dem Siedepunkt etwa zehn Minuten garen. Anschließend herausnehmen und gut abtropfen lassen. Die Butter in einer Pfanne schmelzen, die Brösel zugeben, mit Spekulatiusgewürz bestreuen und untermischen. Unter Rühren goldbraun anrösten und die Knödel darin schwenken.

Johann Lafer am 15. Dezember 2012

## Kartoffel-Knödel

### Für 4 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig    Salz            2 Eier  
40 g Hartgrieß            30 g Mehl    Muskat, Pfeffer

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser weich kochen. Abschütten und unter Schütteln ausdampfen lassen. Den Topf immer wieder auf die Herdplatte geben, damit die Kartoffeln nicht abkühlen. Heiße Kartoffeln durch die Presse drücken. Gleich Eier, Grieß und Mehl zugeben und gut unterkneten. Die Masse mit Muskat, Pfeffer und Salz würzen. Knödel abdrehen und diese ca.15 Minuten in leicht kochendem Salzwasser garen.

Vincent Klink 22. November 2012

## Kartoffel-Risotto

### Für 4 Personen

2 Schalotten            200 g Kartoffeln            50 g Butter  
4 cl Wermut            50 ml Gemüsefond        40 g Parmesan  
20 g Sahne            Majoranblätter            Pfeffer, Salz

Die Schalotten und Kartoffeln schälen und sehr fein würfeln. Die Butter aufschäumen, Schalotten dazu geben und mit anschwitzen. Dann die Kartoffelwürfel zugeben, mit Wermut ablöschen und komplett einkochen lassen. Mit dem Gemüsefond aufgießen und köcheln lassen. Dabei immer vorsichtig rühren. Die Kartoffelwürfel dürfen nicht zu weich werden. Die Kartoffel gibt Stärke ab und somit entsteht eine wunderbar sämige Bindung. Mit etwas Salz, Pfeffer und einem Hauch Majoran würzen. Den geriebenen Parmesan und die geschlagene Sahne unterheben.

Johannes King am 13. Januar 2012

## Kartoffel-Schalotten-Plätzchen

### Für 2 Personen

100 ml Sahne            2 Zweige Thymian            2 Zweige Rosmarin  
1 Knoblauchzehe        Salz, Pfeffer, Muskat        2 große Kartoffeln  
2 Schalotten            1 EL Zucker                150 ml Rotwein  
1 TL Speisestärke        2 Austernpilze                2 EL Butter  
2 TL Parmesan            100 ml Kalbsbratensauce

Sahne mit je einem Zweig Thymian und Rosmarin, einer geschälten Knoblauchzehe, etwas Salz, Pfeffer und einer Prise Muskat aufkochen. Kartoffeln schälen, in 1-2 mm dünne Scheiben schneiden und die Scheiben im Sahnfond blanchieren. Anschließend auf ein Sieb zum Abtropfen geben. Schalotten schälen und in feine Scheiben schneiden. Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen, mit Rotwein ablöschen, Thymian und Rosmarin zugeben und abschmecken. Fünf Minuten leicht köcheln lassen. Stärke mit 1 EL Wasser anrühren und den Rotweinfond damit binden. Schalotten in diesem Fond blanchieren, dann absieben. Pilze putzen, in feine Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anbraten, würzen und abkühlen lassen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 170 Grad) vorheizen. Zwei Ringe mit einem Durchmesser von 8 cm auf ein gebuttertes Blech geben. Kartoffelscheiben in den Ring geben, dann Rotweinschalotten, wieder Kartoffeln und Pilze dazugeben. Zum Schluss mit Parmesan bestreuen und im vorgeheizten Ofen ca. 12 Minuten goldbraun überbacken.

Jörg Sackmann 05. Juni 2012

## Kartoffel-Sellerie-Püree

### Für 4 Personen:

500 g Selleriekopf                      0,25 l Rinderbrühe                      0,25 l Sahne  
500 g mehliges Kartoffeln              Salz, Pfeffer, Muskat                      100 g Butter

Den Sellerie schälen und in kleine Würfel schneiden, ebenso die Kartoffeln. Mit der Rinderbrühe und der Sahne weich dünsten. Gegebenenfalls Flüssigkeit abseihen. Die Butter hinzufügen und mit Pürierstab pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

NN am 06. Januar 2012

## Kartoffel-Spargel-Stampf

### Für 2 Portionen

500 g Spargel                      300 g Kartoffeln, mehlig                      100 g Butter  
4 Stiele Petersilie                      Öl, Salz                      Pfeffer, Mehl

30 Gramm Butter in eine Pfanne geben und erhitzen. Den bereits vorgekochten Spargel in dünne Scheiben schneiden und in der Butter anbraten. Die restliche Butter in einen Topf geben und erhitzen, bis die Butter goldbraun ist. Die Butter nun aus dem Topf in eine Schüssel füllen und abkühlen lassen. Die Petersilie mehlieren und in einem zweiten, mit heißem Öl gefüllten Topf frittieren. Anschließend die Petersilie auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Kartoffeln in einem Topf mit heißem Wasser kochen. Sobald sie gar sind die Kartoffeln in eine Schüssel umfüllen und leicht zerstampfen. Die Nussbutter mit dem Kartoffelstampf vermischen und gut mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Spargel mit einem Kochlöffel unter den Stampf heben und auf Tellern anrichten. Den Stampf mit der frittierten Petersilie verfeinern und servieren.

Steffen Henssler am 31. 05. 2012

## Kartoffel-Stroh

### Für 2 Personen

1 große Kartoffel                      Salz, Pfeffer                      Piment-d'Espelette  
100 ml Olivenöl

Kartoffel waschen, schälen und in sehr dünne Streifen schneiden. Kartoffelstreifen kalt abspülen und gut trockentupfen. Die Streifen mit Salz, Pfeffer und Piment d'Éspelette würzen. In heißem Olivenöl goldbraun braten. Herausnehmen und abtropfen lassen.

Jörg Sackmann am 22. Oktober 2013

## Kartoffel-Teig

### Für 6–8 Personen

1 kg vorw. feste Kartoffeln                      Salz, Pfeffer, Muskatnuss                      2 Eigelb (Kl. M)  
140–180 g Mehl

Kartoffeln waschen, trocknen und rundherum mit einer Gabel mehrmals einstechen. Im heißen Ofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf dem Rost auf der mittleren Schiene 1 Stunde garen. Die Kartoffeln kurz abkühlen lassen, pellen und durch eine Kartoffelpresse drücken. Mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig würzen. Eigelbe und Mehl zugeben und schnell mit einem Kochlöffel vermischen, bis alle Zutaten gut verbunden sind. Kartoffelteig je nach Rezept weiterverarbeiten.

Tim Mälzer am 18. 02. 2012

## Kartoffel-Tortellini

### Für 2 Personen

125 g doppelgriffiges Mehl	125 g Hartweizengrieß	1 Ei
3 Eigelb	2 EL Olivenöl	Salz
50 g Zwiebeln	1 Knoblauchzehe	1 kleine Kartoffel
70 g Pancetta	1 TL Tomatenmark	80 ml Tomatensaft
1 Rosmarinzweig	1 Thymianzweig	

Für den Nudelteig Mehl, Grieß, Ei, Eigelbe, 1 EL Öl, eine Prise Salz und 1 EL lauwarmes Wasser in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig kneten. (Ist der Teig zu hart, noch etwas Wasser oder Öl zugeben). Den Teig in Frischhaltefolie verpackt etwa 1 Stunde ruhen lassen.

Für die Füllung Zwiebeln, Knoblauch und Kartoffeln schälen. Zwiebeln, Knoblauch, Pancetta und Kartoffeln in feine Würfel schneiden und in 1 EL Olivenöl anschwitzen. Tomatenmark, Tomatensaft, Rosmarin und Thymian zugeben und ca. 5 Minuten zugedeckt langsam einköcheln lassen, bis eine cremige saucenartige Konsistenz entsteht, Kräuter herausnehmen und abkühlen lassen.

Den vorbereiteten Nudelteig mit der Maschine oder mit einem Rollholz ca. 2 mm dünn ausrollen und zu etwa 6 x 6 cm großen Nudelplatten ausschneiden. Je 1 EL Füllung in die Mitte jeder Nudelplatte aufsetzen, zu Tortellini formen und in reichlich kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten in Salzwasser garen. Tortellini in etwas Kochwasser und Olivenöl kurz schwenken und abschmecken.

Jörg Sackmann am 25. Juni 2013

## Kiwi-Bratkartoffeln

### Für 4 Personen

2 Kiwis	800 g kleine Kartoffeln	100 g rote Zwiebel
50 g Bacon	Butterschmalz, Salz, Pfeffer	

Die kleinen Kartoffeln nicht schälen, sondern mit der Brotmaschine in ca. 4 mm dicke Scheiben schneiden; die Scheiben unter fließendem Wasser abbrausen; auf Küchenpapier legen und trocknen. Die Zwiebel schälen und klein schneiden; den Speck würfeln; beides mit wenig Butterschmalz gut braten. Die Kartoffeln in eine große Pfanne geben und mit wenig Butterschmalz ca. 12 min. braten. Kurz vor dem Ende den gebratenen Speck mit den Zwiebeln untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen; die gewürfelten Kiwis über die Bratkartoffeln streuen und kurz anschwitzen. Beim Anrichten frische Kiwi-Würfel über die Kartoffeln streuen.

