

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Alfons Schuhbeck

2020

95 Rezepte

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

Inhalt

Beilagen	1
Blaukraut	2
Kartoffel-Knödel	2
Dessert	3
'Alfons im Hemd' mit Gewürzsahne	4
Datschi-Burger	5
Kaiser-Schmarrn mit eingelegten Zwetschgen	6
Kärntner Reindling	7
Lebkuchen-Mousse 'Dürer'	8
Mini-Germknödel mit Powidl und Vanille-Soße	9
Sacher-Mousse mit Marillen-Gelee	10
Tiramisu	11
Topfen-Mousse mit Blaubeeren	12
Wachauer Marillen-Knödel mit Gewürz-Bröseln, Mohn-Obers	13
Fisch	15
Bayerischer Filetiermarsch vom Saibling	16
Bayerischer-Meer-Zander	17
Bouillabaisse	19
Gebakener Kabeljau im Kichererbsen-Teig mit dreierlei Dips	20
Kabeljau mit Peperoni-Grünkohl-Gemüse	21
Kabeljau-Filet auf Shiitake-Zucchini-Mango-Salat	22
Lachs auf Frühlingskräuter-Soße	23
Zander auf Meerrettich-Grünkohl mit Vanille-Birne	24

Geflügel	25
Backendl auf sommerlichem Salat	26
Gegrillte Gänse-Keulen, Wirsing, Kartoffel-Apfel-Püree	27
Zucchini-Blüte, Hähnchen-Brust, Pfeffer-Soße, Gemüse	28
Hack	31
Fleisch-Pflanzerl mit buntem Blattsalat	32
Fleisch-Pflanzerl mit mariniertem Blattsalat und Dukkah	33
Fleisch-Pflanzerl mit warmem Kartoffel-Salat	34
Gefüllte Paprikaschote mit Hackfleisch	35
Königsberger Klopse mit Grünkohl-Meerrettich-Wirsing	36
Kalb	39
Kalb-Vögerl in Mostrahm mit grünen Dill-Nudeln	40
Kalbsbrät-Strudel mit Senf-Orangen-Joghurt	41
Saltimbocca mit Safran-Risotto	42
Schnitzel 'Steyrer Hans'	43
Wiener Schnitzel mit Kartoffel-Salat und Pfifferlingen	45
Lamm	47
Gebackene Lamm-Koteletts mit Bohnen-Gemüse und Minze	48
Lamm-Lachs, Paprika-Gemüse, grüne Bohnen, Fregola sarda	49
Lamm-Rücken mit Steinpilzen, gebratene Linsen-Polenta	51
Meer	53
Rote-Bete-Carpaccio, Jakobsmuschel-Tatar, Jakobsmuscheln	54
Spaghetti aglio e olio mit gebratenen Riesen-Garnelen	55
Tiger Prawns auf weißem Spargel mit Gewürz-Brösel	56
Tomaten-Carpaccio mit gebackenen Garnelen	57
Rind	59
Bistecca alla fiorentina mit Artischocken-Spargel-Gemüse	60
Fiaker-Gulasch mit Blumenkohl und Wachtel-Spiegelei	61
Gesottener Tafelspitz mit Rahm-Spinat und Semmelkren	62

Pfingstochse mit BBQ-Soße	63
Reindlbraten 'Bayerischer Hias'	64
Rinder-Rouladen auf Kartoffel-Püree	65
Rinder-Rouladen	66
Rostbraten 'Esterházy', Bratkartoffeln, Bohnen-Gemüse	68
Spaghetti mit Sauce bolognese	69
Schwein	71
Bauernbrat'l mit Blaukraut	72
Fränkisches Schäufole	74
Gefüllte Spanferkel-Brust 'Lola Montez'	75
Krusten-Braten mit Kopfsalat-Pesto	76
Kümmel-Rosmarin-Braten mit Schwarzwurzel-Grünkohl-Salat	77
Mostbrat'l mit Paprika-Weißkraut	78
Schaschlik mit Tomaten-Ananas-Soße	79
Soßen	81
BBQ-Soße	82
Suppen	83
10-Minuten-Terrine 'Edmund'	84
Rind-Suppe mit Frittaten-Strudel	85
Vegetarisch	87
Erbsen-Nockerl, Gurken-Minz-Joghurt mit Brokkoli und Ei	88
Gebackenes Gemüse im Kichererbsen-Teig mit Dips	90
Gefüllte Paprikaschote mit Juwelen-Reis	91
Gemüse-Schaschlik mit Tomaten-Ananas-Soße	92
Gemüse-Sticks mit Limetten-Kräuter-Dip	93
Getrüffelte Kartoffel-Rösti mit Basilikum-Pinienkern-Soße	94
Gnocchi Trieste	95
Kasspatzn mit Röstzwiebeln und Vogerl-Salat	96
Kraut-Strudel mit Kürbis-Paprika-Sauce	97
Mariniertes Wurzel-Gemüse, gebratene Kartoffel-Nockerln	99

Offenes Omelett mit Gemüse-Gröstl	101
Rahmknödel 'Valentin'	102
Safran-Risotto mit Rosenkohl-Blättern und Dukkah	103
Sellerie-Rostbraten mit Rahm-Spinat und Schwarzwurzeln	104
Spaghetti mit Gemüse-Bolognese	106
Verschiedenes	107
Heurigen-Büffet	108
Kopfsalat-Pesto	109
Vorspeisen	111
Forelle mit Lauch-Tomaten-Gemüse	112
Grenadiermarsch	113
Kraut-Nudel-Fleckerl mit Schinken	114
Nuggets	115
Pfifferling-Bruschetta mit Schinken	116
Regensburger Dom-Spätzle	117
Saure Zipfel 'Weiß-blau'	118
Tomaten-Kapern-Bruschetta	118
Wild	119
Gebratene Wachtel auf Maronen-Soße mit Blumenkohl	120
Hirsch-Gulasch mit gebratener Polenta	121
Kaiser-Gulasch vom Hirsch mit Sellerie-Püree	123
Reh-Ragout 'Jennerwein'	125
Wurst-Schinken	127
Bratwürstel auf Kokos-Curry-Kraut	128
Gebratene Pfifferlinge auf geröstetem Ciabatta mit Bacon	129
Kartoffel-Gröstl mit Wiener Würstchen	130
Linguine alla carbonara	130
Mühlviertler Speck-Knödel mit warmem Kraut-Salat	131
Nürnberger Bratwurst-Gulasch	132
Weißwurst-Salat 'Schöne Münchnerin'	133
Index	134

Beilagen

Blaukraut

Für 4-6 Personen

800 g Rotkohl	je 1 TL Salz und Zucker	1 EL Puderzucker
100 ml Portwein	200 ml kräftiger Rotwein	125 ml Gemüsebrühe
1 Lorbeerblatt	5 Pimentkörner	$\frac{1}{2}$ TL schwarze Pfefferkörner
2 Gewürznelken	1 Splitter Zimtrinde	2 cm Vanilleschote
$\frac{1}{2}$ 1 TL Zartbitterschokolade	1 EL Apfelmus	1 EL Preiselbeerkompott
1 EL Aceto Balsamico		

Vom Kohl die äußeren Blätter entfernen. Das Kraut vierteln und in nicht zu feine Streifen schneiden, den Strunk danach entfernen. Das Kraut in einer Schüssel mit Salz und Zucker mischen und 10 bis 15 Minuten ziehen lassen. Den Puderzucker in einem Topf bei milder Hitze hell karamellisieren, Portwein und Rotwein dazugießen und auf ein Drittel einköcheln lassen. Blaukraut und Brühe hinzufügen, das Ganze mit einem Blatt Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt etwa 1 $\frac{1}{2}$ Stunden mehr ziehen als köcheln lassen, dabei öfter umrühren.

Nach etwa 1 Stunde Garzeit das Lorbeerblatt hinzufügen und Piment, Pfeffer, Nelken, Zimt und Vanilleschote in einen Einwegteebeutel füllen. Das Säckchen verschließen und ebenfalls zum Blaukraut geben.

Am Ende der Garzeit Schokolade, Apfelmus und Preiselbeeren unterrühren. Lorbeerblatt und Gewürzsäckchen wieder entfernen. Den Essig hinzufügen und das Kraut nochmals abschmecken.

Alfons Schuhbeck am 28. Januar 2020

Kartoffel-Knödel

Für 4-6 Personen

250 g mehligk. Kartoffeln	Salz	100 g altbackene Brötchen
90 ml Milch	1 EL Speisestärke	20 g Hartweizengrieß
2 Eier	1 EL flüssige braune Butter	Pfeffer
Muskatnuss	1 Msp. Zitronen-Abrieb	1 Lorbeerblatt
1 getr. Chilischote	1 Knoblauchzehe (halbiert)	2 Scheiben Ingwer

Die Kartoffeln waschen und mit Schale in Salzwasser weich garen. Danach abgießen, kurz ausdampfen lassen und möglichst heiß pellen. Sofort durch die Kartoffelpresse drücken, auf einem großen Teller ausbreiten und ausdampfen lassen. Dann zugedeckt im Kühlschrank mehrere Stunden abkühlen lassen. Inzwischen die Brötchen in möglichst dünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Die Milch aufkochen, über die Brötchenscheiben gießen und die Masse zugedeckt 5 Minuten ziehen lassen.

Die abgekühlten, durchgepressten Kartoffeln mit den eingeweichten Brötchen, Speisestärke, Grieß, Eiern, brauner Butter, jeweils etwas Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Zitronenschale zu einem glatten Knödelteig verarbeiten. Aus dem Knödelteig mit angefeuchteten Händen 8 Knödel formen.

Rechtzeitig zum Servieren in einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen und Lorbeerblatt, Chili, Knoblauch und Ingwer hinzufügen. Die Knödel darin knapp unter dem Siedepunkt etwa 20 Minuten gar ziehen lassen. Mit der Schaumkelle herausnehmen und abtropfen lassen, warm halten.

Alfons Schuhbeck am 28. Januar 2020

Dessert

'Alfons im Hemd' mit Gewürzsahne

Für 4 Souffléförmchen

Für die Soufflés:

weiche Butter und Zucker	2 EL Mandelblättchen	35 g Zartbitterschokolade
3 Eier	35 g weiche Butter	1 TL fein geriebener Ingwer
1 TL Zitronen-Abrieb	1 TL Orangen-Abrieb	1 TL brauner Rum
Salz	40 g Zucker	

Für die Gewürzsahne:

200 g Sahne	1 TL Vanillezucker	1/2 TL gemahlener Kardamom
1/2 TL Zimtpulver	1 Msp. gemahlener Anis	1 Msp. Piment
1/2 TL Orangen-Abrieb		

Für die Soufflés den Backofen auf 220 °C vorheizen. Auf die unterste Schiene ein tiefes Backblech schieben und etwa 2 cm hoch mit heißem Wasser füllen. Die Förmchen mit Butter einfetten und mit Zucker austreuen.

Die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Die Schokolade hacken und in einer Metallschüssel über dem heißen Wasserbad unter Rühren schmelzen.

Die Eier trennen. Die weiche Butter mit Ingwer, Zitronen- und Orangenschale in einer Rührschüssel mit den Quirlen des Handrührgeräts schaumig schlagen.

Nach und nach die Eigelbe unterrühren. Die flüssige Schokolade und den Rum ebenfalls hinzufügen und unterrühren. Die Eiweiße mit 1 Prise Salz zu einem cremigen Schnee schlagen, dabei nach und nach den Zucker einrieseln lassen. Den Eischnee mit einem Teigschaber vorsichtig unter die Schokoladenmasse ziehen, zuletzt die Mandelblättchen unterheben.

Die Förmchen jeweils etwa drei Viertel hoch mit der Schokoladenmasse füllen und in das vorbereitete Blech stellen. Die Schokoladensoufflés im Ofen im heißen Wasserbad 15 bis 20 Minuten backen.

Inzwischen für die Gewürzsahne die Sahne mit Vanillezucker, Gewürzen und Orangenschale in einem hohen Rührbecher mit den Quirlen des Handrührgeräts halbsteif schlagen.

Die Schokoladensoufflés aus dem Ofen nehmen und sofort auf Dessertteller stürzen. Die Soufflés mit der Gewürzsahne garnieren und sofort servieren. Nach Belieben mit Himbeeren und gerösteten Mandelblättchen bestreuen.