NN am 13. November 2013

## Kohlrabi-Gemüse

### Für vier Personen

2 Kohlrabi	1 EL Olivenöl	100 ml Gemüsebrühe
40 g Butter	2 EL Semmelbrösel	Salz, Pfeffer

Die Kohlrabi schälen und in Stifte schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Kohlrabi darin andünsten. Mit Gemüsebrühe ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kohlrabi offen weich kochen, so dass der Gemüsefond verkocht. Danach Butter und Semmelbrösel zugeben und unter Rühren anrösten.

Horst Lichter am 15. Dezember 2012



## Kohlrabi-Schnitzel

### Für 2 Portionen

1 großer Kohlrabi    2 Eier            100 g Semmelbrösel  
50 g Mehl            4 EL Rapsöl    Salz, Pfeffer

Kohlrabi putzen, schälen, waschen und in zentimeterdicke Scheiben schneiden. Die Scheiben in kochendem Salzwasser circa fünf Minuten garen. Gut abtropfen und abkühlen lassen. Die Eier verquirlen und mit Salz würzen. Die Kohlrabischeiben erst in Mehl wenden, dann durch das Ei ziehen und zuletzt in den Semmelbröseln wenden, diese gut andrücken. Rapsöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Schnitzel darin bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.

Steffen Henssler am 04. Februar 2013

## Koriander-Gemüse

### Für vier Personen

1 Schalotte            1 Süßkartoffel            1 – 2 Knollen Fenchel  
2 Zehen Knoblauch    200 g Blattspinat, jung    4 EL Olivenöl  
5 Zweige Koriander    Pfeffer, Meersalz

Die Schalotte, die Süßkartoffel, die Fenchelknollen und die Knoblauchzehe putzen. Die Schalotte fein würfeln. Die Süßkartoffel und den Fenchel in feine Streifen und die Knoblauchzehe in dünne Scheiben schneiden. Den Blattspinat putzen und waschen. Das ganze Gemüse, bis auf den Spinat, in Olivenöl anbraten und bissfest garen. Den Spinat dazugeben, einmal durchschwenken und mit Meersalz und Pfeffer abschmecken. Den Koriander fein schneiden und dazu geben.

Cornelia Poletto am 09. März 2012

## Kräuter-Kartoffel-Stampf

### Für 4-6 Portionen

1 kg vorw. feste Kartoffeln    Salz            150 ml Vollmilch  
2 Bund glatte Petersilie       2-3 El Butter    Pfeffer, Muskatnuss

Kartoffeln schälen und in Salzwasser zugedeckt 20–25 Minuten kochen. Inzwischen Milch in einen Messbecher geben. Petersilienblättchen abzupfen, zur Milch geben und mit dem Schneidstab fein pürieren. Butter in einem Topf schmelzen und leicht bräunen. Kartoffeln abgießen, kurz ausdämpfen lassen und zur gebräunten Butter geben. Die Hälfte der Petersilienmilch zugeben und mit einem Kartoffelstampfer fein zerdrücken. Restliche Petersilienmilch nach und nach zugeben. Mit Salz, Pfeffer und frisch geriebener Muskatnuss würzen.

Tim Mälzer am 09. Dezember 2012

## Kräuter-Salsa

### Für 4–6 Personen

1 Bund Minze	1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Dill
2 Frühlingszwiebeln	Salz, Zucker	Chiliflocken
6–8 El Zitronensaft	100 ml Olivenöl	

Kräuter fein hacken. Frühlingszwiebeln putzen, das Weiße und Hellgrüne längs halbieren und in feine halbe Ringe schneiden. Alles mischen, mit Salz, 1 Prise Zucker, Chiliflocken und Zitronensaft würzen. Olivenöl untermischen. Zum Lamm servieren.

Tim Mälzer am 09. 04. 2012

## Kroketten

### Für 2 Portionen

400 g gekochte heiße Kartoffeln	2 Eigelb	80 g Speisestärke
Pflanzenöl, Muskat, Salz	50 g Mehl	150 g Paniermehl
1 Ei (verquirlt)		

Die Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken. Eigelbe und Speisestärke zugeben, mit Salz und Muskat würzen und alles gut vermengen. Die Masse in einen Spritzbeutel geben und den unteren Teil des Beutels großzügig abschneiden. Den Teig als Rolle auf die leicht bemehlte Arbeitsfläche drücken. Diese in gleichmäßige Stücke schneiden und längs zur typischen Krokettenform rollen. Nun die vorgeformten Kroketten zunächst in Mehl wenden, durch das verquirlte Ei ziehen und in Paniermehl wenden. Einen Topf aufsetzen, Öl hineingeben und auf etwa 160°C erhitzen. Die Kroketten in das heiße Öl geben. Die Kroketten ein bis zwei Minuten lang frittieren, bis diese goldbraun sind. Schließlich die Kroketten aus dem heißen Fett heben, auf Küchenpapier abtropfen lassen und auf Tellern anrichten.

Tipp:

Für mediterrane Kroketten lassen sich wunderbar schwarze Oliven, Kräuter oder Speck zusammen mit der Kartoffelmasse vermengen.

Steffen Henssler am 23. 02. 2012

## Lafer's Kartoffel-Klöße

### Für vier Portionen

700 g mehlig. Kartoffeln	2 Eigelbe	50 g Speisestärke
30 g flüssige Butter	1/2 TL Salz	Muskatnuss, Mehl

Kartoffeln gründlich waschen und im Backofen bei 180 Grad eine Stunde garen.

Die Kartoffeln heiß halbieren und durch eine Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken.

Eigelbe, Speisestärke und flüssige Butter zugeben.

Mit Salz und frisch geriebener Muskatnuss abschmecken und zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Kartoffelteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einer etwa 5 cm dicken Rolle formen und in acht gleichmäßige Stücke schneiden. Mit angefeuchteten Händen aus den Stücken runde Klöße formen.

Reichlich Salzwasser in einem großen flachen Topf zum Kochen bringen. Die Klöße hineingeben, Hitze reduzieren und zehn bis zwölf Minuten ziehen lassen.

Wenn sie an der Oberfläche schwimmen, mit einer Schaumkelle herausnehmen.

Johann Lafer am 13. April 2013

## Linsen-Grünkohl-Gemüse

### Für 4 Personen

150 g Berglinsen, klein, grün	30 g Karotte	30 g Lauch
0,5 Zwiebel	30 g Knollensellerie	1 EL Öl
1 EL Tomatenmark	80 ml Rotwein, kräftig	500 ml Geflügelbrühe
0,5 Zitrone, unbehandelt	0,5 Orange, unbehandelt	1 Lorbeerblatt
1 Zimtsplitter	2 Scheiben Knoblauch	1 Scheibe Ingwer
1 EL Butter, kalt	2 EL Butter, braun	1 Prise Majoran
1 Prise Chili, mild, gemahlen	0,5 – 1 EL Balsamicoessig, mild	2 Blätter Grünkohl
Chilisalز, mild	Salz	

Die Linsen zwei Stunden in Wasser einweichen, danach abtropfen lassen. Karotte, Lauch, Zwiebel und Sellerie putzen und in kleine Würfel schneiden. Das ganze Gemüse, bis auf die Lauchwürfel, in einem Topf im Öl bei milder Hitze glasig anschwitzen. Das Tomatenmark hinein rühren und mitschwitzen lassen. Die eingeweichten Linsen dazu geben, mit Rotwein ablöschen und etwas einköcheln lassen. Mit der Brühe auffüllen und 45 bis 50 Minuten mehr ziehen als köcheln lassen. Die Schale der Zitrone und Orange abreiben. Nach einer Viertelstunde das Lorbeerblatt einlegen. Gegen Ende der Garzeit den Lauch, Zitronen- und Orangenabrieb, Zimtsplitter, Knoblauch und Ingwer dazu geben, einige Minuten ziehen lassen und zum Schluss entfernen. Die kalte Butter und einen Esslöffel braune Butter hinein rühren und mit Salz, Majoran, Chili und Essig abschmecken. Inzwischen den Grünkohl waschen, die feinen Blättchen zwischen den Blattrippen heraus zupfen und in Salzwasser einige Minuten bissfest kochen. Kalt abschrecken und abtropfen lassen. Kurz vor dem Anrichten in einem kleinen Topf mit einem Esslöffel brauner Butter erwärmen und mit Chilisalز würzen.

Alfons Schuhbeck am 20. Januar 2012

## Linsen-Püree

### Für 4 Personen

200 g Schalotten	1 Knoblauchzehe	30 g Butter
500 g rote Linsen	700 ml Gemüsebrühe	Salz, Pfeffer, Curry
1/2 Bund glatte Petersilie	100 g Sahne	

Eine Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen. Schalotten und Linsen darin glasig dünsten. Mit Brühe auffüllen, mit Salz, Pfeffer und Curry würzen. Abdecken und etwa 20 Minuten weich garen. Die Linsen mit dem Schneidstab kurz anpürieren, es sollen noch einige ganze Linsen zu sehen sein. Sahne unter das Püree mischen, kurz erhitzen und erneut abschmecken. Petersilie untermischen.