Alfons Schuhbeck am 14. September 2020

Datschi-Burger

Für 4 Personen

Für die Buttermilchmousse:

1 $\frac{1}{2}$ Blatt Gelatine	100 g Buttermilch	1 EL Zitronensaft
30 g Puderzucker	80 g Sahne	40 g gerieb. Haselnusskerne
Zimtpulver		

Für den Biscuit:

4 Eier (200 g)	100 g Zucker	1 EL Vanillezucker
Salz	$\frac{1}{2}$ TL Zitronen-Abrieb	65 g Mehl
65 g Speisestärke	50 g warme braune Butter	2 EL Mandelblättchen

Für die Zwetschgen:

500 g Zwetschgen	ca. 70 g Zucker	50 ml kräftiger Rotwein
30 ml roter Portwein	1 TL Speisestärke	1 Msp. geriebener Ingwer
1 Splitter Zimtrinde	3 cm Vanilleschote	milde Chiliflocken

Außerdem:

gemischte Beeren	Puderzucker
------------------	-------------

Für die Mousse die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Buttermilch mit Zitronensaft und Puderzucker in einer Metallschüssel über dem heißen Wasserbad verrühren. Die Gelatine tropfnass in einem kleinen Topf erwärmen und auflösen. Vom Herd nehmen und erst einige Esslöffel Buttermilchmischung unterrühren, dann die Gelatinemischung unter die übrige Buttermilch mischen. Die Schüssel in ein kaltes Wasserbad stellen und alles mit einem Schneebesen kalt rühren, bis die Masse zu gelieren beginnt. Die Sahne cremig schlagen und unter die kalte Buttermilchmasse heben. In vier Dessertringe (à ca. 7 cm Durchmesser) füllen und zugedeckt im Kühlschrank 2 Stunden fest werden lassen (alternativ die Creme zum Stocken etwa 15 Minuten ins Tiefkühlfach stellen).

Für den Biskuit den Backofen auf 210 °C vorheizen. Ein Backblech mit einem Blatt Backpapier auslegen. Eier, Zucker, Vanillezucker, 1 Prise Salz und Zitronenschale mit dem Schneebesen der Küchenmaschine etwa 5 Minuten zu einer feinen Masse aufschlagen, die nicht mehr an Volumen gewinnt.

Mehl und Speisestärke mischen, auf die aufgeschlagene Masse sieben und mit einem Teigschaber locker unterheben. Zuletzt die braune Butter zügig unterheben (nicht zu lange rühren!). Die Masse gleichmäßig hoch auf das Backpapier streichen, mit den Mandelblättchen bestreuen und im Ofen auf der mittleren Schiene 10 bis 12 Minuten auf Sicht goldbraun backen. Den gebackenen Biskuitboden auf die Arbeitsfläche stürzen, das Backpapier vorsichtig abziehen, den Boden wieder umdrehen und abkühlen lassen. Anschließend 8 Kreise (à ca. 9 cm Durchmesser; Biskuitreste anderweitig verwenden) ausstechen.

Die Zwetschgen waschen, halbieren, entsteinen und vierteln. Den Zucker in einer tiefen Pfanne bei milder Hitze hell karamellisieren.

Rotwein und Portwein dazugießen und aufkochen. Speisestärke mit wenig kaltem Wasser glatt rühren, in den Wein geben und köcheln lassen, bis dieser sämig bindet. Zwetschgen, Ingwer, Zimt, Vanilleschote und 1 Prise Chiliflocken hinzufügen. Alles aufkochen und knapp unter dem Siedepunkt so lange ziehen lassen, bis die Zwetschgen beginnen, weich zu werden. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Inzwischen die Haselnüsse in einer Pfanne ohne Fett hell rösten, bis sie leicht zu duften beginnen, und sofort in einen tiefen Teller geben. Mit 1 Prise Zimt mischen und vollständig abkühlen lassen.

Die Mousse aus den Ringen lösen und vorsichtig in den gewürzten Haselnüssen wenden. Zum Servieren je 1 Biskuitscheibe auf vier Dessertteller setzen und etwas Zwetschgenkompott darauf

verteilen. Die in Haselnüssen gewendeten Moussescheiben daraufsetzen und nochmals Zwetschgen darauf verteilen. Zuletzt die übrigen 4 Biskuitscheiben schräg daraufsetzen und alles mit gewaschenen Beeren garnieren und mit Puderzucker bestäuben.

Alfons Schuhbeck am 13. Januar 2020

Kaiser-Schmarrn mit eingelegten Zwetschgen

Für 4 Personen

Für den Kaiserschmarren:

150 g Mehl	$\frac{1}{4}$ l Milch	1/3 TL Backpulver
50 g Sahne	2 EL braune Butter	1 EL Vanillezucker
5 Eigelb	1 TL brauner Rum	5 Eiweiß
Salz	90 g Zucker	1 EL gehackte Pistazienkerne
2 EL gebr Mandelblättchen	1 TL Zitronen-Abrieb	1 TL Orangen-Abrieb

Für die Zwetschgen:

300 g Zwetschgen	$\frac{1}{4}$ l Rotwein	50 ml Portwein
1 Spr. Zwetschgenwasser	1 TL Speisestärke	50 g Zucker
2 Scheiben Ingwer	$\frac{1}{2}$ Vanilleschote	1 kleiner Splitter Zimtrinde
1 Streifen Zitronenschale	1 Streifen Orangenschale	Puderzucker

Für den Kaiserschmarrn den Backofen auf 175°C vorheizen. Das Mehl in eine Schüssel sieben und mit der Milch glatt rühren, dann Backpulver, Sahne, 1 EL braune Butter, Vanillezucker, Eigelbe und Rum unterrühren. Die Eiweiße mit 1 Prise Salz und 50 g Zucker zu einem glänzenden, cremigen Schnee schlagen. Ein Drittel des Eischnees mit einem Schneebesen unter die MehlMilchMischung rühren, den übrigen Eischnee mit einem Teigschaber unterheben.

Zwei große ofenfeste Pfannen (à ca. 28 cm Durchmesser) bei milder Temperatur erhitzen und je 1 TL braune Butter mit einem Pinsel darin verstreichen. Den Teig jeweils zur Hälfte etwa 1½ cm hoch einfüllen und auf der Unterseite hell anbacken.

(Alternativ den gesamten Teig in nur eine Pfanne etwas höher einfüllen und backen.) Danach die Pfannkuchen im Ofen auf der mittleren Schiene noch 15 bis 20 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen, in mundgerechte Stücke zupfen und mit dem übrigen (40 g) Zucker in der Pfanne auf dem Herd goldbraun karamellisieren.

Zuletzt Pistazien, Mandeln und Zitruschalen darüberstreuen und alles nochmals durchschwenken.

Inzwischen die Zwetschgen waschen, halbieren und entsteinen. In einem Topf Rotwein, Portwein und Zwetschgenwasser auf die Hälfte einkochen lassen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren, in den Ansatz geben und köcheln lassen, bis dieser sämig bindet. Den Zucker und die Würzzutaten hinzufügen und diese darin kurz ziehen lassen, dann wieder entfernen. Zuletzt die Zwetschgen hinzufügen und alles nochmals aufkochen.

Zum Servieren den Schmarrn auf vorgewärmte Teller verteilen und mit Puderzucker bestäuben. Die Zwetschgen separat dazu reichen.

Alfons Schuhbeck am 09. Oktober 2020

Kärntner Reindling

Für 1 Gugelhupfform

Für den Hefeteig:

500 g Mehl	200 ml Milch	$\frac{1}{2}$ Würfel Hefe (20 g)
1 Ei	80 g Puderzucker	1 TL Salz
1 EL Vanillezucker	Zitronen-Abrieb	2 EL brauner Rum
50 g weiche Butter		

Außerdem:

weiche Butter	Mehl	60 g zerlassene Butter
80 g Zucker	1 TL Zimtpulver	80 g Rumrosinen
80 g grob gehackte Walnüsse	4 EL brauner Rum	

Für den Hefeteig das Mehl in eine Rührschüssel sieben und in die Mitte eine Mulde drücken. Etwa 50 ml Milch lauwarm erwärmen, die Hefe hineinbröckeln und glatt rühren. Die Hefemilch in die Mulde geben und mit etwas Mehl verrühren, mit Mehl dicht bestäuben und zugedeckt an einem warmen Ort 15 Minuten gehen lassen, bis sich im Mehl Risse zeigen.

Die restlichen Zutaten dazugeben und alles zu einem geschmeidigen, glatten Teig verkneten. Mit einem sauberen Küchentuch zugedeckt an einem warmen Ort etwa 40 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen in etwa verdoppelt hat. Inzwischen den Backofen auf 175°C vorheizen. Die Form gründlich einfetten.

Anschließend den Hefeteig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und etwa 1 cm hoch zu einem Rechteck ausrollen. 30 g zerlassene Butter darauf verstreichen. Zucker und Zimt mischen und darüberstreuen. Die Rumrosinen mit den Nüssen gleichmäßig auf dem Teigrechteck verteilen und das Ganze von der Längsseite her kompakt aufrollen. Den Strang leicht in sich verdrehen und zu einem Ring in die Form legen. Den Kuchen nochmals zugedeckt an einem warmen Ort etwa 30 Minuten gehen lassen.

Dann den Kuchen mit der übrigen zerlassenen Butter bestreichen und im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 45 Minuten backen. Dabei eventuell zwischendurch abdecken, damit er nicht zu stark bräunt. Den Reindling aus dem Ofen nehmen und aus der Form stürzen.

Zum Flambieren den Rum lauwarm erwärmen, in eine Schöpfkelle geben und anzünden.

Sofort über den Reindling gießen und abbrennen lassen. Den Kuchen auf einem Kuchengitter abkühlen lassen und zum Servieren nach Belieben mit Puderzucker bestäuben.

Alfons Schuhbeck am 16. Oktober 2020

Lebkuchen-Mousse 'Dürer'

Für 4 Personen

Für die Lebkuchenmousse:

2 ½ Blatt Gelatine	3 Eigelb	60 g Zucker
1 TL Lebkuchengewürz (4 g)	2 EL Rum	300 g Sahne
2 EL Zartbitterschokolade		

Für die Punschsauce:

2 TL Speisestärke	100 ml kräftiger Rotwein	30 ml Orangensaft
40 ml Kirschsafft	40 ml Portwein	2 EL Zucker
½ TL Glühweingewürz	1 TL Honig	1 Msp. Zitronen-Abrieb
1 Msp. Orangen-Abrieb	12 Dörripflaumen	

Außerdem: Minzespitzen

Für die Lebkuchenmousse die Gelatine in kaltem Wasser einweichen.

Die Eigelbe mit dem Zucker hell-schaumig aufschlagen und das Lebkuchengewürz unterrühren. Den Rum erwärmen, die Gelatine gut ausdrücken, im warmen Rum auflösen und unter die Eigelbmasse rühren.

Die Sahne nicht zu steif schlagen und ein Drittel davon mit einem Schneebesen in die Eigelbmasse rühren. Den Rest mit einem Teigschaber vorsichtig unterheben. Die Mousse in einen Spritzbeutel ohne Tülle füllen und damit abwechselnd mit den Schokospänen auf vier Dessertgläser verteilen. Die Mousse im Kühlschrank etwa 1 Stunde gut durchziehen lassen.

Inzwischen für die Punschsauce die Speisestärke mit 2 EL Rotwein glatt rühren. Den übrigen Rotwein mit Orangensaft, Kirschsafft, Portwein und Zucker in einem Topf verrühren und aufkochen. Die angerührte Speisestärke in die Weinmischung geben und noch 2 Minuten köcheln lassen, bis diese sämig bindet.

Den Topf vom Herd nehmen und das Glühweingewürz mit dem Honig unterrühren. Zitronen- und Orangenschale dazugeben und darin 5 Minuten ziehen lassen. Die Sauce durch ein Sieb in einen Topf gießen, die Dörripflaumen hinzufügen und die Sauce abkühlen lassen.

Zum Servieren die Minze waschen und trocken tupfen. Die Dörripflaumen mit der Sauce auf der Mousse verteilen und mit Minzespitzen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 09. Februar 2020

Mini-Germknödel mit Powidl und Vanille-Soße

Für 8 Stück

Für den Hefeteig:

270 g Mehl	100 ml Milch	$\frac{1}{2}$ Würfel Hefe (20 g)
1 Ei	30 g weiche Butter	$\frac{1}{2}$ TL Salz
10 g Zucker	15 g Pistazienkerne	15 g Mandeln
Mehl	50 g Pflaumenmus	3 Streifen Zitronenschale
3 Streifen Orangenschale	$\frac{1}{2}$ Zimtstange	$\frac{1}{2}$ Vanilleschote
5 Scheiben Ingwer	3 Kardamomkapseln	1 EL zerlassene Butter
50 g Dampfmohn	Zitronen-Abreib	Puderzucker

Für die Vanillesauce:

700 ml Milch	40 g Zucker	2 TL Vanillezucker
2 Prisen Salz	2 Prisen gemahl. Kurkuma	20 g Speisestärke
2 Eigelb		

Für den Hefeteig das Mehl in eine Rührschüssel sieben und in die Mitte eine Mulde drücken. Die Milch lauwarm erwärmen, die Hefe hineinbröckeln und glatt rühren. Die Hefemilch in die Mulde gießen und mit etwas Mehl verrühren. Ei, Butter, Salz und Zucker dazugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Pistazienkerne und Mandeln fein hacken und am Ende zügig unterkneten.