Jacqueline Amirfallah am 04. Dezember 2013

## Möhren-Püree

### Für 4 Personen

500 g Möhren    4 El Olivenöl    Salz, Zucker  
2 El Butter

Möhren schälen und in 1 cm große Stücke schneiden. Öl in einem Topf erhitzen, Möhren darin andünsten, mit Salz und 1 Prise Zucker würzen, mit 100 ml Wasser ablöschen, aufkochen und bei mittlerer Hitze zugedeckt 15– 20 Minuten weich garen.

Die Möhren mit dem Schneidstab fein pürieren, Butter zugeben und mitpürieren.

Tim Mälzer am 18. 02. 2012

## Merrettich-Risotto

### Für zwei Personen

100 g Risottoreis	1 Schalotte	1 Karotte
1 Stange Lauch	1 Sellerie	3 Stängel Petersilie
1 Knoblauchzehe	1/4 Bund Schnittlauch	1 Knolle kleiner Meerrettich
30 g Parmesankäse	15 g Butter	50 ml Weißwein
500 ml Gemüfefond	Butter, Öl	Salz, Pfeffer

Die Karotte, Lauch und Sellerie waschen, putzen und klein würfeln, die Petersilie ebenfalls waschen und klein hacken. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen und fein hacken. In einem Topf mit Butter eine gehackte Schalotte, den Knoblauch und das Suppengemüse andünsten. Dann den Reis untermischen und kurz mit andünsten. Den Gemüfefond erhitzen. Anschließend mit Wein ablöschen und einkochen lassen. Soviel heißen Fond dazugeben, dass der Reis gerade bedeckt ist. Die Flüssigkeit solange einkochen lassen und dabei ab und zu umrühren, bis der Reis die gewünschte Konsistenz hat. Den Schnittlauch in kleine Röllchen schneiden und den Parmesan sowie den Meerrettich reiben. Das Risotto vom Herd nehmen und die Butter, Parmesan, Schnittlauch und den Meerrettich unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Cornelia Poletto am 14. September 2012

## Mojo verde

### Für 4 Personen

1 grüne Paprikaschote (hellgrün)	1 grüne Pfefferschote	½ Bund glatte Petersilie
1 Bund Koriandergrün	1 Knoblauchzehe	100 ml Olivenöl
Salz	Zucker	½ Limette

Die Paprikaschote putzen, dabei Stiel und Kerngehäuse entfernen. Von der Pfefferschote nur den Stiel abschneiden. Alles in grobe Stücke schneiden. Die dicken Kräuterstiele abschneiden, Kräuterblättchen grob hacken.

Alles mit der Knoblauchzehe, Olivenöl, Salz und 1 Prise Zucker in einen Blitzhacker geben und fein hacken. Mit Limettensaft würzen.

Tim Mälzer am 18. 02. 2012

## Orangen-Chili-Möhren

### Für vier Portionen

500 g Bundmöhren    1 rote Chilischote    2 EL Olivenöl  
120 ml Orangensaft    30 g kalte Butterflöckchen    1-2 TL Zucker  
Salz

Für die Orangen-Chili-Möhren die Bundmöhren waschen, schälen, längs halbieren. Chili längs halbieren, entkernen und quer in feine Streifen schneiden. Olivenöl in einem breiten flachen Topf erhitzen und die Chilistreifen mit dem Zucker kurz andünsten. Mit Orangensaft auffüllen. Möhren dazugeben, leicht salzen und bei milder Hitze in 10 bis 15 Minuten zugedeckt bissfest garen. Butter nach und nach in Flöckchen mit einem Schneebesen in den heißen Sud einrühren und den Sud damit binden.

Horst Lichter am 06. Juli 2013

## Orangen-Gemüse

### Für 2 Personen

400 g Gemüse    2 Zweige Thymian  
1 große Orange    100 ml Brühe    70 g Butter  
Öl, Salz, Pfeffer

Das Gemüse in dünne Scheiben schneiden; Butter in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse mit dem Thymian in der Pfanne anbraten, davon etwa 5 min. bei offener Pfanne. Die Orange schälen und in dünne Scheiben schneiden. Heiße Brühe in die Gemüse-Pfanne geben und die Orangen-Scheiben mit einem Stückchen Butter hineinlegen; mit Salz, Pfeffer nachwürzen und die Thymian-Zweige entfernen. Die Orangen-Scheiben sollten nicht zerfallen.

Beim Anrichten die Orangen-Scheiben zuerst auf den Teller legen, das Gemüse darüber schichten und mit Salz und Pfeffer leicht nachwürzen.

Man verwende selbstgemachte Brühe. Die Geschmack-Verstärker in den zahlreich angebotenen Brühwürfeln verderben das Gericht.

Es passen verschiedene Gemüse-Sorten z. B. Porree, Weißkohl, Spitzkohl oder Fenchel. Das Gemüse dünn schneiden, damit es beim Braten gut aromatisiert wird.

Wie bei den meisten Gerichten sollte man das Anrichten eines Salates nicht vergessen; er wird um das Gemüse gelegt. Zu den genannten Gemüse-Sorten passt optisch ein rötlicher Salat, z. B. von geriebenen Möhren oder kleinen Rispen-Tomaten.

NN am 20. Januar 2013

## Paprika-Ratatouille

### Für vier Personen

7 Paprikaschoten, rot	3 Knoblauchzehe	2 Schalotten
2 EL Olivenöl	250 g Kartoffeln, klein	500 ml Olivenöl
2 Stiele Thymian	Salz, Pfeffer Paprikapulver	

Die Paprika waschen, halbieren und entkernen. Die Hälfte davon in grobe Stücke teilen und entsaften. (Falls kein Entsafter vorhanden ist, die Paprika zusammen mit 100 Milliliter Brühe in einen Mixer geben und zwei bis drei Minuten pürieren. Den Paprikasaft anschließend durch ein feines Tuch in einen Topf pressen und auf circa 200 Milliliter einkochen lassen. Dabei gelegentlich umrühren.) Die übrige Paprika schälen und klein würfeln. Eine Knoblauchzehe und die Schalotten schälen und ebenfalls fein würfeln. Die Paprikawürfel zusammen mit Knoblauch und Schalotten in zwei Esslöffeln heißem Olivenöl zwei bis drei Minuten anbraten. Dann den Paprikasaft dazugießen. Bei niedriger Hitze einkochen lassen. Das Gemüse zum Schluss mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzig abschmecken. Die Kartoffeln waschen, schälen und mit 500 Milliliter Olivenöl, Thymian und zwei Knoblauchzehen in einen Topf geben. Das Olivenöl vorsichtig auf 70 Grad Celsius erhitzen und die Kartoffeln darin etwa 40 Minuten konfieren/garen, bis sie weich sind. Anschließend in einem Sieb abtropfen lassen. Das Paprikagemüse mit den Kartoffeln mischen.

Johann Lafer am 08. September 2012

## Pasta mit Mozzarella und Tomate

### Für 2 Portionen

250 g Spaghetti	1 Päckchen Büffelmozzarella	2 Tomaten
1 Zwiebel	Olivenöl	1 Knoblauchzehe
Salz, Pfeffer	Basilikum, Chili	

Zunächst die Spaghetti in kochendes Salzwasser geben und bissfest garen. Den Büffelmozzarella erst in Scheiben schneiden und dann in Würfel. Eine Zwiebel und eine Knoblauchzehe abziehen, den Knoblauch in kleine Würfel und die Zwiebel in Scheiben schneiden. Die Tomaten ebenfalls klein schneiden. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Zwiebel und den Knoblauch hinzugeben und anschwitzen. Die Tomaten hinzufügen und mit reichlich Pfeffer würzen. Die Tomaten ruhig etwas andrücken, damit das Ganze etwas „suppig“ wird. Das Basilikum grob schneiden und in die Pfanne geben. Dann die Spaghetti abgießen und hinzugeben. Schließlich den Mozzarella hinzufügen und das Ganze kurz schwenken, bis der Mozzarella Fäden zieht. Danach die Pfanne von der Kochstelle nehmen und die Pasta auf Tellern anrichten.

Tipp:

Vor dem Servieren kann eventuell noch mit etwas Chili gewürzt werden.

Steffen Henssler am 22. 05. 2012

## Pilz-Nudeln

### Für 2 Personen:

100 g Eiernudeln	200 g Mischpilze	125 g Bacon-Speck
frische Kräutermischung	Butterschmalz	1 l Salzwasser
kl. Zwiebel	Pfeffer, Salz	

Die Eiernudeln sollten 33% Eier-Anteil haben (1 Ei auf 100g), sonst nur Hartweizen-Grieß und Mehlsalz enthalten; eventuell selbst herstellen. Sie werden in kochendes Salzwasser gelegt und al dente gekocht (max. 12 min.). Sollte Hühnerbrühe verfügbar sein, nehme man diese. Den Bacon in schmale Streifen schneiden und ohne weiteres Fett anbraten. Die fein gewürfelten Zwiebeln hinzufügen, danach die geschnittenen frischen Mischpilze. Die Nudeln untermischen, Kräuter und etwas Butterschmalz hinzugeben; mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Diese Pilz-Nudeln eignen sich hervorragend als Beilage bei Fleisch-Gerichten.

NN am 08. Oktober 2010

## Pommes frites

### Für 4 Personen

1 kg Kartoffeln, mehlig Erdnussöl, Salz

Die Kartoffeln schälen und in Stäbe mit zwei Zentimeter Kantenlänge schneiden. Unter fließendem Wasser klarspülen und in einen Topf mit kaltem Wasser geben. Salzen und zum Kochen bringen. Sobald die Kartoffeln bissfest sind, mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben und auf Küchenpapier gebettet für eine Stunde in den Tiefkühler geben. Das Erdnussöl auf 130 Grad erhitzen und die Kartoffelstäbe darin in kleinen Portionen frittieren, bis sie anfangen Farbe zu nehmen. Anschließend wieder auf Küchenpapier abtropfen und eine weitere Stunde im Tiefkühlschrank ruhen lassen. (Nach diesem Schritt können die Kartoffeln, sofern sie nicht sofort serviert werden sollen, bis zu drei Tage im Tiefkühler aufbewahrt werden) Zum Servieren das Öl auf 180 Grad erhitzen und die Pommes goldbraun ausbacken. Eventuell Nachsalzen.

Kolja Kleeberg am 03. Februar 2012

## Pommes frites

### Für 4 Portionen

1 kg große vorw. feste Kartoffeln	1,5 l Frittieröl	1 Knoblauchknolle
$\frac{1}{2}$ Bund Thymian	Salz	

Kartoffeln waschen, schälen und in 2,5 cm dicke Spalten schneiden. Zwischen 2 Geschirrtüchern trockentupfen. Mit dem Öl in einem hohen Topf erhitzen. Unter gelegentlichem Rühren bei mittlerer bis starker Hitze 14 bis 16 Minuten goldgelb frittieren.

Die Knoblauchknolle quer halbieren. Nach 10 Minuten zusammen mit dem Thymian zu den Kartoffeln geben.

Kartoffeln aus dem Öl heben, kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen.

Tim Mälzer am 17. November 2012

## Radicchio-Linsen-Ragout

**Für vier Personen**

**Radicchio-Linsenragout:**

1 Kopf Radicchio	10 g Schalotten	20 g Zucker
3 g Salz	30 g Butter	25 g Himbeeressig
100 g Portwein	35 g Geflügelbrühe	35 g Geflügeljus
40 g Linsen	20 g Graupen	Butter, Zitrone
Schnittlauch	Zucker, Salz	

Den Radicchio putzen und zehn Minuten in warmes Zitronenwasser legen, dadurch gehen die Bitterstoffe weg. Die Schalotten in feine Streifen schneiden und in einem Topf mit Butter anschwitzen. Die Linsen dazugeben und ebenfalls anschwitzen. Mit Wasser aufgießen und circa 20 Minuten kochen. Die Linsen abgießen und in eine Schüssel geben. Die Graupen circa 15 Minuten in gesalzenem Wasser kochen, anschließend in einem Sieb abgießen. Für den Schmorfond Butter und Zucker leicht karamellisieren. Mit Himbeeressig ablöschen und reduzieren. Den Portwein dazugeben und reduzieren, danach die Jus dazugeben. Den gezupften Radicchio unterheben und garen. Zum Schluss die Linsen und Graupen dazugeben und mit Schnittlauch, Salz und Pfeffer abschmecken.

Ali Güngörmüs am 26. Oktober 2012

## Rahm-Porree

**Für 2 Personen**

2 EL Butter	2 Zwiebeln	Salz
2 EL Mehl	250 ml Sahne	1 Lorbeerblatt
1-2 Stangen Porree		

Zwiebelwürfel und das Mehl in einem Topf mit 1 EL Butter hell anbraten, mit der Sahne ablöschen. Mit Salz abschmecken, Lorbeerblatt zugeben und bei kleiner Hitze 10 Minuten köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren. Lorbeerblatt herausnehmen und die Sauce mit dem Pürierstab aufmixen, falls die Sauce zu dickflüssig ist, noch etwas Sahne zugeben. Porree waschen und den weißen vom grünen Teil trennen. Porree in Rauten schneiden, dabei weißen und grünen Anteil getrennt halten. Den weißen Porree zuerst in 1 EL Butter anbraten, wenn dieser weich ist den grünen Teil zugeben, kurz durchschwenken, dann alles in die Sauce geben.

Jacqueline Amirfallah am 23. Oktober 2013



## Rahmiges Safran-Kraut

### Für zwei Personen

300 g Weißkraut	2 Schalotten	15 g Butterschmalz
10 Safranfäden	50 ml Weißwein	50 ml Sahne
50 ml Gemüsefond	2 Pimentkörner	8 Pfefferkörner
2 Wacholderbeeren	1 Nelke	1 Zweige Thymian
Salz, Pfeffer		

Den Weißkohl putzen, dafür die äußersten Blätter entfernen, den Kohl vierteln, den Strunk entfernen und den Kohl fein raspeln. Die Schalotten abziehen und klein würfeln. Das Butterschmalz in einem Topf erhitzen. Die Schalotten darin anschwitzen. Das Weißkraut zugeben und anschwitzen. Mit dem Weißwein, der Sahne und dem Gemüsefond aufgießen. Die Pimentkörner, die Pfefferkörner, die Nelke, den Thymianzweig und die Wacholderbeeren in ein Gewürzsäckchen geben und zu dem Weißkohl geben. Die Safranfäden ebenfalls dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Johann Lafer am 08. Februar 2013

## Ravioli

### Für 4-6 Personen

2 Eier (Kl. M)	1 Eiweiß zum Bepinseln	125 g Nudelgrieß
75 g Mehl	Salz, Pfeffer	7 Blatt weiße Gelatine
700 ml Milch	200 g junger Pecorino, fein gerieben	250 g alter Pecorino, fein gerieben

2 Eier, Grieß, Mehl und 1 Prise Salz in eine Schüssel geben, zu einem glatten Teig verarbeiten und in Klarsichtfolie gewickelt mind. 1 Std. im Kühlschrank ruhen lassen.

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Milch leicht erhitzen und vom Herd nehmen. Pecorino einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Gelatine ausdrücken und in der warmen Käsemasse auflösen. Mind. 3 Std. kalt stellen.

Den Nudelteig mithilfe einer Nudelmaschine dünn ausrollen. Ca. 7 cm Ø große Taler ausstechen. Jeweils 1 Tl von der Pecorino-Masse in die Mitte geben, die Ränder mit Eiweiß bestreichen, die Nudeltaler halbmondförmig falten und fest verschließen.

Die Ravioli in kochendes Salzwasser geben, die Hitze leicht reduzieren und ca. 3 Min. ziehen lassen.

Tim Mälzer am 27. 05. 2012

## Rosenkohl-Raogut

### Für 4 Personen

800 g Rosenkohl	Salz	1 Schalotte
1 EL Butterschmalz	1 TL Mehl	150 ml Sahne
100 ml Gemüsebrühe	Pfeffer, Muskat	

Rosenkohl putzen, die äußeren, beschädigten Blätter entfernen. Den Strunkansatz kreuzweise einschneiden und die Röschen im kochenden Salzwasser ca. 5 Minuten garen, herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Schalotte schälen, würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anbraten, Rosenkohl zugeben, mit Mehl bestäuben, mit Sahne und etwas Gemüsebrühe ablöschen und einmal aufkochen. Das Gemüse mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Vincent Klink 08. November 2012

## Rotkohl

### Für vier Personen

1 kg Rotkohl	1 Zimtstange	2 Gewürznelken
1 Lorbeerblatt	2 Wacholderbeeren	10 Pfefferkörner, weiß
100 g Apfelmus	2 EL Honig, flüssig	50 ml Weißweinessig
200 ml Rotwein	2 Zwiebeln	250 g Äpfel (Boskop)
50 g Gänseschmalz	2 EL Johannesbeergelee	Salz, Pfeffer

Den Rotkohl vierteln. Die äußeren Blätter und den Strunk entfernen und den Kohl anschließend in feine Streifen hobeln oder schneiden. Zimt, Nelken, Lorbeer, Wacholder und Pfeffer in einen Teefilter geben und mit Küchengarn zubinden. Den Rotkohl mit Apfelmus, Honig, Essig und Rotwein mischen und den Gewürzbeutel dazugeben. Den Rotkohl abgedeckt über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen. Den Rotkohl in einem Sieb abtropfen lassen, den Sud dabei auffangen. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Die Äpfel waschen, schälen und das Fruchtfleisch grob würfeln. Das Schmalz in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel darin andünsten. Den Rotkohl zu den Zwiebeln geben und andünsten. Die gewürfelten Äpfel ebenfalls dazugeben und gut mit dem Rotkohl mischen. Mit dem Sud aufgießen und mit einem Teelöffel Salz würzen. Den Rotkohl einmal aufkochen lassen und zugedeckt bei milder Hitze 30 Minuten schmoren. Dann offen 15 Minuten weitergaren, damit der Sud einkocht. Den Gewürzbeutel entfernen und den Rotkohl mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zuletzt mit Johannesbeergelee verfeinern.

Johann Lafer am 15. Dezember 2012

## Rotkohl

### Für 10 Personen:

1,75 kg Rotkraut	375 g gew. Zwiebeln	100 g Zucker
20 g Champagneressig	375 ml roter Portwein	375 ml Rotwein
Saft von 4 Orangen	Saft von 3 Zitronen	175 g Preiselbeeren
175 g Honig	3 ger. Äpfel	100 g Gänseschmalz

In einem großen flachen Topf den Zucker karamellisieren. Mit Essig, Portwein und Rotwein ablöschen und um die Hälfte reduzieren lassen. Die Zwiebeln und die Säfte dazugeben und wieder einreduzieren. Das Rotkraut darauf geben, unterrühren und zusammenfallen lassen. Gänsefett, Preiselbeeren, Äpfel und Honig zufügen und alles bei mittlerer Hitze weich dünsten. Dabei öfters umrühren und immer wieder probieren. Falls nötig nachwürzen. Das Kraut vor dem Servieren neben dem Herd noch ein paar Minuten ziehen lassen.