Den Teig in 8 Portionen teilen und jede Portion mit leicht bemehlten Händen zu einem kleinen Fladen auseinanderdrücken. In die Mitte je 1 TL Powidl geben und den Teig darüber zusammendrücken. Die Knödel nebeneinander mit etwas Abstand auf der Nahtseite auf ein bemehltes Küchentuch setzen. Mit einem weiteren Küchentuch zugedeckt an einem warmen Ort etwa 30 Minuten gehen lassen.

Währenddessen für die Vanillesauce 600 ml Milch, Zucker, Vanillezucker, Salz und Kurkuma in einem Topf aufkochen. Die restliche Milch mit Speisestärke und Eigelben glatt rühren, in die kochende Milch geben und etwas köcheln lassen, bis diese sämig bindet. Dann die Sauce warm halten, dazu am besten direkt mit einem passenden Blatt Backpapier abdecken, damit sich keine Haut bildet.

Einen großen Dampftopf zu einem Viertel bis einem Drittel mit Wasser füllen und die Gewürze dazugeben. Den Dämpfeinsatz hineinsetzen und mit Butter einfetten. Das Würzwasser aufkochen, die Knödel nebeneinander mit etwas Abstand auf den Einsatz legen.

Dabei darauf achten, dass reichlich Dampföffnungen des Dämpfeinsatzes frei bleiben (siehe Tipp). Die Knödel mit geschlossenem Deckel etwa 15 Minuten dämpfen.

Zum Servieren die Germknödel mit dem Schaumlöffel herausnehmen und auf vorgewärmte Dessertteller setzen. Auf jeden Knödel 1 TL Mohn und etwas Zitronenschale in die Mitte streuen, großzügig mit Puderzucker bestäuben und die Vanillesauce darum herumträufeln.

Nach Belieben mit gemischten Beeren garnieren.

TIPP: Idealerweise werden alle Knödel nach dem Gehen gleichzeitig gegart. Dazu entweder einen großen Topf oder zwei kleinere Töpfe verwenden alternativ im Dampfbackofen zubereiten, falls vorhanden. Wichtig: Zwischen den Germknödeln müssen reichlich Dampföcher frei bleiben, damit der Dampf auch nach oben steigen kann.

Alfons Schuhbeck am 07. September 2020

Sacher-Mousse mit Marillen-Gelee

Für 4 Personen

Für die Mousse:

100 g Zartbitterkuvertüre	1 kleines Ei	1 TL Zucker
1 Msp. Zimtpulver	1 Msp. gemahlene Vanille	1 Msp. Kardamom
1 Msp. fein geriebener Ingwer	1 EL brauner Rum	200 g Sahne

Für das Gelee:

1 Blatt Gelatine	1 TL Marillenschnaps	100 ml Marillensaft
milde Chiliflocken		

Für die Mousse die Zartbitterkuvertüre grob hacken und in einer Metallschüssel über dem heißen Wasserbad unter Rühren schmelzen. Ei, Zucker und Gewürze in eine weitere Metallschüssel geben und mit einem Schneebesen über dem heißen Wasserdampf hell-schaumig aufschlagen. Die geschmolzene Kuvertüre unterrühren und die Masse vom Wasserbad nehmen. Zuletzt den Rum untermischen und alles etwa 10 Minuten abkühlen lassen.

Die Sahne halbsteif schlagen. Ein Drittel mit einem Schneebesen unter die Schokoladenmasse rühren, den Rest mit einem Teigschaber vorsichtig unterheben. Die Mousse in Dessertgläser füllen und 1 bis 2 Stunden kühl stellen. Die Oberfläche sollte dabei vollständig glatt sein, deshalb die Gläser nach dem Füllen eventuell leicht auf die Arbeitsfläche stoßen.

Für das Gelee die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Den Marillenschnaps und 1 EL Marillensaft in einem Topf erwärmen. Die Gelatine ausdrücken und im Schnaps-Mix unter Rühren auflösen.

Den übrigen Marillensaft in eine Schüssel geben und die warme Gelatinemischung darin unter Rühren auflösen. Die Masse so lange abkühlen lassen, bis sie beginnt zu gelieren. Dazu entweder auf Eiswasser mit einem Teigschaber rühren oder im Kühlschrank abkühlen lassen und zwischendurch rühren.

Die leicht gelierte Flüssigkeit als dünnen Spiegel auf der Mousse in den Dessertgläsern verteilen, mit 1 Prise Chiliflocken bestreuen und entweder im Kühlschrank fest werden lassen oder sofort servieren. Nach Belieben mit weißen und dunklen Schokospänen und gemischten Beeren garnieren.

Alfons Schuhbeck am 28. September 2020

Tiramisu

Für 4 Personen

250 g Mascarpone (gekühlt)	200 g Sahne	50 g Zucker
1 EL Vanillezucker	1 TL Zitronen-Abrieb	1 TL Orangen-Abrieb
Salz	200 ml Kaffee	2 EL Amaretto
150 g Löffelbiskuits	12 EL Kakaopulver	1 Msp. Kardamom
1 Msp. Zimt	1 Msp. Vanillepulver	

Die Mascarpone mit Sahne, Zucker, Vanillezucker, Zitronen- und Orangenabrieb und 1 Prise Salz glatt rühren und mit dem Schneebesen einer Küchenmaschine oder den Quirlen eines Handrührgerätes cremig aufschlagen.

Den Kaffee mit dem Amaretto in einem tiefen Teller mischen.

Die Hälfte der Löffelbiskuits nacheinander darin eintauchen und nebeneinander in eine kleine Auflaufform einlegen. Die Hälfte der Creme darauf verstreichen.

Die übrigen Löffelbiskuits in das restliche Kaffeegemisch tauchen, darauf verteilen und die restliche Mascarponecreme darauf glatt verstreichen.

Zugedeckt kalt stellen und einige Stunden durchziehen lassen.

Anrichten: Den Kakao mit Kardamom, Zimt und Vanillepulver vermischen und kurz vor dem Servieren darüber sieben. In Stücke teilen und auf Teller anrichten.

Alfons Schuhbeck am 16. November 2020

Topfen-Mousse mit Blaubeeren

Für 4 Personen

Für die Topfenmousse:

125 g Magerquark	25 g Zucker	1 Msp. Zitronen-Abrieb
1 Msp. Orangen-Abrieb	1 EL Zitronensaft	1 TL brauner Rum
1 Msp. Vanillemark	250 g Sahne	2 Eiweiß
50 g Zucker	Salz	

Für die Blaubeeren:

200 g Blaubeeren	$\frac{1}{2}$ TL Speisestärke	100 ml Blaubeersaft
1 EL Zucker	23 Splitter Zimtrinde	$\frac{1}{4}$ Vanilleschote
1 Scheibe Ingwer	1/2 Streifen Zitronenschale	1/2 Streifen Orangenschale

Für die Topfenmousse den Quark in einer Rührschüssel mit Zucker, Zitronen- und Orangenschale, Zitronensaft, Rum und Vanille glatt rühren. Die Sahne halbsteif schlagen. Die Eiweiße mit Zucker und 1 kleinen Prise Salz cremig schlagen. Erst die Schlagsahne mit einem Teigschaber unter die Quarkmasse ziehen, dann den Eischnee vorsichtig unterheben.

In ein Sieb ein sauberes Küchentuch legen, das Sieb in eine Schüssel hängen und die Quarkmasse hineinfüllen. Mit Frischhaltefolie bedecken und im Kühlschrank 3 bis 4 Stunden abtropfen lassen, sodass sich die Konsistenz der Mousse stabilisiert. Dann servieren oder in einer Schüssel zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

Die Blaubeeren verlesen, waschen und trocken tupfen. Die Speisestärke mit 2 EL Blaubeersaft glatt rühren. Den übrigen Saft mit dem Zucker in einem Topf aufkochen, die angerührte Speisestärke dazugeben und köcheln lassen, bis der Saft leicht sämig bindet.

Anschließend Zimt, Vanilleschote, Ingwer, Zitronen- und Orangenschale in den Blaubeersud geben. Die Sauce vom Herd nehmen und lauwarm abkühlen lassen. Durch ein Sieb gießen und die Würzzutaten wieder entfernen. Die Sauce mit den Beeren mischen und vollständig abkühlen lassen.

Zum Servieren die Blaubeeren auf Dessertschalen verteilen. Die Mousse in Nocken daraufsetzen, dabei eventuell mit einem Eisportionierer arbeiten. Nach Belieben mit Minzespitzen, gehackten Pistazien und Himbeeren garnieren.

Alfons Schuhbeck am 06. September 2020

Wachauer Marillen-Knödel mit Gewürz-Bröseln, Mohn-Obers

Für 4 Personen

Für die Marillenküdel:

400 g mehligk. Kartoffeln	Salz	100 g Magerquark
50 g Speisestärke	50 g doppelgriffiges Mehl	50-55 g Hartweizengrieß
1 Ei	4 EL zerlassene braune Butter	Zitronen-Abrieb
Mark von $\frac{1}{2}$ Vanilleschote	8 Marillen (Aprikosen)	8 Würfelzucker
Marillenbrand		

Für Brösel und Obers:

80 g Weißbrotbrösel	2 EL gemahl. Haselnüsse	1 EL gemahl. Pistazien
2 EL Zucker	1 Msp. Zimtpulver	1 Msp. gemahlene Vanille
1 Msp. Kardamom	fein geriebener Ingwer	2 EL Butter
200 g Sahne	1 Spritzer brauner Rum	1 TL Vanillezucker
1 EL Dampfmoohn	1 Msp. Zitronen-Abrieb	1 Msp. Orangen-Abrieb

Für den Kochsud:

2 EL Salz	80 g Zucker	1 ausgekr. Vanilleschote
2 Scheiben Ingwer	$\frac{1}{2}$ Zimtrinde	2 Streifen Zitronenschale
2 Streifen Orangenschale		

Für die Marillenküdel die Kartoffeln waschen und in einem Topf in Salzwasser weich garen. Abgießen und kurz ausdampfen lassen, noch heiß pellen und durch die Kartoffelpresse drücken (ca. 350 g). Den Kartoffelschnee auf einem großen Teller oder einem Tablett ausbreiten, ausdampfen lassen und zugedeckt mehrere Stunden, am besten über Nacht, kühl stellen.

Anschließend den abgekühlten Kartoffelschnee mit Topfen, Speisestärke, Mehl, Grieß, Ei, brauner Butter, Zitronenschale, Vanille und 1 Prise Salz zu einem glatten Teig verkneten.

Die Marillen waschen, halb aufschneiden (aber nicht durchschneiden!) und entsteinen. In jede Frucht statt des Steins 1 Würfelzucker legen und mit einigen Tropfen Marillenbrand beträufeln. Den Teig in 8 Portionen (à 70 bis 85 g) teilen und jede Portion mit den Händen leicht flach drücken. In die Mitte jeder Teigscheibe 1 gefüllte Marille setzen, mit Teig umhüllen und zu einem glatten Küdel drehen.

Für die Gewürzbrösel die Weißbrotbrösel mit Haselnüssen und Pistazien in einer Pfanne ohne Fett bei milder Hitze unter Rühren leicht rösten. Mit Zucker und Gewürzen bestreuen, zuletzt die Butter dazugeben und darin zerlassen. Die Brösel sofort aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller abkühlen lassen.

Für den Kochsud in einem großen Topf 3 l Wasser mit Salz und Zucker aufkochen.

Vanilleschote, Ingwer, Zimt und Zitruschalen dazugeben. Die Marillenküdel darin knapp unter dem Siedepunkt etwa 15 Minuten mehr ziehen als köcheln lassen.

Mit dem Schaumlöffel herausnehmen und kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen, dann in den Gewürzbröseln wälzen.

Zum Servieren die Sahne mit 1 Spritzer Rum und Vanillezucker sämig schlagen und den Mohn untermischen. Jeweils etwas Mohnobers auf Dessertteller geben, mit Zitronen- und Orangenschale bestreuen und die Küdel daraufsetzen. Nach Belieben mit Puderzucker bestäuben und mit Minzespitzen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 02. Oktober 2020

Fisch

Bayerischer Filetiermarsch vom Saibling

Für 4 Personen

Für den Saibling:

1/2 TL schwarze Pfefferkörner	1/2 TL Senfkörner	1/2 TL Korianderkörner
4 angedrückte Wacholderbeeren	2 Streifen Zitronenschale	2 Streifen Orangenschale
1 Bund Dill	½ Bund Petersilie	1 EL Salz (15 g)
1 TL Zucker (8 g)	5 Saiblingsfilets (à 80 g)	

Für die Meerrettichmousse:

3 Blatt Gelatine	200 ml warme Gemüsebrühe	100 g Sahne
2 EL Sahnemeerrettich	Salz	Pfeffer
Zucker	1 Spritzer Zitronensaft	1 Msp. Zitronen-Abrieb

Für das Tatar:

1 ½ EL mildes Olivenöl	mildes Chilusalz	Zucker
1 TL Limetten-Abrieb	1 Spritzer Limettensaft	

Außerdem:

Salatblätter	Kräuterblätter	1 Spritzer Zitronensaft
1 - 2 TL mildes Olivenöl	mildes Chilusalz	

Für den Saibling für die Beize die Pfeffer-, Senf- und Korianderkörner sowie Wacholderbeeren im Mörser grob zerstoßen. Die Zitruschalen in dünne Streifen schneiden. Dill und Petersilie waschen, trocken tupfen, die Spitzen beziehungsweise Blätter abzupfen und grob hacken, dann mit Gewürzen und Zitruschalen, Salz und Zucker mischen.

Die Saiblingsfilets waschen und trocken tupfen. Von 4 Filets vom breiten Ende her jeweils 1 etwa 12 cm langes Filet zum Beizen abschneiden. Die restlichen dünnen Endstücke und das übrige Filet für das Tatar kühl stellen. Die Saiblingsfilets mit der Beize rundum umhüllen, in Frischhaltefolie wickeln und etwa 1 ½ Stunden im Kühlschrank marinieren (bei dickeren Fischfilets verlängert sich die Beizezeit um bis zu 1 Stunde).

Für die Meerrettich-Mousse die Gelatine in kaltem Wasser einweichen, abtropfen lassen und in der warmen Brühe unter Rühren auflösen. Die Sahne cremig aufschlagen. Die Gelatinebrühe mit dem Meerrettich verrühren und mit einem Schneebesen auf Eiswasser (oder kaltem Wasser) so lange kalt rühren, bis die Masse zu gelieren beginnt. Die Sahne unterheben, alles mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker, Zitronensaft und -schale abschmecken. Die Mousse in vier Gläser (à ca. 120 ml Inhalt) füllen und im Kühlschrank 1 Stunde fest werden lassen.

Für das Tatar die kühl gestellten Saiblingsstücke erst in dünne Scheiben, dann in sehr kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Mit Olivenöl mischen und mit Chilusalz, 1 Prise Zucker, Limettenschale und -saft würzen.

Zum Servieren die gebeizten Saiblingsfilets aus der Folie wickeln und die Beize vorsichtig entfernen. Trocken tupfen und in dünne Scheiben schneiden.

Die Salatblätter verlesen, waschen und trocken schleudern. Mit Zitronensaft, Olivenöl und Chilusalz würzen. Die Gläser mit der Meerrettich-Mousse auf Vorspeisenteller stellen. Das Tatar mithilfe eines Anrichters danebensetzen. Die gebeizten Saiblingsfiletscheiben dazulegen und mit den Salatblättern garnieren.

Alfons Schuhbeck am 03. Februar 2020

Bayerischer- Meer-Zander

Für 4 Personen:

Für den Strudel:

150 g gekühltes Zanderfilet	Salz	1/2-1 TL scharfer Senf
TL Zitronen-Abrieb	1 Msp. geriebener Ingwer	1-2 TL Kerbel
1-2 TL Petersilienblätter	1-2 Tl Dillspitzen	mildes Chilisalز
200 g gekühlte Sahne	8 Strudelteigblätter	4 EL zerlassene Butter

Für die Panzerl:

150 g Garnelen	150 g Zanderfilet	1 TL Dijon-Senf
1 TL Limetten-Abrieb	mildes Chilisalز Muskatnuss	1-2 TL Öl

Für den Zander:

1/2 TL Fenchel	1/2 Tl Koriander	schwarze Pfefferkörner
1/4 Splitter Zimtrinde	4 Zanderfilets	1 TL Öl
mildes Chilisalز		

Für den Rahmspinat:

800 g Blattspinat	50 ml Gemüsebrühe	200 g Sahne
1 Knoblauchzehe	3 cm Vanilleschote	mildes Chilisalز
Muskatnuss		

Für den Zanderstrudel den Fisch waschen, trocken tupfen, in Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Fischwürfel salzen und 5 Minuten ins Tiefkühlfach stellen. Die Hälfte der Fischwürfel mit der Hälfte von Senf, Zitronenschale, Ingwer und Kräutern in den Blitzhacker geben. Mit Chilisalز würzen und pürieren, bis die Masse zu binden beginnt. 30 g Sahne hinzufügen und untermixen.

70 g Sahne in zwei weiteren Portionen untermixen, dabei jeweils darauf achten, dass sich die Sahne mit dem Fisch vollständig verbunden hat, bevor die übrige Sahne hinzugefügt wird. Die Fischfarce soll glatt und glänzend sein.

Den zweiten Teil der Farcezutaten genauso verarbeiten und alles in einen Spritzbeutel füllen.

Den Backofen auf 180 C vorheizen. 4 Strudelteigblätter nebeneinander auf ein Küchentuch legen, mit etwas zerlassener Butter bestreichen und die übrigen 4 Strudelteigblätter darauflegen.

Vier Timbale-Förmchen ('a ca. 7 cm Durchmesser) mit zerlassener Butter einfetten, jeweils mit 1 doppeltem Strudelteigblatt auslegen und überstehende Enden etwas zurückschneiden. Die Fischfarce auf die Förmchen verteilen und kühl stellen. Zum Servieren im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 10 Minuten backen. Herausnehmen und sofort servieren.

Für die Fischpflanzerl die Garnelen am Rücken entlang nicht zu tief einschneiden und den Darm entfernen. Garnelen und Zanderfilet waschen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden.

Nochmals mit einem großen Küchenmesser sehr fein hacken und in eine Schüssel geben. Senf und Limettenschale hinzufügen, mit Chilisalز und Muskatnuss würzen und alles gut mischen.

Aus der Fischmasse mit angefeuchteten Händen 8 gleich große Pflanzerl formen. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel darin verteilen und die Fischpflanzerl auf jeder Seite goldbraun anbraten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen, warm halten.

Für den Zander Fenchel, Koriander, Pfeffer und Zimt in eine Gewürzmühle füllen. Den Fisch waschen und trocken tupfen. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Zanderfilets auf der Hautseite einige Minuten goldbraun anbraten.

Dann wenden, die Pfanne vom Herd nehmen und die Filets in der Nachhitze der Pfanne saftig durchziehen lassen. Mit Chilisalز und den Gewürzen aus der Mühle würzen, warm halten.

Spinat verlesen, waschen und trocken schleudern, grobe Stiele entfernen. Etwa 400 g Spinat in

der Brühe erhitzen, die Sahne dazugießen und kurz köcheln lassen. Dann alles in einem hohen Rührbecher mit dem Stabmixer pürieren und wieder in die Pfanne gießen.

Restliche ganze Spinatblätter, Knoblauch und Vanille dazugeben, alles einige Minuten ziehen lassen. Mit Chilisalzwürzen, Vanille entfernen. Den Rahmspinat mittig auf vorgewärmte Teller verteilen. Strudel, Zanderfilets und Pflanzlerl daneben anrichten.

Alfons Schuhbeck am 10. Februar 2020

Bouillabaisse

Für zwei Personen

Für die Bouillabaisse:

4 Wolfsbarschfilets à 35 g	4 Seeteufelmedaillons à 35 g	4 Riesengarnelen mit Schale
1 Stange Sellerie	$\frac{1}{2}$ Fenchelknolle	1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen	2 cm Ingwer	400 ml Gemüsefond
Anislikör	1 TL Safranfäden	2 Blättchen Estragon
Fenchelkörner	mildes Chilisalز	2 TL Olivenöl
Öl		

Die Garnelen schälen. Schalen waschen, trockentupfen und beiseitelegen. Garnelen entdarmen und klein schneiden.

Garnelenschalen in Öl bei mittlerer Hitze für einige Minuten andünsten.

Mit Fond ablöschen und 5 bis 10 Minuten ziehen lassen, anschließend durch ein Sieb passieren und den Sud dabei auffangen.

Safranfäden in ca. 1 EL Wasser geben. Fenchel putzen und in ca. 0,5 cm große Würfel schneiden. Sellerie waschen, trockentupfen, ggf. von Fäden befreien und klein schneiden. Zwiebel abziehen und ebenfalls in ca. 0,5 cm große Würfel schneiden.

Fenchel, Sellerie und Zwiebel in einem Topf mit etwas Öl glasig anschwitzen. Dann mit dem Sud der Garnelenschalen ablöschen und Safranfäden dazugeben.

Garnelenstücke in die Suppe geben. Wolfsbarsch und Seeteufel waschen, trockentupfen und klein schneiden, dann ebenfalls in die Suppe geben. Fisch knapp unter dem Siedepunkt ein paar Minuten glasig ziehen lassen. Alles mit Fenchel aus der Mühle, Anislikör und Chilisalز abschmecken. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Ingwer reiben. Knoblauch und Ingwer zur Suppe geben.

Zum Schluss Estragon abbrausen, trockenwedeln, klein hacken und hineingeben. Beim Anrichten nach Belieben mit etwas Olivenöl beträufeln und mit einer übrigen Garnele garnieren.

Das Gericht in tiefen Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 05. August 2020

Gebackener Kabeljau im Kichererbsen-Teig mit dreierlei Dips

Für 4 Personen

Für den Harissadip:

200 g griech. Joghurt (10%) 1 geh. TL Harissa mildes Chilusalz

Für die Sauce Rouille:

ca. 8 Safranfäden 1 gegarte Mini-Kartoffel (25 g) 50 ml Milch
 $\frac{1}{2}$ TL Dijon-Senf $\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe (Scheiben) 100 ml neutrales Öl
1 EL mildes Olivenöl mildes Chilusalz

Für die Chilisaucе:

$2\frac{1}{2}$ EL Limettensaft 1 Msp. Limetten-Abrieb 2 EL Sojasauce
1 geh. EL Zucker 1 gehackte Knoblauchzehe 1 TL kl. frische rote Chilischote
5 Korianderstiele 1 EL kleine Karottenwürfel 1 EL Gurkenwürfel

Für den Fisch:

500 g Kabeljaufilets 4 EL Gemüsebrühe 2 EL Sojasauce
1 TL geröstetes Sesamöl

Für den Teig:

300 g Kichererbsenmehl 2 TL Backpulver 1 TL mildes Currypulver
1 geh. TL mildes Chilusalz 2 EL Öl

Außerdem:

Frittierfett doppelgriffiges Mehl Salz

Zuerst die Dips zubereiten. Für den Harissadip den Joghurt mit Harissa verrühren und mit Chilusalz würzen.

Für die Sauce Rouille den Safran in 2 EL heißem Wasser 5 bis 10 Minuten einweichen. Die Kartoffel in kleine Würfel schneiden und mit Milch, Senf und Knoblauch in einen hohen Rührbecher geben. Den eingeweichten Safran hinzufügen und alles mit dem Stabmixer fein pürieren. Das Öl und das Olivenöl in einem dünnen Strahl einlaufen lassen und dabei mit dem Stabmixer rühren, bis eine cremige Konsistenz entstanden ist. Die Sauce mit Chilusalz würzen.

Für die Chilisaucе 4 EL Wasser, Limettensaft und -schale, Sojasauce, Zucker, Knoblauch und Chili verrühren. Den Koriander waschen, trocken schütteln und die Blätter mit den Stielen fein hacken. Karotten- und Gurkenwürfel sowie Koriander in die Sauce rühren.

Für den Fisch die Filets waschen, trocken tupfen und in etwa 2 cm breite Stücke schneiden. Für die Marinade Brühe, Sojasauce und Sesamöl verrühren. Den Fisch mit der Marinade mischen und 10 Minuten ziehen lassen.

Für den Ausbackteig das Kichererbsenmehl mit dem Backpulver in eine Schüssel sieben. Curry und Chilusalz hinzufügen. Mit dem Schneebesen nach und nach 400 ml kaltes Wasser unterrühren, bis ein glatter, sämiger Teig entstanden ist. Bei Bedarf etwas mehr Flüssigkeit dazugeben. Zuletzt das Öl unterrühren.