NN am 09. Januar 2012

## Safran-Kartoffel-Stampf

### Für vier Personen

4 Kartoffeln, klein, fest	25 g Butter	1 Prise Safranfäden
1 EL Sesamsamen	Pfeffer, Salz	

Die Kartoffeln weich kochen, ausdampfen und mit Butter, Safranfäden und Sesam grob stampfen. Mit Salz, Pfeffer abschmecken.

Alexander Herrmann am 21. September 2012

## Sauerkraut mit Rum-Rosinen

### Für zwei Personen

250 g Sauerkraut	1 Apfel	1 Zwiebel
80 g Bacon	70 g Rosinen	70 ml 7-jähriger Kuba-Rum
150 ml Weißwein	70 g Schmand	1 Tl Zucker
Zitronen-Abrieb	Wacholder	Butter, Salz, Pfeffer

Die Rosinen 3 Tage vor dem Essen in Rum einlegen und abgedeckt in den Kühlschrank stellen. Wegen seines Aromas sollte es 7-jähriger kubanischer Rum sein. Das Sauerkraut abbrausen und im Topf ansetzen. Den Bacon-Speck klein schneiden, die Zwiebel würfeln, den Apfel schälen und würfeln. Nach diesen Vorbereitungen den Bacon in der Pfanne anbraten, die Zwiebel-Würfel hinzufügen und leicht anrösten, den Zucker einstreuen und karamellisieren; die Apfel-Würfel hinzufügen. Schließlich Wacholder und die Rum-Rosinen unterrühren; mit dem Weißwein ablöschen. Nun den Pfannen-Inhalt zum Sauerkraut geben und alles ca. 20 min. simmern lassen. Gelegentlich umrühren, damit sich die Flüssigkeit schneller reduziert. Nach 15 min. den Schmand unterrühren. Am Ende mit Butter, Zitronen-Abrieb, Salz und Pfeffer abschmecken.

NN am 20. Dezember 2012

## Sauerkraut, bayrisch und süßsauer

### Für 4-6 Portionen

800 g Sauerkraut	3 Zwiebeln	1 Apfel
2 El Olivenöl	20 g Flomen	1-2 Tl Kümmelsaat
2 El Ahornsirup	250 ml Quittensaft	100 ml Geflügelbrühe
Salz, Pfeffer		

Sauerkraut in einem Sieb abtropfen lassen. Zwiebeln in dünne Streifen schneiden. Apfel schälen, vierteln, entkernen und 1,5 cm groß würfeln. Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten. Äpfel zugeben und kurz mitdünsten. Flomen fein schneiden und untermischen. 2 Minuten dünsten, bis der Flomen geschmolzen ist. Mit Kümmel und Ahornsirup würzen und 2 Minuten bei mittlerer Hitze leicht karamellisieren.

Abgetropftes Sauerkraut unter die Zwiebeln mischen, mit Quittensaft und Brühe ablöschen und aufkochen. Bei mittlerer Hitze 15 Minuten schmoren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Tim Mälzer am 09. Dezember 2012

## Schmelzkraut

### Für 4 Personen

0,25 Kopf Weißkraut	1 Zwiebel, weiß	1 TL Zucker, braun
1 Scheibe Speck	200 ml Brühe	0,5 TL Kümmel
2 cl Aceto Balsamico, alt	1 Kartoffel	Butterschmalz, Pfeffer, Salz

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Schmelzkraut:

Das Weißkraut sowie die Zwiebel schälen und in feinste Scheiben schneiden. Beides in einem Bräter mit etwas Butterschmalz gut anschwitzen. Dann den braunen Zucker hinzugeben und etwas karamellisieren lassen. Den Speck in feine Würfel schneiden und ebenfalls zum Weißkraut geben. Nun mit Brühe ablöschen, Kümmel hinzugeben, einen Deckel daraufsetzen und zunächst im eigenen Dampf etwas schmoren. Anschließend noch mal etwas Brühe angießen und mit Aceto Balsamico finalisieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz vor dem Servieren die Kartoffel auf einer feinen Reibe feinst raspeln und zu dem Kraut geben, sodass dieses verkocht bzw. durch die Stärke in der Kartoffel leicht sämig abbindet.

Alexander Herrmann am 27. Januar 2012

## Schnelle Bratkartoffeln

### Für 2 Portionen

5 rohe Kartoffeln	5 Scheiben Speck	Schnittlauch
1 Zwiebel	3 EL Mascarpone	4 Walnüsse
Salz, Pfeffer	Olivenöl	

Die rohen Kartoffeln mit Schale in dünne Scheiben schneiden. Öl in eine heiße Pfanne geben und die Kartoffelscheiben darin knusprig anbraten. Zu den Kartoffeln den Speck geben. Die Zwiebel in dünne Ringe und das Schnittlauch klein schneiden. Beide Zutaten zu den Kartoffeln in die Pfanne geben und gut schwenken. In die noch heiße Pfanne der Bratkartoffeln 3 EL Mascarpone geben und mit einem Schuss Wasser vermengen. Die Walnüsse klein mörsern und unter die Mascarpone-Soße mengen. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kartoffeln mit der Mascarpone-Walnuss-Soße garnieren.

Steffen Henssler am 31. 01. 2012

## Schneller Couscous

### Für 2 Portionen

150 g Couscous	200 ml Gemüsefond	50 ml Weißwein
3 Datteln	50 g Parmesan	1 Zwiebel
1 Limette	Rosmarin, Salz	
Pfeffer, Olivenöl		

Zunächst die Zwiebel abziehen, würfeln und in einem heißen Topf mit einer Flocke Butter anschwitzen. Einen ganzen Zweig Rosmarin für das Aroma dazugeben. Den Instant-Couscous mit in den Topf geben und kurz anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und verkochen lassen. Den Couscous anschließend von der heißen Herdplatte nehmen und mit dem Fond aufgießen. Nun muss der Couscous bis zu zehn Minuten quellen und muss während dessen nicht umgerührt werden. Den Rosmarinzweig abschließend aus dem Couscous nehmen, die Rosmarinnadeln vom Stiel ziehen, klein hacken und zu dem Couscous geben. Die Datteln klein schneiden und unter den Couscous rühren. Mit etwas Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Parmesan nun über den Couscous reiben und gut vermengen. Zum Schluss den Saft einer halben Limette dazugeben. Den Couscous auf Tellern anrichten.

Steffen Henssler am 03. 01. 2012

## Schnelles Artischocken-Pak-Choi-Gemüse

### Für 2 Portionen

1 Artischocke	1 Pak-Choi	1 Zwiebel
1 Zitrone	Olivenöl, Rosmarin	Butter, Salz, Pfeffer

Mit einem Sägemesser den Stiel der Artischocke abtrennen und alles oberhalb des zweiten Blattes abschneiden und entfernen. Den äußeren Rand der Artischocke ebenfalls abschneiden, bis man das weiß-gelbliche Innere des Gemüses erreicht. Mit einem Tourniermesser den Boden abschälen sowie bis zum Haarkamm der Artischocke alles herunter schneiden. Anschließend das Innere (Stroh) der Artischocke auskratzen. Die Artischocke erst halbieren und dann in kleine Viertel schneiden. Olivenöl in eine Pfanne geben, erhitzen und die Artischocken-Würfel hinein geben. Eine Zwiebel abziehen, in feine Ringe schneiden und gemeinsam mit der Artischocke in der Pfanne anbraten. Ein wenig Olivenöl und Rosmarin für den Geschmack hinzugeben. Den Strunk des Pak-Chois entfernen, die Blätter klein schneiden, mit in die Pfanne geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz bevor die Pfanne vom Herd genommen wird eine Flocke Butter begeben und den Rosmarin aus der Pfanne nehmen. Schließlich das Artischocken-Gemüse vom Herd nehmen und auf Tellern anrichten. Eine Zitrone aufschneiden, den Saft einer halben Zitrone über dem Pfannengemüse auspressen und servieren.

Steffen Henssler am 19. 04. 2012

## Schupfnudeln

### Für 4 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig	1 EL Kümmel	1 Lorbeerblatt
1/4 Bund glatte Petersilie	2 Stängel Majoran	4 Eigelb
100 g Hartweizenmehl	Meersalz, Pfeffer	1 Prise Muskat
Rapsöl		

Kartoffeln gut waschen und bürsten. In einem Topf mit Salzwasser die Kartoffeln weich kochen. 1 EL Kümmel und Lorbeerblatt mit ins Kochwasser geben. Petersilie und Majoran abspülen, trocken schütteln und sehr fein hacken. Die gekochten Kartoffeln abschütten, pellen und anschließend durch eine Kartoffelpresse drücken. Eigelbe, Hartweizenmehl und die gehackten Kräuter zufügen, alles gut verkneten und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Teig in mehrere Rollen formen und davon 2 cm dicke Stücke abtrennen. Diese mit der Hand zu Schupfnudeln formen und anschließend in leicht kochendem Salzwasser garen. Die Schupfnudeln sind gar, sobald sie an die Wasseroberfläche aufgestiegen sind. Schupfnudeln mit einer Drahtkelle herausnehmen, kurz in Eiswasser abschrecken und gut abtropfen lassen. Mit etwas Rapsöl beträufeln, damit die Schupfnudeln nicht zusammenkleben und mit einer Klarsichtfolie bis zur weiteren Verwendung abdecken.