Das Fett in einem großen flachen Topf oder einer Fritteuse auf 160°C erhitzen. Das Mehl in einen tiefen Teller geben. Die Fischstücke nach und nach aus der Marinade nehmen, trocken tupfen und im Mehl wenden. Durch den Backteig ziehen und portionsweise im Fett 4 bis 5 Minuten goldbraun backen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und etwas mit Salz würzen. Mit den Dips servieren und nach Belieben unbehandelte Limettenspalten dazu reichen.

Alfons Schuhbeck am 06. Juli 2020

Kabeljau-Filet auf Shiitake-Zucchini-Mango-Salat

Für zwei Personen

Für den Kabeljau:

2 Kabeljaufilets à 120 g $\frac{1}{2}$ TL neutrales Öl Olivenöl
mildes Chilisalz

Für den Salat:

3 Shiitake $\frac{1}{2}$ Zucchini $\frac{1}{2}$ reife Mango
1 Zitrone 1 Knoblauchzehe 2 cm Ingwer
2 EL Limoncello 2 Zweige Rosmarin 2 EL mildes Olivenöl
Öl mildes Chilisalz

Für die Garnitur:

1 EL Ajvar 2 TL Pistazien 1 Zweig Rosmarin

Für den Kabeljau:

Das Öl in eine Pfanne geben und erhitzen. Kabeljaufilets waschen, trockentupfen und in der Pfanne zunächst auf der Hautseite langsam braten, dann wenden und von der anderen Seite fertig garen. Vor dem Servieren Fisch mit etwas Olivenöl beträufeln und mit Chilisalz würzen. Um festzustellen, wann der perfekte Zeitpunkt ist, den Fisch in der Pfanne zu wenden, legen Sie einfach Ihren kleinen Finger auf das Fischfilet in der Pfanne. Sobald sich der Fisch etwas warm anfühlt, können Sie ihn umdrehen und sanft von der anderen Seite fertig garen.

Für den Salat:

Zucchini waschen, trockentupfen und in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zucchini darin einige Minuten anbraten, dann wenden. Knoblauch abziehen und halbieren. Ingwer in Scheiben schneiden. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln.

Knoblauch, Ingwer und Rosmarin zum Aromatisieren mit in die Pfanne geben. Angebratene Zucchinischeiben aus der Pfanne nehmen und auf einen vorgewärmten Teller legen. Shiitake putzen und halbieren. Zu den Aromaten in die Pfanne geben, etwas Öl hinzugeben und ebenfalls anbraten. Anschließend zu den Zucchinischeiben auf den Teller geben.

Zitrone unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Dann die Zitrone halbieren und 1 EL Saft auspressen.

Zitronenabrieb und -saft, etwas Wasser, 2 EL Olivenöl und Limoncello verrühren und mit Chilisalz abschmecken. Marinade über die Zucchini und Shiitake geben.

Mango schälen, Fruchtfleisch vom Kern schneiden, dann in Spalten schneiden und ebenfalls auf dem Teller verteilen.

Für die Garnitur:

Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Rosmarin, Pistazien und Ajvar zum Dekorieren verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 06. August 2020

Lachs auf Frühlingskräuter-Soße

Für zwei Personen

Für den Lachs:

250 g Lachsfilets	1 Zitrone	1 Orange
1 Vanilleschote	2 Ingwerscheiben	1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl	1 Prise mildes Chilisalz	

Für Kräutersauce:

1 Zitrone	1 Orange	1 Knoblauchzehe
1 cm Ingwer	1 Zweig Kerbel	1 Zweig Dill
1 Zweig frische Petersilie	1 Zweig Minze	80 g griechischer Joghurt
1 EL Milch	1 Prise mildes Chilisalz	1 Prise Zucker

Für die Garnitur:

1 Handvoll essbare Blüten

Für den Lachs:

Den Backofen auf 80°C Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Die Lachsfilets nebeneinander auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Mit Frischhaltefolie bedecken und im vorgeheizten Backofen 15-20 min. saftig durchgaren.

Ca. 3 cm der Vanilleschote abschneiden und diese auftrennen. Knoblauch abziehen und zwei dünne Scheiben abschneiden. Ebenfalls zwei Scheiben Ingwer abschneiden. Etwas Zitronen- und Orangenabrieb abreiben. Olivenöl mit dem Stück der Vanilleschote, Ingwer- und Knoblauchscheiben, sowie Zitronen- und Orangenabrieb in einer Pfanne vermengen und sanft erwärmen. Mit Chilisalz würzen.

Die Lachsfilets aus dem Ofen nehmen und mit dem Gewürzöl bestreichen.

Für Kräutersauce:

Kräuter grob hacken. Den Joghurt mit 1 bis 2 EL der jeweiligen Kräuter verrühren, ggf. mit Milch etwas verdünnen. Knoblauch abziehen und Ingwer waschen. Etwas Knoblauch, Zitronenschale, Orangenschale, und Ingwer abreiben. Mit Chilisalz und Zucker abschmecken.

Für die Garnitur:

Ein Bett aus Kräutersauce herstellen und den Lachs daraufsetzen. Das Gericht mit essbaren Blüten garnieren.

Alfons Schuhbeck am 09. April 2020

Zander auf Meerrettich-Grünkohl mit Vanille-Birne

Für zwei Personen

Für den Zander:

250 g Zanderfilet, mit Haut	1 Knoblauchzehe	3 cm Ingwer
1 Zweig Rosmarin	1 Vanilleschote	doppelgriffiges Mehl, Typ 405
1 TL neutrales Öl	mildes Chilisalz	

Für den Grünkohl:

500 g Grünkohl	1 Orange	1 EL Butter
60 g Sahne	1-2 TL Sahnemeerrettich	Muskatnuss
mildes Chilisalz		

Für die Vanille-Birne:

1 reife, rotschalige Birne	1 EL Butter	1-2 TL Puderzucker
1 Prise Vanillepulver		

Für die Garnitur:

2 große Macadamianüsse

Für den Zander:

Die Zanderfilets waschen, trockentupfen und in 2 oder 4 gleich große Stücke schneiden. Die Hautseite des Fisches mehlieren.

Öl in einer Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen. Zanderfilets mit der Hautseite nach unten einlegen und 3 bis 4 Minuten kross anbraten.

Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Vanilleschote der Länge nach halbieren. Knoblauch andrücken und Ingwer in Scheiben schneiden.

Knoblauch, Ingwer, eine halbe Vanilleschote und Rosmarin in die Pfanne geben. Fisch wenden, die Pfanne vom Herd nehmen und in der Restwärme der Pfanne glasig durchziehen lassen. Auf Küchenpapier abtropfen und mit Chilisalz würzen.

Beim Kauf von Zander unbedingt auf das MSC Zertifikat achten. MSC ist der weltweit bedeutendste Standard für ökologisch nachhaltigere Fischereien. Die Verbraucherzentrale sagt, dass man Zander bedenkenlos aus der Fangregion FAO 05 aus Europäischen Binnengewässern kaufen kann (gültig bis 31. März 2021).

Für den Grünkohl:

Muskatnuss reiben. Orange waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Grünkohl von den harten Stielen zupfen und in kleine Blättchen reißen. Etwa 4 Minuten in Salzwasser bissfest blanchieren, abgießen, kalt abschrecken und überschüssiges Wasser ausdrücken. Grünkohlblätter klein hacken. Grünkohl in einer Pfanne anschwitzen, Sahne angießen, Butter und Meerrettich einrühren und alles mit Chilisalz, Muskat und Orangenabrieb würzen.

Für die Vanille-Birne:

Birne vierteln, entkernen und in dünne Spalten schneiden. Puderzucker in einer Pfanne bei mittlerer Hitze hell karamellisieren und Vanillepulver dazugeben. Birnenspalten darin auf beiden Seiten anbraten und die Butter darin zerlassen.

Für die Garnitur:

Macadamianüsse reiben und über das Gericht geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 17. Dezember 2020

Geflügel

Backendl auf sommerlichem Salat

Für zwei Personen

Für das Backendl:

2 Hähnchenbrustfilets, à 150 g	80 g Weißbrotbrösel	1 Zitrone
60 g Naturjoghurt	1 Prise edelsüßes Paprikapulver	1 Prise gemahlene Fenchelsamen
1 Prise getrockneter Oregano	1 Prise getrockneter Rosmarin	2 Prisen Chilisalz
1 Prise Zucker	Öl	

Für den Salat:

gemischte Salatblätter	1 Zitrone	3 Zweige Basilikum
1 Zweig Minze	1 Prise Zucker	1 EL mildes Olivenöl
mildes Chilisalz		

Für das Backendl:

Den Joghurt mit Oregano, Paprikapulver, Fenchelsamen, Rosmarin, Chilisalz und Zucker glattrühren. Zitrone unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Unter den Joghurt rühren. Restliche Zitrone in Spalten schneiden und später für die Garnitur verwenden.

Hähnchenbrustfilets waschen, trockentupfen und schräg in je 3 bis 4 Stücke schneiden. In die Joghurtmarinade geben und ziehen lassen.

Weißbrotbrösel in einen tiefen Teller geben und das Fleisch darin wenden, dabei die Panade nicht zu fest andrücken.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Fleischstücke darin auf jeder Seite etwa 3 Minuten goldbraun ausbacken. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit etwas Chilisalz würzen. Nach Belieben können Sie die Hähnchenbruststücke auch über Nacht in die Joghurtmarinade legen. So wird das Fleisch noch saftiger und geschmackvoller.

Für den Salat:

Salat putzen, waschen, trockenschleudern und ggf. Blätter klein zupfen.

Basilikum und Minze abbrausen, trockenwedeln und hacken. Salat mit Basilikum und Minze vermengen.

Zitrone unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Dann die Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen.

Zitronenabrieb sowie saft zum Salat geben. Alles mit Chilisalz und Zucker würzen. Olivenöl hinzugeben und alles gut miteinander vermengen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 07. August 2020

Gegrillte Gänse-Keulen, Wirsing, Kartoffel-Apfel-Püree

Für 4 Personen:

Für die Gänsekeulen:

3 Zwiebeln	1 Lorbeerblatt	2 Gewürznelken
4 Gänsekeulen (à 400 g)	23 l Hühnerbrühe	100 g Knollensellerie
1 kleine Karotte	1 TL Puderzucker	1 EL Tomatenmark
350 ml kräftiger Rotwein	2 Scheiben Ingwer	1 Knoblauchzehe (in Scheiben)
1 Streifen Orangenschale	1 TL getr. Majoran	1 TL Speisestärke
$\frac{1}{4}$ säuerlicher Apfel	Salz, Pfeffer	

Für das Püree:

1 kg mehligk. Kartoffeln	Salz	$\frac{1}{2}$ säuerlicher Apfel
$\frac{1}{4}$ l Milch,	1 EL Apfelmus	1 EL Butter
2 EL braune Butter	Pfeffer	Muskatnuss, Puderzucker

Für den Wirsing:

4 6 blanch. Wirsingblätter	3 EL Gemüsebrühe	mildes Chilisalz
Muskatnuss	100 g Sahne	1 EL Sahnemeerrettich

Für die Keulen 1 Zwiebel schälen und halbieren, das Lorbeerblatt mit den Gewürznelken auf einer Zwiebelhälfte feststecken. Die Keulen waschen und in der Brühe mit der gespickten Zwiebel 2½ bis 3 Stunden weich garen. Herausnehmen, abtropfen und abkühlen lassen. Die Gänsebrühe durch ein feines Sieb in ein hohes schmales Gefäß gießen und etwa 5 Minuten abkühlen lassen. Dann das oben schwimmende Fett abschöpfen und mit der Brühe beiseitestellen.

Für die Sauce die übrigen 2 Zwiebeln, Sellerie und Karotte schälen und $\frac{1}{2}$ bis 1 cm groß würfeln. Puderzucker in einem Topf bei milder Hitze hell karamellisieren, Gemüsewürfel darin andünsten. Tomatenmark unterrühren und kurz mitrösten. Mit einem Drittel des Weins ablöschen und sirupartig einkochen lassen. Übrigen Wein nach und nach angießen und jeweils einköcheln lassen. 350 ml entfettete Gänsebrühe dazugießen und alles 30 bis 40 Minuten ziehen lassen, dabei Ingwer, Knoblauch, Orangenschale und Majoran hinzufügen.

Die Sauce durch ein Sieb in einen Topf gießen, ganze Gewürze entfernen. Stärke in wenig kaltem Wasser glatt rühren, in die Sauce geben und köcheln lassen, bis diese sämig bindet. Apfelspalten einige Minuten in der Sauce ziehen lassen, wieder entfernen. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und etwas beiseitegestelltem Gänsefett abschmecken.

Für die Gänsekeulen etwa 30 Minuten vor dem Anrichten den Backofengrill auf 250°C einschalten. Die Gänsekeulen nebeneinander auf ein Backblech legen und 5 bis 6 EL Gänsebrühe dazugießen. Im Ofen auf der unteren Schiene 20 bis 25 Minuten kross braten.

Inzwischen für das Püree die Kartoffeln waschen und in Salzwasser weich garen. Abgießen, kurz ausdampfen lassen, heiß pellen und durch die Kartoffelpresse drücken. Den Apfel schälen, entkernen und sehr klein würfeln. Die Milch erhitzen und unter die durchgepressten Kartoffeln rühren. Apfelmus, Butter und braune Butter untermischen, das Püree mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Apfelwürfel in einer Pfanne mit Puderzucker anschwitzen, unter das Püree geben.

Den blanchierten Wirsing in etwa 1½ cm große Rauten schneiden und in einer Pfanne in der Brühe kurz erhitzen. Mit Chilisalz und etwas Muskatnuss würzen, Sahne und Meerrettich unterrühren. Zum Servieren jeweils etwas Sauce auf vorgewärmten Tellern verteilen. Die Gänsekeulen darauflegen und Wirsing und Püree daneben anrichten.

Alfons Schuhbeck am 20. Dezember 2020

Zucchini-Blüte, Hähnchen-Brust, Pfeffer-Soße, Gemüse

Für zwei Personen

Für die Hähnchenbrust:

2 Hähnchenbrüste	1 Knoblauchzehe	2 cm Ingwer
1 Zitrone	1 Orange	1 Zweig Rosmarin
Mildes Chilusalz	Olivenöl	

Für die Zucchiniblüte:

80 g Hähnchenbrustfilet	2 große Zucchini Blüten	80 g kalte Sahne
1 Zweig Dill	1 Zweig Kerbel	1 TL scharfer Senf
1 Muskatnuss	2 TL Olivenöl	mildes Chilusalz
Salz	Pfeffer	

Für die weiße Pfeffersauce:

$\frac{1}{2}$ Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 Zitrone
1 EL Pfefferkörner	125 ml Geflügelfond	60 ml Apfelsaft
75 ml Weißwein	50 g Sahne	1 EL Cognac
$\frac{1}{2}$ TL Puderzucker	$\frac{1}{2}$ TL Speisestärke	20 g kalte Butter
mildes Chilipulver	Salz	

Für das Gemüse:

1 Fenchelknolle	2 Tomaten	2 TL neutrales Öl
mildes Chilusalz		

Für die gebratene Hähnchenbrust:

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Auf die untere Schiene ein Abtropfblech und darüber ein Ofengitter schieben. Eine große Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Olivenöl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Hähnchenbrüste auf der Hautseite darin goldbraun anbraten. Wenden, auf der Fleischseite kurz anbraten und auf dem Ofengitter etwa 20 Minuten saftig durchziehen lassen.

Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Ingwer in Scheiben schneiden. Von der Zitrone und Orangenschale einen Streifen der Schale abschälen. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. In einer Pfanne das Olivenöl mit Knoblauch, Ingwer, Zitronen- und Orangenschale und dem Rosmarinweig sanft erwärmen. Mit Chilusalz würzen. Die Hähnchenbrüste hineingeben und darin wenden. Zum Schluss in Scheiben schneiden.

Für die gefüllte Zucchiniblüte:

Hähnchenbrust waschen und abtupfen. In Würfel schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Hähnchenwürfel und auch die Sahne etwa 5 Minuten in das Gefrierfach stellen, damit alle Zutaten eiskalt sind. Danach die Hähnchenwürfel in einen kleinen Blitzhacker geben, 3 EL der eiskalten Sahne, Senf, Chilusalz und Muskatnuss hinzufügen und mixen. Die restliche Sahne in 2 Portionen untermixen. Die Farce sollte glatt und glänzend sein.

Dill und Kerbel abbrausen, trockenwedeln und jeweils etwa einen Teelöffel hacken. Die Hähnchenfarce in eine Schüssel geben und die Kräuter untermixen. Zwischendurch kaltstellen.

Den Dampfgarer auf 80 Grad vorheizen. Von den Zucchini Blüten jeweils den Blütenstempel entfernen. Die Füllung mit einem Teelöffel in die Zucchini Blüten geben und diese vorsichtig verschließen, dazu die Blütenblätter am oberen Ende leicht verdrehen. Die Zucchini Blüten im Dampfgarer etwa 8 Minuten dämpfen. Herausnehmen, mit dem Olivenöl bestreichen und mit Chilusalz würzen.

Für die weiße Pfeffersauce:

Schalotte schälen und klein würfeln, den Pfeffer grob zerstoßen. Apfelsaft mit Weißwein, Schalottenwürfel und Pfefferkörner in einen kleinen Topf geben und bei milder Hitze auf 1/3 einköcheln lassen. Durch ein Sieb gießen, den Pfefferfond aufbewahren.

In einem kleinen Topf den Puderzucker bei mittlerer Hitze hell karamellisieren. Mit Cognac ablöschen, mit Geflügelfond auffüllen und die Sahne angießen. Das Ganze 15 Minuten einköcheln lassen. Mit dem hergestellten Pfefferfond nach und nach abschmecken, gegebenenfalls nicht alles verwenden. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glattrühren, in die Sauce einrühren und 2 Minuten köcheln lassen.

Alles durch ein Sieb gießen und die kalte Butter hinein mixen. Knoblauch abziehen und drei Scheiben schneiden. Von der Zitrone einen Streifen abziehen. Beides in die Sauce hineinlegen und ein paar Minuten darin ziehen lassen. Zum Schluss entfernen und mit Salz und Chili abschmecken.

Für das Fenchel-Tomaten-Gemüse:

Fenchel putzen, waschen und aus der Mitte längs 6 Scheiben von 3 bis 4 mm Dicke schneiden. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen, den Fenchel darin bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten goldbraun braten.

Währenddessen etwas Wasser erhitzen. Die Tomaten entstrunken, an der Oberseite über Kreuz einritzen, 20 Sekunden in kochendes Wasser legen, in kaltem Wasser abschrecken und häuten. Die Tomaten vierteln, Kerne entfernen und die Tomatenfilets nochmals längs halbieren.

Zum Schluss die Tomaten in die Fenchelpfanne geben und darin kurz erhitzen. Alles miteinander vermengen und mit Chilisalzwürzen.

Die Zucchini Blüten längs halbieren und auf warmen Tellern anrichten. Die Sauce außen herum träufeln und das Gemüse daneben verteilen. Die Hähnchenbrustscheiben auflegen und alles zusammen servieren.

Es wurden von Lily und Mattan keine Zusatzzutaten verwendet!

Alfons Schuhbeck am 07. August 2020

Hack

Fleisch-Pflanzerl mit buntem Blattsalat

Für zwei Personen

Für die Fleischpflanzerl:

125 g Kalbshackfleisch	125 g Schweinehackfleisch	1 frische Knoblauchzehe
5 cm Ingwer	40 g Toastbrot	1 Zwiebel
1 Zitrone	1 Orange	1 Ei
50 ml Milch	1 TL scharfer Senf	2 Zweige glatte Petersilie
40 g Weißbrotbrösel	1 Prise getrockn. Majoran	Muskatnuss
Öl	Salz	Pfeffer

Für den Salat:

1 Baby-Romana Salat	1 Handvoll Feldsalat	1 Blatt Endiviensalat
1 Frühlingszwiebel	6 Radieschen	1 Zitrone
1 Zweig Kerbel	1 Zweig Dill	1 Zweig Minze
1 Zweig Petersilie	1 Zweig Basilikum	1 EL mildes Olivenöl
1 Prise Zucker	mildes Chilisalز	Pfeffer

Für die Fleischpflanzerl: Das Toastbrot entrinden, in Würfel schneiden und in einer Schüssel in der Milch einweichen. Zwiebel abziehen, würfeln und in ca. 50 ml Wasser weich dünsten, bis die gesamte Flüssigkeit verkocht ist.

Zitrone und Orange unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken.

Ei mit Senf, etwas Salz und Pfeffer, 1 Prise Muskatnuss und jeweils 1 Messerspitze Zitronen- und Orangenschale verquirlen.

Beide Hackfleischsorten mit dem eingeweichten Weißbrot, dem verquirlten Ei, den Zwiebelwürfeln, Majoran und der 1 Teelöffel gehackter Petersilie vermischen. Ingwer und Knoblauch reiben und unter die Masse mischen und ziehen lassen.

Aus der Hackfleischmasse mit angefeuchteten Händen kleine Fleischpflanzerl formen und in den Weißbrotbröseln wenden.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Pflanzlerl bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten goldbraun braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Ingwer können Sie mitsamt der Schale reiben, denn unmittelbar unter der Schale sitzen 50% aller Inhaltsstoffe.

Noch ein Tipp: Sollte Ihre Pfanne schon ihre besten Jahre hinter sich haben, können Sie Backpapier hineinlegen, dieses mit etwas Öl beträufeln und darauf die Fleischpflanzerl braten. So kleben Sie garantiert nicht fest.

Für den Salat: Salatsorten waschen und trockenwedeln. Romana etwas zerkleinern, den Endiviensalat in feine Streifen schneiden. Radieschen waschen und in Scheiben hobeln. Frühlingszwiebel putzen und in feine Ringe schneiden.

Zitrone unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen. Kerbel, Dill, Minze, Petersilie und Basilikum abbrausen, trockenwedeln und hacken.

Alle Salatsorten mit Frühlingszwiebeln und gehackten Kräutern in eine Schüssel geben. Mit ca. 1 Esslöffel Zitronensaft und abrieb, Olivenöl und Zucker marinieren und mit Chilisalز und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss die Radieschenscheiben unterheben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 30. September 2020

Fleisch-Pflanzerl mit mariniertem Blattsalat und Dukkah

Für zwei Personen

Für die Fleischpflanzerl:

125 g Kalbshackfleisch	125 g Schweinehackfleisch	40 g Toastbrot
50 ml Milch	1 Zwiebel	1 Zitrone
1 Orange	1 Ei	1 Zweig glatte Petersilie
40 g Weißbrotbrösel	getrockneter Majoran	1 TL scharfer Senf
1 Muskatnuss	Öl	Salz, Pfeffer

Für den Salat:

1 Baby-Romana Salat	1 Handvoll Castell franco	1 Handvoll Pflücksalat
1 EL frisch Kräuter	1 Zitrone	2 EL Dukkah
mildes Chilisalz	1 Prise Zucker	1 EL Olivenöl
Pfeffer		

Für die Fleischpflanzerl:

Das Toastbrot entrinden, in Würfel schneiden und in einer Schüssel in der Milch einweichen. Zwiebel abziehen und würfeln. 2 EL Zwiebelwürfel in ca. 50 ml Wasser weich dünsten, bis die gesamte Flüssigkeit verkocht ist. Das Ei mit dem Senf, etwas Salz und Pfeffer, einer Prise Muskatnuss und einer Messerspitze Zitronen- und Orangenabrieb verquirlen. Petersilie abbrausen und hacken.

Beide Hackfleischsorten mit dem eingeweichten Weißbrot, dem verquirlten Ei, den Zwiebelwürfeln, 1 Prise Majoran und 2 EL Petersilie vermischen. Aus der Hackfleischmasse mit angefeuchteten Händen kleine Fleischpflanzerl formen und in den Weißbrotbröseln wenden.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Pflanzlerl bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten goldbraun braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Salat:

Die Salatblätter waschen, trockenschleudern und etwas zerkleinern.

Petersilie, Minze und Basilikum abbrausen und klein hacken. Mit den Salatblättern vermengen. Zitrone auspressen. Den Salat mit 1 EL Zitronensaft, Olivenöl, Chilisalz, Pfeffer und einer Prise Zucker marinieren.

Den marinierten Salat mittig auf Teller setzen, die Fleischpflanzerl anlegen und mit Dukkah bestreuen.