Michael Kempf 16. November 2012

# Selbstgemachte Nudeln

## Für vier Personen

300 g Mehl                      3 Eier     $\frac{1}{2}$  TL Salz    2 EL Olivenöl

Alle Zutaten in eine Schüssel geben; den Teig mit den Knethaken des Handrührgeräts gut durcharbeiten.

Den Teig portionsweise (weniger als 40 g) mehrmals durch die Nudelmaschine drehen; mit dem größten Walzenabstand beginnen. Von Mal zu Mal den Walzenabstand verringern; dabei leicht bemehlen. Mindestens bis Stufe 7 oder 8 walzen. Danach mit dem Nudelschneider die Nudeln formen. Ohne Nudelmaschine den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen. Dann die Teigplatte mit Mehl bestäuben, einrollen und in Streifen schneiden, so dass Bandnudeln entstehen.

Die Nudeln in reichlich kochendes Salzwasser (besser ist Brühe) geben und gelegentlich umrühren. Frische Nudeln sind nach ca. 3-5 min. bissfest gegart.

Eine andere Nudel-Variante ergibt sich, wenn man das Mehl teilweise durch Hartweizen-Grieß ersetzt.

Farbige Nudeln:

Für gelbe Nudeln in den Teig Safran mischen.

Mit 2 EL Tomatenmark im Teig sind die Nudeln orange.

Grüne Nudeln erhält man, wenn man 150 g gegarten und danach geschleuderten, pürierten Spinat in den Teig mischt.

NN

# Semmel-Knödel

## Für 6 Personen

10 Brötchen                      200 ml Milch              1 Zwiebel  
40 g Butter                      1 Bund Petersilie      4 Eier  
Salz, Pfeffer, Muskat

Die Brötchen klein schneiden und in warmer Milch einweichen. Die Zwiebel schälen und würfeln. Petersilienblättchen von den Stielen zupfen. Petersilie fein schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln darin andünsten. Petersilie untermischen und lauwarm abkühlen. Dann zum Brot geben und verkneten. Eier unterkneten und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Mit feuchten Händen ca. tischtennisballgroße Knödel formen. In siedendem Salzwasser etwa 25 Minuten ziehen lassen. Herausnehmen und abtropfen lassen.

Flora Hohmann am 08. Oktober 2013

## Servietten-Knödel

150 ml Milch    125 g Quark, ausgepresst    1/2 EL Crème-fraîche    200 g Toastbrot  
1 Ei                Salz, Pfeffer, Muskat

Milch, Quark und Crème-fraîche in einer Schüssel glatt rühren. Das Toastbrot in grobe Würfel schneiden, unter die Masse rühren und für eine halbe Stunde ziehen lassen. Das Ei trennen. Aus dem Eiweiß Eischnee schlagen und das Eigelb unter die Masse arbeiten. Das aufgeschlagene Eiweiß unter die aufgeweichten Brotwürfel heben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Mit Hilfe von Klarsichtfolie und Alufolie Rollen mit einem Durchmesser von 3 cm formen und diese in einen Topf mit fast kochendem Wasser für ca. 30 Minuten pochieren. Nach dem Pochieren die Knödel kalt stellen, später die Scheiben in Butterschmalz goldgelb anbraten.

NN

## Shiitake-Rucola-Gemüse

### Für 2 Portionen

100 ml Madeira    100 ml Rinderfond    2 Schalotten  
1 Zehe Knoblauch    150 g Shiitake-Pilze    1 Bund Rucola  
80 g Pinienkerne    50 ml Rapsöl            100 g Butter  
Meersalz, Pfeffer

Eine Schalotte abziehen, würfeln und mit der Hälfte der Butter in einem Topf anschwitzen. Den Knoblauch abziehen, klein schneiden und mit anschwitzen. Das Ganze mit Madeira ablöschen. Mit dem Rinderfond aufgießen und alles einkochen lassen. Abschließend mit kalter Butter montieren. Die Shiitake-Pilze vierteln und im Rapsöl in einer Pfanne anbraten. Die letzte Schalotte abziehen, würfeln und zusammen mit den Pinienkernen in die Pfanne geben und mit anrösten. Den Rucola abschließend hinzugeben und kurz erhitzen. Das Shiitake-Rucola-Gemüse daneben anrichten und mit der Madeira-Sauce garnieren.

Steffen Henssler am 14. Februar 2013



# Spätzle

## **Für 2 Personen:**

250 g Mehl	2 Eier	1 TL Salz
1/8 l Mineralwasser	geriebener Käse	1 Zwiebel

Den Backofen auf 150°C vorheizen.

Alles der Reihenfolge nach mit einem Kochlöffel mischen.

Der Teig sollte nicht zu flüssig sein. Wasser in einem Topf kochen und den Spätzlesdrücker darauf stellen. Den Spätzle-Drücker füllen und den Teig durchdrücken. Sobald die Spätzle im kochenden Wasser oben schwimmen, abschöpfen und in eine große Pfanne geben. Auf eine Spätzle-Schicht Käse streuen (z.B. Emmentaler, mit Limburger) und evtl. Salz und Pfeffer. Danach die Pfanne mit geschlossenem Deckel auf den Herd stellen und den Käse bei niedriger Stufe schmelzen lassen. Möglich ist auch, die Spätzle in eine ofenfeste Form zu geben und dann im vorgeheizten Backofen den Käse schmelzen zu lassen. Mit gerösteten Zwiebeln bestreuen. Und besser schmeckt 's, wenn man die Spätzle mit Käse und Zwiebeln in eine Auflaufform schichtet und ca. 10 min. bei 180°C im Ofen gratiniert! Wenn man die Spätzle in eine Brühe drückt, schmecken sie noch besser.

Die Spätzle werden gelber, wenn man die Eier mit Salz verrührt und dann das Mehl hinzugibt.

Die Spätzle werden würziger, wenn man pürierten Räucherfisch in den Teig rührt.

Wer nicht auf trockene Käse-Spätzle steht: Weißwein in der Pfanne erhitzen, Spätzle hinzu, ca. 100 g Schmand, Käse (g Mehl = g Käse) (Greyerzer), alles gut mischen, mit Pfeffer, Salz und Röstzwiebeln würzen.

NN am 05. Januar 2012

## Spaghetti mit Calamaretti und Tomaten

### Für 2 Portionen

#### Für den Nudelteig:

200 g Mehl	2 Eier (Größe M)	Salz, Olivenöl
4 Calamaretti	2 große Tomaten	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	frische Petersilie	Olivenöl, Pfeffer

Für den Nudelteig das Mehl mit den Eiern, einer Prise Salz und einem Schuss Olivenöl in einer Schüssel gut vermengen. Die saubere Arbeitsplatte mit Mehl bestäuben und den Teig auf der Arbeitsfläche gut durchkneten. Den Teig zu einer Kugel formen und eine halbe Stunde ruhen lassen.

Calamaretti:

Die Kauwerkzeuge herausdrücken und von innen noch einmal auswaschen. Den Chitinstreifen (lange, spitze und durchsichtige Gräte) herausziehen. Die Calamaretti abschließend gründlich waschen und trocken tupfen. Nun in etwa drei gleich große Ringe pro Stück schneiden. Die Tomaten von ihrem Strunk befreien und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen. Die Zwiebel in Ringe und den Knoblauch in kleine Stücke schneiden. Den Nudelteig mit Mehl bestäuben und auf der Arbeitsfläche mit einem Nudelholz dünn ausrollen. Den Teig bei Bedarf noch zusätzlich mit Mehl bestäuben. Den ausgerollten Teig locker zusammenrollen und mit einem Messer in etwa 1 cm breite Streifen schneiden. Die Nudelteig-Streifen in einen Topf mit kochendem Wasser und einer Prise Salz geben und eine Minute aufkochen lassen. Abschließend in ein Sieb abgießen. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Calamaretti mit den Zwiebeln und dem Knoblauch darin anbraten. Die Tomatenwürfel hinzugeben und erwärmen. Die Nudeln mit in die Pfanne geben und mit Olivenöl und Petersilie verfeinern. Die Spaghetti mit den Calamaretti auf Tellern anrichten und servieren.

Steffen Henssler am 09. 02. 2012

## Spargel klassisch mit Hollandaise

### Für 2 Portionen

1 Bund weißer Spargel	1 Zitrone	50 ml Weißweinessig
1 Schalotte	3 Stiele Estragon	200 g Butter
3 Eier	5 weiße Pfefferkörner	2 TL Zucker
Salz		

Zunächst einen Bund weißen Spargel schälen und etwa zwei Zentimeter von den Enden kürzen. In einen großen Bräter 200 Milliliter Wasser geben. Eine Zitrone halbieren, eine Hälfte in Scheiben schneiden und in das Wasser geben. Dann Zucker und einen halben Teelöffel Salz ins Wasser geben und aufkochen lassen. Den Spargel nun in den Sud legen, so dass er nicht übereinander liegt. Den Spargel darin bei milder Hitze etwa 15 bis 20 Minuten, je nach Dicke, garziehen lassen. Eine Schalotte abziehen und in kleine Würfel schneiden. In einem kleinen Topf für die Hollandaise 50 Milliliter Weißweinessig mit 50 Milliliter des Spargelsuds aufkochen lassen. Die Schalotte mit den weißen zerstoßenen Pfefferkörnern sowie die Estragonstiele hinzugeben. Das Ganze drei Minuten köcheln lassen. Die Eier trennen, die Eigelbe mit dem Sud in eine Schlagschüssel geben und über einem heißen Wasserbad aufschlagen. Nach und nach die geklärte Butter einfließen lassen und unterschlagen, bis eine cremige Konsistenz erreicht ist.

Steffen Henssler am 15. 05. 2012

## Spargel-Tarte

### Für 6 Portionen

250 g grüner Spargel	250 g weißer Spargel	Salz, Zucker
1 El Butter	1 El Zitronensaft	1 Bund Kerbel
250 g Magerquark	250 g Ricotta	3 Eier (Kl. M)
2 El Speisestärke	Pfeffer	$\frac{1}{2}$ Tl Zitronenabrieb
1 Rolle frischer Blätterteig	2 El Olivenöl	

Weißer Spargel schälen und die Enden abschneiden. Grünen Spargel im unteren Drittel schälen und die Enden abschneiden. Einen weiten Topf mit Wasser aufkochen, mit Salz, 1 Prise Zucker, Butter und etwas Zitronensaft würzen und den weißen Spargel darin 2 Min. garen. Grünen Spargel zugeben und 3 Min. mitgaren. Spargel aus dem Wasser heben, abschrecken und gut abtropfen lassen.

Kerbelblättchen fein hacken. Quark, Ricotta, Eier und Speisestärke kräftig verrühren. Mit Salz, Pfeffer, Kerbel und Zitronenschale würzen.

Blätterteig entrollen und mit dem Backpapier in eine ofenfeste Form (ca. 35 x 20 cm) legen. Die Quarkmasse und den Spargel darauf verteilen. Mit etwas Olivenöl beträufeln. Im heißen Ofen bei 190 Grad (Umluft 170 Grad) auf dem Ofenboden 35–40 Min. backen.

Tim Mälzer am 27. April 2013

## Speck-Kas-Knödel

### Für 4 Personen

250 g Laugenbrötchen	1 Zwiebel	180 g Gruyère
125 ml Milch	50 g Weichweizengrieß	80 g Schinken-Nuggetz
10 g Butter	0,5 Bund Blattpetersilie	2 Eier
3 l Rinderbouillon	2 Lorbeerblätter	Pfeffer, Muskatnuss, Salz

Das Laugenbrötchen in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Gruyère sehr fein würfeln. Milch mit Muskatnuss aufkochen und über die gewürfelten Laugenbrötchen und den Grieß schütten. Die Petersilie hacken. Anschließend Zwiebelwürfel und Schinken-Nuggetz in Butter anschwitzen, Blattpetersilie, Gruyèrewürfelchen und Eier hinzugeben und ordentlich vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zu Tischtennis großen Knödeln abdrehen und in Rinderbouillon mit Lorbeerblättern und geschlossenem Deckel kochen.

Mario Kotaska am 27. Januar 2012

## Speck-Knödel

### Für vier Personen

0,5 Zwiebel	200 g Bauchspeck	1 – 2 EL Öl
300 g Semmeln	400 ml Milch	4 Eier, M
0,25 Bund Petersilie	Pfeffer, Salz	Muskatnuss

Die Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in Öl glasig anschwitzen. Den Speck in kleine Würfel schneiden und in etwas Öl knusprig braun braten. Die Semmeln in dünne Scheiben schneiden. Die Milch einmal aufkochen, vom Herd ziehen und in die Eier rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen, über das Weißbrot gießen, zudecken und einige Minuten ausdampfen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen, die Zwiebeln mit Speck und geschnittener Petersilie hinzufügen und das Ganze zu einer glatten Knödelmasse verarbeiten. Vier Blätter starke Alufolie jeweils mit Klarsichtfolie belegen. Die Knödelmasse darauf zu länglichen Rollen von etwa drei Zentimetern Durchmesser formen. Erst in die Klarsichtfolie einrollen, dann in die Alufolie einwickeln. Die Enden der Alufolie erst etwas andrücken, dann drehen, so dass eine formschöne Rolle entsteht. Die Knödelrollen in einem entsprechend großen Topf mit leicht siedendem Wasser etwa 30 Minuten garen. Aus dem Wasser heben, aus der Folie wickeln und heiß in Scheiben schneiden

Alfons Schuhbeck am 28. Dezember 2012

## Spinat-Gemüse

### Für 4 Personen

600 g junger Blattspinat	3 Schalotten	4 El Olivenöl
Salz, Pfeffer, Muskat	Meersalz	1 El Butter

Spinat verlesen, waschen, gut abtropfen lassen. Schalotten fein würfeln und mit Olivenöl in einem Topf anbraten. Spinat nach und nach zugeben und mitbraten, bis er zu zerfallen beginnt. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Butter zugeben und schmelzen lassen.

Tim Mälzer am 14. 01. 2012

## Spinat-Gnocchi

### Für 4–6 Personen

$\frac{1}{2}$ Grundrezept Kartoffelteig	100 g junger Blattspinat	50 g geriebener ital. Hartkäse
---	--------------------------	--------------------------------

Spinat verlesen, waschen und in einem Topf mit kochendem Salzwasser 10 Sekunden blanchieren. Abgießen, sehr kalt abschrecken und abtropfen lassen. Mit den Händen kräftig ausdrücken und fein hacken.

$\frac{1}{2}$  Grundrezept Kartoffelteig zubereiten. Dabei Spinat und Käse untermischen. Kartoffelteig zu kleinen Gnocchi formen und evtl. mit einer Gabel Rillen eindrücken.

Reichlich Salzwasser in einem weiten Topf aufkochen. Sofort die Hitze reduzieren und die Gnocchi in das heiße Wasser gleiten lassen. Bei milder Hitze ca. 3–5 Minuten garen, bis die Gnocchi an der Oberfläche schwimmen. Die Gnocchi mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, kurz abtropfen lassen.

Tim Mälzer am 18. 02. 2012

## Steckrüben-Aprikosen-Gemüse

### Für 2 Portionen

1 Steckrübe	50 g getr. Aprikosen	1 Zwiebel
1 EL Rapsöl	100 ml Weißwein	1 EL Puderzucker
1 Beet Gartenkresse	Chili, Salz, Pfeffer	

Die Steckrübe großzügig schälen und darauf achten, dass ruhig ein wenig mehr als die reine Schale abgeschnitten wird. Die geschälte Steckrübe nun in dünne Scheiben schneiden und anschließend würfeln. Eine Pfanne mit Öl erhitzen, die Steckrübenwürfel hinein geben und anbraten. Eine Zwiebel abziehen, schneiden und zu den Steckrüben in die Pfanne geben. Anschließend die getrockneten Aprikosen fein hacken und hinzugeben. Das Pfannengemüse mit Weißwein ablöschen. Den Puderzucker darüber streuen und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Abschluss noch ein wenig mit Chili abschmecken. Die Gartenkresse grob hacken, in die Pfanne geben und einmal zusammen mit dem Steckrübengemüse durch die Pfanne ziehen. Die Pfanne vom Herd nehmen, das Pfannengemüse auf Tellern anrichten und servieren.

Steffen Henssler am 26. 03. 2012

## Tagliatelle

### Für 2 Portionen

150 g frischen Spinat	150 g feiner Hartweizengrieß	5 Eier
50 g Bacon	1 Zwiebel	1 EL Olivenöl
2 Stiele Petersilie	50 g Parmesan	1 Prise Salz
1 EL Olivenöl		

Frischen Spinat putzen, waschen und mit 300 Milliliter Wasser in einem Mixer sehr fein pürieren. Spinatsaft vollständig durch ein Tuch in einen Topf pressen. Auf den Herd stellen. Sobald die Flüssigkeit zu Kochen beginnt, gerinnt das Blattgrün und setzt sich als Schaum auf der Oberfläche ab. Mit einer Schaumkelle abheben und abtropfen lassen. Spinatgrün mit zwei Eiern verquirlen. Mehl, ein Ei, Salz und Öl zu einem glatten geschmeidigen Teig verkneten. Je nach Konsistenz noch etwas Mehl unterarbeiten oder zwei Esslöffel Wasser zugeben. Nudelteig eine Stunde ruhen lassen. Aus dem Nudelteig Tagliatelle herstellen und in reichlich leicht gesalzenem Wasser zwei Minuten garen. Bacon und Zwiebeln fein schneiden und in einer Pfanne in einem Esslöffel Olivenöl kräftig anschwitzen. Zwei Eigelbe, Parmesan und drei Esslöffel Nudelwasser verquirlen. Die Bandnudeln abgießen, abtropfen lassen und in die Pfanne geben. Eigelb-Parmesan-Mischung und gehackte Petersilie zugeben und unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit fein gehobeltem Parmesan bestreut servieren.