Alfons Schuhbeck am 06. März 2020

Fleisch-Pflanzerl mit warmem Kartoffel-Salat

Für 4 Personen

Frikadellen:

80 g Toastbrot	100 ml Milch	$\frac{1}{2}$ Zwiebel
1 Msp. frisch geriebener Ingwer	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	2 Eier
2 TL scharfer Senf	1 TL Salz	Pfeffer
1 Prise mildes Chilisalz	1 Prise Muskatnuss	$\frac{1}{2}$ Bio Zitrone
50 g Rinderhackfleisch	200 g Kalbshackfleisch	250 g Schweinehackfleisch
1 TL getrockneter Majoran	1 EL Petersilienblätter	100 g Paniermehl
2 EL Öl		

Kartoffelsalat:

1 kg Kartoffeln, festk.	1-2 TL Salz	1 rote Zwiebel
1 Gurke	6 Radieschen	350 ml Geflügelbrühe
3 EL Weißweinessig	1-2 TL Dijonsenf	1 Prise mildes Chilisalz
1 Prise Zucker	3 EL gebräunte Butter	2 EL Schnittlauchröllchen

Fleischpflanzerl:

Toast in Würfel schneiden und in der Milch einweichen.

Zwiebel schälen, fein würfeln und mit 100 ml Wasser in einer Pfanne so lange dünsten, bis die Flüssigkeit verkocht ist. Ingwer und Knoblauch reiben und hinzufügen.

Eier mit Senf und Salz, Pfeffer, Chilisalz, Muskatnuss und Zitronenschalen verquirlen.

Hackfleisch mit eingeweichtem Toast, geschmorten Zwiebeln und der Eimasse vermischen. Majoran und Petersilie hinzufügen.

Mit angefeuchteten Händen kleine Fleischpflanzerl formen, diese in Paniermehl wenden und in einer Pfanne bei mittlerer Hitze im Öl von beiden Seiten goldbraun braten. Nach dem Herausnehmen auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Kartoffelsalat:

Um Butter zu bräunen, diese bei mittlerer Hitze zerlassen und so lange weiter erhitzen, bis sie goldbraun ist und ein nussiges Aroma hat. Anschließend durch ein mit Küchen-Papier ausgelegtes Sieb filtern und beiseite stellen.

Kartoffeln waschen und in Salzwasser weichkochen. Im Anschluss Kartoffeln heiß schälen, in dünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben.

Zwiebel schälen und fein würfeln. Gurke schälen. Gurke und Radieschen in Scheiben hobeln.

Für das Dressing Brühe erhitzen, mit Essig und Senf verrühren und mit Chilisalz und Zucker würzen. Eine Handvoll Kartoffel-Scheiben in das Dressing geben und diese pürieren. Dann so lange weitere Kartoffel-Scheiben hinzufügen, bis die Flüssigkeit vollständig gebunden ist.

Gebräunte Butter zusammen mit Zwiebel-Würfeln, Gurken- und Radieschen-Scheiben sowie Schnittlauch mit den Kartoffeln vermengen.

Kartoffelsalat warm servieren.

Alfons Schuhbeck am 06. Juni 2020

Gefüllte Paprikaschote mit Hackfleisch

Für 4 Personen

Für die Paprika:

4 große rote Paprikaschoten	Salz	70 g Toastbrot
70 ml Milch	1 kleine Zwiebel	200 g Schweinehackfleisch
200 g Kalbshackfleisch	2 Eier	2 TL scharfer Senf
1-2 TL getr. Majoran	$\frac{1}{4}$ Zitronen-Abrieb	1 geriebene Knoblauchzehe
$\frac{1}{2}$ TL geriebener Ingwer	3 EL Petersilienblätter	geriebene Muskatnuss
mildes Chilisalز	100 ml Hühnerbrühe	

Für die Sauce:

400 g passierte Tomaten	150 ml Gemüsebrühe	1-2 geriebene Knoblauchzehen
1 TL geriebener Ingwer	1 Rosmarinzweig	mildes Chilisalز, Zucker

Für den Kräuterdip:

100 g griech. Joghurt (10%)	1 EL Kräuterblätter	$\frac{1}{2}$ TL Limetten-Abrieb
1 Spritzer Limettensaft	mildes Chilisalز	

Für die Paprika:

Den Backofen auf 180°C vorheizen. Von den Paprikaschoten jeweils einen Deckel abschneiden, die Schoten entkernen, waschen und in kochendem Salzwasser 3 bis 4 Minuten blanchieren. Herausnehmen und abtropfen lassen.

Das Brot in Würfel schneiden und in einer Schüssel mit der Milch übergießen. Die Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit 100 ml Wasser weich garen, bis die ganze Flüssigkeit eingekocht ist.

Beide Hackfleischsorten mit dem eingeweichten Brot, Zwiebelwürfeln, den verquirlten Eiern, Senf, Majoran, Zitronenschale, Knoblauch, Ingwer und Petersilie mischen und die Masse mit etwas Muskatnuss und Chilisalز würzen.

Die Paprikaschoten mit der Hackfleischmischung füllen, in eine Auflaufform setzen und die Deckel darauflegen. Die Brühe in die Auflaufform gießen und die gefüllten Paprikaschoten im Ofen auf der mittleren Schiene 30 bis 35 Minuten garen. Dabei, falls nötig, zwischendurch etwas Brühe nachgießen. Die Paprikaschoten aus dem Ofen nehmen, aus der Form heben und warm halten, die Brühe für die Sauce verwenden.

Für die Sauce:

Die Tomaten mit der Brühe in einem Topf erhitzen, Knoblauch, Ingwer und Rosmarinzweig hinzufügen, mit Chilisalز und 1 Prise Zucker würzen. Die Sauce erhitzen und einige Minuten knapp unter dem Siedepunkt ziehen lassen, den Rosmarinzweig wieder entfernen. Die Brühe aus der Auflaufform (etwa 50 ml) dazugießen und bei Bedarf etwas nachwürzen.

Für den Kräuterdip:

Den Joghurt mit Kräutern und Limettenschale verrühren und mit 1 Spritzer Limettensaft und Chilisalز würzen. Zum Servieren die Tomatensauce auf vorgewärmte Teller verteilen und die gefüllten Paprika daraufsetzen. Den Kräuterdip darum herumträufeln.

Dazu passt ein Salat oder Reis oder Kartoffelpüree.

Alfons Schuhbeck am 24. Juni 2020

Königsberger Klopse mit Grünkohl-Meerrettich-Wirsing

Für zwei Personen

Für die Klopse:

250 g Kalbshackfleisch	50 g entrindetes Toastbrot	1 Knoblauchzehe
$\frac{1}{2}$ Zwiebel	1 Zitrone	2 cm Ingwer
1 Ei	1 L Geflügelfond	3 EL Milch
3 eingelegte Sardellen	1 EL getrock. Champignons	1 TL scharfer Senf
1 Lorbeerblatt	1 Gewürznelke	1 Zweig glatte Petersilie
1 Muskatnuss	Chilisalz	

Für die Sauce:

150 ml Sahne	1 Zitrone	1 Zweig Dill
1 EL kleine Kapern	1 EL kalte Butter	1 Muskatnuss
1 EL Speisestärke	mildes Chilisalz	

Für das Kartoffelpüree:

400 g mehligk. Kartoffeln	80 ml Milch	1 Zitrone
2 EL Butter	1 Muskatnuss	Salz

Für das Gemüse:

250 g Grünkohl	250 g Wirsing	80 ml Geflügelfond
3 cm Meerrettich	1 Muskatnuss	1 EL kalte Butter
mildes Chilisalz	Kapernäpfel	Salz

Für die Klopse:

Für den Kochsud die Zwiebel schälen und das Lorbeerblatt mit der Gewürznelke darauf feststecken. Knoblauch abziehen und klein schneiden. Fond aufkochen, die gespickte Zwiebel mit 2 Scheiben Ingwer, Knoblauch und den getrockneten Champignons hinzufügen und bis an den Siedepunkt erhitzen.

Für die Klopse das Toastbrot in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Die Sardellen klein schneiden und mit der Milch, dem Ei und dem Senf in einen hohen Rührbecher geben. Mit einem Stabmixer glattrühren und mit den Toastbrotwürfeln vermischen. 1 TL Petersilie hacken und mit Hackfleisch vermengen. Ein wenig Zitronenschale abreiben. Hackfleischmasse mit Chilisalz, Muskatnuss und einer Messerspitze Zitronenabrieb kräftig würzen. Zu einem gleichmäßigen Teig vermischen, 5 Minuten ziehen lassen, nochmals vermischen und mit nassen Händen etwa 6 gleichgroße Klopse bzw. Kugeln in Golfballgröße daraus formen. In dem heißen Fond knapp unter dem Siedepunkt etwa 15-20 Minuten durchziehen lassen.

Für die Sauce:

Für die Sauce 150 ml vom angesetzten Kochsud abnehmen und durch ein Sieb gießen. Die Klopse im restlichen Fond bei geschlossenem Deckel warmhalten.

Die Speisestärke in ein wenig kaltem Wasser glattrühren. Den abgenommenen Kochsud (150 ml) mit der Sahne in einem Topf aufkochen lassen, die angerührte Speisestärke nach und nach hineinrühren, bis die Sauce sämig bindet. Ein paar Minuten kaum merklich köcheln lassen. Die Butter untermixen.

Den Topf vom Herd nehmen und die Kapern hineinrühren. Ein wenig Zitronensaft auspressen und einen Streifen der Zitronenschale 2 Minuten darin ziehen lassen, wieder entfernen. Die Sauce mit einem Spritzer Zitronensaft, Chilisalz und Muskatnuss abschmecken. Ein wenig Dill hacken und einen Esslöffel Dill unter die Sauce rühren.

Für das Zitronen-Kartoffelpüree:

Die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in Salzwasser weichkochen. Kartoffeln abgießen und durch die Kartoffelpresse drücken.

Die Milch erhitzen und mit einem Kochlöffel unter die durchgepressten Kartoffeln rühren. 1

EL Butter in der Pfanne erhitzen, bräunen und zusammen mit der restlichen Butter unter die Kartoffelmasse mischen.

Zitronenschale abreiben und das Püree mit einem Teelöffel Zitronenabrieb, Salz und Muskatnuss würzen.

Für den Grünkohl-Meerrettich-Wirsing:

Den Grünkohl von den harten Stielen zupfen und in kleine Blättchen zupfen. Etwa 4 Minuten in Salzwasser bissfest kochen, kalt abschrecken und überschüssiges Wasser ausdrücken.

Die Wirsingblätter von den Blattrippen schneiden und in 1,5 cm große Blätter schneiden. In Salzwasser etwa 5 Minuten noch leicht bissfest kochen, abgießen, kalt abschrecken, abtropfen lassen und überschüssiges Wasser ausdrücken.

Vor dem Anrichten Grünkohl und Wirsing in Geflügelfond kurz erhitzen.

Zum Schluss mit Chilisalz und etwas Muskatnuss würzen und die Butter unterrühren. Zum Anrichten frischen Meerrettich schälen und über das Gemüse reiben.

Die Klopse aus dem Sud heben, auf heiße Teller setzen, mit Sauce überziehen und mit Kaperinäpfel garnieren. Zitronen-Kartoffelpüree und Grünkohl-Meerrettich-Wirsing daneben geben und servieren.

Alfons Schuhbeck am 06. März 2020

Kalb

Kalb-Vögerl in Mostrahm mit grünen Dill-Nudeln

Für 4 Personen:

Für die Füllung:

50 g Lauch (hellgrün)	$\frac{1}{2}$ Karotte	50 g Knollensellerie
Salz	1-2 TL Dijon-Senf	2 EL Sahne
150 g Kalbsbrät	1 Msp. Zitronen-Abrieb	1-2 TL Petersilienblätter
mildes Chilisalz	Muskatnuss	

Für die Kalbsvögerl:

8 Scheiben Kalbfleisch (a 80 g)	Öl	2 Zwiebeln
1 Stange Staudensellerie	$\frac{1}{2}$ Karotte	1 TL Puderzucker
1 EL Tomatenmark	$\frac{1}{4}$ l Most	100 g passierte Tomaten
1 Msp. Räucherpaprika	$\frac{1}{2}$ l Hühnerbrühe	50 g Sahne
1 Msp. geriebenen Knoblauch	1 Msp. geriebenen Ingwer	mildes Chilisalz

Für die Nudeln:

250 g grüne Bandnudeln	Salz	1 Lorbeerblatt
2 Scheiben Ingwer	1 halbierte Knoblauchzehe	1 kl. getr. rote Chilischote
2 Kardamomkapseln	$\frac{1}{2}$ TL Fenchel	80 ml Hühnerbrühe
1 EL Dillspitzen	Muskatnuss	1 EL kalte Butter

Für die Füllung Lauch, Karotte und Sellerie waschen bzw. schälen und fein würfeln. In Salzwasser etwa 2 Minuten blanchieren, in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Senf und Sahne unter das Kalbsbrät mischen, nach Belieben 80 g Kochschinkenwürfel dazugeben, alles mit Zitronenschale, Petersilie sowie je 1 Prise Chilisalz und Muskatnuss würzen. Das Fleisch zwischen zwei Lagen geölter Frischhaltefolie mit dem Plattiereisen dünn klopfen. Jeweils mit der Brätmasse so bestreichen, dass die Ränder frei bleiben. Die Längsseiten nach innen schlagen, dann die Rouladen jeweils von der Schmalseite aufrollen und mit Zahnstochern fixieren.