Steffen Henssler am 21. Februar 2013

## Thüringer Klöße

### Für 5 Personen:

1,5 kg Kartoffeln 3 EL Butter 2 Schb Weißbrot  
Essig, Salz

Kartoffeln schälen. 2/3 fein reiben, einige Tropfen Essig zugeben, um die helle Farbe zu sichern. Im Kartoffelpress-Sack möglichst trocken auspressen.

Presswasser auffangen, die Stärke darin absetzen lassen und zu der trockenen Kartoffelmasse geben.

Die restlichen Kartoffeln in Salzwasser garen, abgießen und pürieren. Heiß zur Kartoffelmasse geben, kräftig unterrühren, damit die Stärke verkleistert.

An der vorher in kaltes Wasser getauchten Hand sollte die Masse nicht mehr kleben. Weißbrot entrinden, in kleine Würfel schneiden. Dann in Butter goldgelb braten. Mit feuchten Händen Klöße formen und jeweils einige Brotwürfel hineindrücken.

Salzwasser zum Kochen bringen und die Klöße darin garen. Sind die Klöße im Wasser, darf dieses nicht mehr kochen. Die Klöße sind gar, wenn sie an die Wasseroberfläche steigen. Mit einem Schaumlöffel herausnehmen, abtropfen lassen.

Sofort servieren. Thüringer Klöße schmecken besonders gut zu Sauer-, Enten- und Wildbraten.

NN am 07. Januar 2012

## Tomaten-Nudeln

### Für vier Portionen

200 g Spaghetti	1 Knoblauchzehe	1 Zwiebel
300 g Kirschtomaten	2 EL Olivenöl	50 g Tomatenmark
150 ml Gemüsebrühe	Salz, Pfeffer, Zucker	½ Bund Basilikum

Spaghetti in reichlich, leicht gesalzenem Wasser al dente kochen, abgießen und beiseite stellen. Knoblauch und Zwiebel schälen und klein würfeln, Kirschtomaten halbieren. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch anschwitzen, Tomatenmark zugeben und anrösten. Mit Gemüsefond ablöschen und die Kirschtomaten zugeben. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen und 15 Minuten schmoren lassen.

Basilikum fein schneiden und unter die Tomatensauce rühren, Spaghetti zugeben und unter die Sauce schwenken.

Horst Lichter am 14. September 2013

## Weißkraut-Kartoffel-Gratin

### Für 2 Portionen

$\frac{1}{2}$  Weißkohl      150 ml Sahne    50 g Parmesan  
2 Eier              4 Kartoffeln    40 g Walnusskerne  
Muskat, Safran

Den Weißkohl halbieren und die äußeren Blätter entfernen. Den verbliebenen Rest des Kohls fein hobeln. Die Kartoffeln schälen und ebenfalls mit einer Reibe in dünne Scheiben hobeln. Das Verhältnis von Kohl und Kartoffeln sollte dabei ungefähr gleich sein. Weißkohl und Kartoffeln in eine Schüssel geben und mit viel Salz und Pfeffer würzen. Alles gut vermengen und in eine Auflaufform geben. Sahne in einen separaten Topf geben. Eier aufschlagen, in die Sahne geben und gut mit einem Schneebesen vermengen. Etwas Muskat fein reiben und eine großzügige Portion der Sahnemischung hinzufügen. Abschließend alles mit Salz und Safran abschmecken. Die Sahnemischung über das Gratin in die Auflaufform gießen und leicht unterrühren. Etwas Parmesan darüber geben. Schließlich die Walnüsse grob hacken und ebenfalls auf das Gratin geben. Die Auflaufform bei 200 Grad für 20 Minuten in den Backofen geben. Das Gratin aus dem Ofen nehmen, auf Tellern anrichten und servieren.

Steffen Henssler am 19. 04. 2012

## Wurzel-Gemüse

### Für 4 Personen

3 große Möhren    3 Pastinaken  
2 Süßkartoffeln    Salz, Pfeffer      4 EL Olivenöl  
4 Tomaten          16 Kirschtomaten    Zucker, Piment-d'Espelette

Möhren, Pastinaken und Süßkartoffeln schälen und in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Gemüsescheiben getrennt voneinander in je 1 EL Öl ca. 10 Minuten schmoren. Tomaten waschen, trocken reiben und vierteln. Tomaten entkernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Tomatenwürfel abdecken und beiseite stellen. Kirschtomaten waschen, trockenreiben und halbieren. Übriges Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Kirschtomaten mit etwas Zucker und Piment d'Espelette würzen. Mit der Schnittstelle nach unten ca. 15 Minuten schmoren (alternativ ca. 1 Stunde bei 100 Grad, im Backofen antrocknen lassen).

Jörg Sackmann 22. Januar 2013

## Zucchini-Paprika-Gemüse

### Für 2 Portionen

2 Zucchini            2 gelbe Paprika    50 g getrocknete Tomaten  
1 Zwiebel            1 Knoblauchzehe    Öl, Basilikum  
Salz, Pfeffer

Zunächst die Zucchini halbieren, dann vierteln und die Kerngehäuse entfernen. Anschließend die Zucchini in kleine Scheiben schneiden. Die gelben Paprika ebenfalls halbieren, vierteln und in kleine Stücke ähnlicher Größe schneiden. Die Trennwände und Kerne dabei entfernen. Schließlich beides unter Zugabe von ein wenig Öl in einer Pfanne anbraten. Eine Zwiebel und eine Knoblauchzehe abziehen und in dünne Ringe schneiden. Beides mit in die Pfanne geben und anbraten. Das Gemüse in der Pfanne ausreichend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Getrocknete Tomaten in kleine Stücke schneiden und kurz zu dem Gemüse in die Pfanne geben. Basilikum sehr fein schneiden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Einen Schuss Öl darauf geben und die Mischung zu einer Paste zerhacken. Nach Geschmack Mozzarella und Parmesan der Mischung beifügen. Die Pesto zu dem Gemüse in die Pfanne geben und einmal ganz kurz durchgaren. Schließlich das Ganze aus der Pfanne nehmen, auf Tellern anrichten und servieren.

Steffen Henssler am 13. 03. 2012

## Zweierlei vom Rösti

### Für 2 Portionen

400 g Kartoffeln    1 EL Butterschmalz    1 Ei  
Mehl, Salz, Pfeffer    Rosmarin

Für den Berner Rösti zunächst die Hälfte der Kartoffeln knapp mit Wasser bedeckt zehn Minuten garen. Anschließend abkühlen lassen, schälen und auf einer Reibe grob raspeln.

Butterschmalz in eine Pfanne geben und die geriebenen Kartoffeln in der Pfanne verteilen und leicht anbraten. Die Kartoffelraspeln zu einem kompakten „Kuchen“ zusammenschieben, damit ein Rösti entsteht. Den Rösti durch Schwenken der Pfanne wenden und von beiden Seiten goldbraun anbraten. Die fertigen Röstis aus der Pfanne nehmen und auf Tellern anrichten.

Für einen Rösti aus rohen Kartoffeln zunächst 150 Gramm rohe Kartoffeln schälen, grob raspeln und mit einem Esslöffel Mehl vermischen. Ein Ei aufschlagen und zugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und ein wenig Rosmarin hinzufügen. Die Masse in die Pfanne geben und ebenfalls von beiden Seiten goldbraun anbraten.

Tipp:

Die Garzeit bei dem aus rohen Kartoffeln hergestellten Rösti beträgt dabei zwei bis drei Minuten länger als bei einem Rösti aus bereits halbvorgegarten Kartoffeln.

Steffen Henssler am 22. 02. 2012



# Index

- Artischocke, 32
- Aubergine, 1
- Bohnen, 4
- Bratkartoffeln, 18, 31
- Brokkoli, 4
- Brot, 34, 40
- Couscous, 5, 31
- Erbsen, 7
- Gnocchi, 13, 38
- Grünkohl, 21
- Kürbis, 13, 14
- Kartoffeln, 7, 8, 13, 14, 16–19, 24, 30, 32, 38, 41
- Klöße, 15, 20, 40
- Knödel, 10, 12, 15, 16, 33, 34, 37, 38
- Kohlrabi, 18, 19
- Kraut, 3
- Kroketten, 20
- Linsen, 3, 21, 26
- Möhren, 1, 4, 7, 11, 21–23, 41
- Mangold, 5
- Nudeln, 2, 6, 7, 24, 25, 33, 36, 39, 40
- Püree, 1, 5, 8, 17, 21, 22
- Pak-Choi, 32
- Paprika, 1, 22, 42
- Pastinaken, 12, 41
- Pilze, 5, 16, 25, 34
- Polenta, 6
- Pommes-frites, 25
- Porree, 26
- Rösti, 42
- Rüben, 12, 39
- Radicchio, 26
- Ratatouille, 24
- Ravioli, 27
- Reis, 2, 22
- Rettich, 22
- Romanesco, 9
- Rosenkohl, 28
- Rotkraut, 28, 29
- Rucola, 34
- Salat, 8
- Sauerkraut, 2, 29, 30
- Schoten, 24
- Sellerie, 1, 4, 8, 17, 21, 22
- sonstige, 20, 23
- Spätzle, 35
- Spargel, 9, 10, 17, 36, 37
- Spinat, 19, 38, 39
- Stampf, 17, 19, 29
- Steckrübe, 39
- Teig-Taschen, 18, 27
- Weißkohl, 3, 27, 30, 41
- Zucchini, 42