Für die Sauce Zwiebeln und Karotte schälen, den Sellerie waschen, alles in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Das Gemüse mit dem Puderzucker in einem Topf ohne Fett andünsten. Das Tomatenmark hinzufügen und kurz mitrösten. Den Most dazugießen. Die passierten Tomaten und das Räucherpaprikapulver hinzufügen und die Brühe angießen. Die Kalbsvögerl einlegen, mit einem passenden Blatt Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt etwa 50 Minuten weich dünsten. Dabei zwischendurch wenden.

Währenddessen die Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser mit Lorbeer, Ingwer, Knoblauch, Chilischote, Kardamom und Fenchel etwa 2 Minuten kürzer als auf der Packung angegeben garen, dabei ab und zu umrühren. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, ganze Gewürze wieder entfernen. Zum Servieren die Nudeln in der Brühe kurz erhitzen und Dill, Muskatnuss und kalte Butter hinzufügen.

Die Rouladen aus dem Topf nehmen und beiseitestellen, die Sauce durch ein Sieb passieren, das Gemüse dabei etwas durchdrücken. Die Sahne unterrühren, die Sauce mit Knoblauch, Ingwer und Chilisalz würzen und die Kalbsvögerl darin nochmals erwärmen. Die Kalbsvögerl mit der Sauce auf vorgewärmte Teller setzen und die Nudeln daneben anrichten. Nach Belieben mit Dillspitzen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 27. Dezember 2020

Kalbsbrät-Strudel mit Senf-Orangen-Joghurt

Für 4 Personen

Für die Füllung:

½-1 EL getr. Totentrompeten	70 g Kochhinterschinken	40 g Laugenstange
200 g Kalbsbrät	60 g Sahne	1 ½ EL Pistazienkerne
1 gestr. EL frisch geschnittene Petersilie	½ TL Zitronen-Abrieb	Salz, Pfeffer

Für die Strudel:

12 Strudelteigblätter	2 EL zerlassene Butter	1 Eigelb
1 EL Sahne	1-2 EL Öl	

Für den Salat:

300 g Blattsalat	1 EL Weißweinessig	2 EL mildes Olivenöl
mildes Chilusalz	Zucker	

Für den Joghurt:

150 g griech. Joghurt (10%)	1-2 TL Dijon-Senf	1-2 TL süßer Senf
½ TL Orangen-Abrieb	mildes Chilusalz	

Für die Füllung die Trockenpilze in einem Topf mit Wasser aufkochen, vom Herd nehmen und 10 bis 15 Minuten ziehen lassen. In ein Sieb abgießen, gut abtropfen lassen und abkühlen lassen, dann in ½ cm große Blättchen schneiden.

Den Schinken in ½ cm große Würfel schneiden. Die Laugenstange ebenfalls in ½ cm große Würfel schneiden, in einer Pfanne ohne Fett rundherum rösten, herausnehmen und abkühlen lassen.

Das Kalbsbrät mit der Sahne glatt verrühren, Pistazien, Trockenpilze, Schinken, Laugenwürfel, Petersilie und Zitronenschale unterrühren, bei Bedarf mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Strudel jeweils 1 Strudelblatt auf ein Küchentuch legen und mit zerlassener Butter bestreichen, mit einem zweiten Strudelblatt belegen, ebenfalls mit Butter bestreichen und mit einem dritten Blatt belegen. Ein Viertel der Brätmasse in der Mitte als längliches Rechteck (etwa 6 x 12 cm Größe) auf dem Teig verteilen. Eigelb und Sahne verquirlen und die Strudelteigränder damit bestreichen. Den Strudelteig über der Füllung zusammenklappen, die seitlichen Enden andrücken und bis auf etwa 1 cm abschneiden. Übrige Strudelteigblätter und Füllung auf dieselbe Weise zu 3 weiteren Strudeln verarbeiten.

Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen. Die Strudel darin zuerst auf der Naht bei milder Hitze hellbraun anbraten, dann wenden und auch an den Seiten braten. Die Hitze sollte so mild sein, dass der Strudel in etwa 8 Minuten hell bräunt und dabei durchbäckt.

Den Salat von groben Strünken befreien, gründlich waschen, trocken schleudern und in mundgerechte Stücke pflücken. Den Salat in eine Schüssel geben und mit Essig und Olivenöl marinieren und mit Chilusalz und 1 Prise Zucker würzen.

Den Joghurt mit den beiden Senfsorten und der Orangenschale glatt verrühren und mit etwas Chilusalz würzen. Zum Servieren die Strudel jeweils schräg halbieren, auf vorgewärmten Tellern anrichten und den Joghurt darum herumträufeln. Den Salat daneben anrichten.

Alfons Schuhbeck am 14. Juli 2020

Saltimbocca mit Safran-Risotto

Für 4 Personen

Safranrisotto:

8 bis 10 Safranfäden	300 ml Hühnerbrühe	$\frac{1}{2}$ kleine Zwiebel
80 g Risottoreis	$\frac{1}{2}$ TL Kurkuma	$\frac{1}{2}$ geriebene Knoblauchzehe
1 Msp. geriebener Ingwer	1 Prise milde rote Chiliflocken	3 cm Vanilleschote
2 EL geriebener Parmesan	2 EL kalte Butter	mildes Chilisalz

Spargel:

8 Stangen grüner Spargel	80 ml Geflügelbrühe	1 Prise milde Chiliflocken
1 Knoblauchzehe in Scheiben	3 cm Vanilleschote	1 EL kalte Butter

Saltimbocca:

450 g Kalbsfilet	Öl	Pfeffer
6 dünne Scheiben Rohschinken	$\frac{1}{2}$ bis 1 TL Öl	2 EL Vinsanto
5 EL Weißwein	1 Lorbeerblatt	1 halbierte Knoblauchzehe
4 EL Geflügelbrühe	2 EL kalte Butter	

Außerdem:

Minzeblätter	Basilikumblätter
--------------	------------------

Für das Safranrisotto die Safranfäden in 3 EL warmer Brühe einweichen.

Die Zwiebel schälen und fein würfeln. In einem Topf bei mittlerer Temperatur im Öl einige Minuten andünsten. Den Risottoreis hineinrühren, mit der Brühe aufgießen und einmal aufkochen lassen. Eingeweichten Safran, Kurkuma, Knoblauch, Ingwer, Chili und Vanille hineinrühren. Mit einem Blatt Backpapier direkt bedecken und 18 bis 20 Minuten simmern lassen. Den Topf vom Herd nehmen, Parmesan und Butter darunter rühren. Mit Chilisalz abschmecken und das Vanillestück entnehmen.

Den Spargel im unteren Drittel schälen und die holzigen Enden entfernen. Die Spargelstangen schräg halbieren und mit der Brühe mit Chili, Knoblauch und Vanille einige Minuten in einer Pfanne noch leicht bissfest dünsten. Die Vanille und Knoblauch entnehmen und die Butter unterrühren.

Für das Saltimbocca das Kalbsfilet von Sehnen befreien, in 12 Scheiben schneiden und zwischen zwei Lagen geölter Frischhaltefolie mit der flachen Seite des Schnitzelklopfers dünn klopfen.

Die Fleischscheiben mit Pfeffer würzen. Je $\frac{1}{2}$ Scheibe Schinken auf eine Fleischscheibe legen und mithilfe von kleinen Holzspießen auf dem Fleisch feststecken.

Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und die Schnitzel darin zuerst auf der Schinken-seite, dann auf der anderen Seite jeweils 1 bis 2 Minuten braten. Aus der Pfanne nehmen und kurz beiseite stellen.

Den Bratensatz mit Vinsanto und Wein ablöschen, Lorbeer und Knoblauch hinzufügen und etwas einkochen lassen. Die Brühe dazu gießen und die Butter unterrühren.

Die Schnitzel wieder in die Pfanne geben und in der Sauce wenden.

Anrichten: Das Risotto auf warmen Tellern verteilen, Spargelstücke anlegen, Saltimbocca anlegen und mit der Sauce beträufeln. Mit Minze- und Basilikumblättern dekorieren.

Alfons Schuhbeck am 09. November 2020

Schnitzel 'Steirer Hans'

Für 4 Personen

Für die Schnitzel:

2 Hand Blattspinat	1 Bund Petersilie	Salz
40 g Bergkäse	$\frac{1}{4}$ Zwiebel	3 Sch. Frühstücksspeck
1 EL Walnusskerne	Birne	$\frac{1}{2}$ TL Fenchelkörner
$\frac{1}{2}$ TL Korianderkörner	$\frac{1}{2}$ TL schwarze Pfefferkörner	2 Eier
2 EL Sahne	$\frac{1}{2}$ TL Dijon-Senf	80 g doppelgr. Mehl
200 g Weißbrotbrösel	8 kleine dünne Kalbsschnitzel	mildes Chilusalz
ca. 150 ml Öl	80 g braune Butter	1 Rosmarinzwig
1 kleine getr. rote Chilischote	1 Knoblauchzehe	1 Splitter Zimtrinde

Für den Salat:

65 ml Gemüsebrühe	1 EL Zitronensaft	1 EL Öl
1 EL Kürbiskernöl	mildes Chilusalz	Zucker
Muskatnuss	150-200 g gemischte Blattsalate	

Außerdem:

1 kl. Stange Lauch	Salz	200 g Blumenkohl
1 rote Paprikaschote	1 TL Öl · mildes Chilusalz	

Für die Schnitzelfüllung den Spinat verlesen, die Petersilie von den groben Stielen zupfen. Beides waschen und in kochendem Salzwasser 1 Minute blanchieren, in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Das Wasser ausdrücken und alles klein hacken. Den Käse in $\frac{1}{2}$ cm große Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit 100 ml Wasser weich garen, bis die Flüssigkeit eingekocht ist. Den Speck in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne ohne Fett bei milder Hitze auslassen, in ein Sieb geben und abtropfen lassen. Die Walnüsse grob hacken. Das Birnenstück waschen, entkernen und in $\frac{1}{2}$ cm große Würfel schneiden.

Fenchel, Koriander und Pfeffer in eine Gewürzmühle füllen. Die Eier in einem hohen Rührbecher mit Sahne und Senf mischen, mit den Gewürzen aus der Mühle würzen und mit dem Stabmixer verrühren. In einen tiefen Teller geben. Mehl und Weißbrotbrösel ebenfalls jeweils in einen tiefen Teller geben. Die Schnitzel nebeneinander auf die Arbeitsfläche legen, mit Chilusalz würzen und den Petersilienspinat mittig darauf verteilen. Käse, Zwiebel, Speck, Walnüsse und Birne daraufstreuen und die Schnitzel darüber jeweils zusammenklappen. Die Schnitzel nacheinander erst im Mehl wenden, dabei überschüssiges Mehl abklopfen.

Dann durch die Eiernischung ziehen und zuletzt in den Weißbrotbröseln wenden, ohne diese zu fest anzudrücken. Das Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin bei mittlerer Hitze erst auf einer Seite goldbraun backen. Dann wenden, falls nötig, etwas Öl dazugeben, und die andere Seite braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen, warm halten.

Für den Salat die Brühe mit Zitronensaft, Öl und Kürbiskernöl verrühren, mit Chilusalz, 1 Prise Zucker und Muskatnuss würzen.

Salatblätter waschen, trocken schleudern, in mundgerechte Stücke zupfen und mit dem Dressing mischen.

Lauch putzen, waschen und schräg in $\frac{1}{2}$ bis 1 cm breite Ringe schneiden. In Salzwasser bissfest garen, in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Blumenkohl in Röschen zerteilen und in Salzwasser bissfest garen. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Paprika halbieren, entkernen, waschen und in $1\frac{1}{2}$ bis 2 cm große Rauten schneiden. Eine Grillplatte bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Öl mit einem Pinsel darauf verstreichen. Blumenkohl, Lauch und Paprika auf der Grillplatte auf jeder Seite grillen (alternativ in einer Grillpfanne braten). Herausnehmen und mit Chilusalz würzen.

Zum Servieren die Pfanne von den Schnitzeln säubern, die braune Butter mit Rosmarin, Chili, Knoblauch und Zimtsplitter darin leicht erhitzen und die Schnitzel auf jeder Seite nochmals kurz für das Aroma nachgaren. Dann auf vorgewärmten Tellern anrichten, nach Belieben mit Zitronenspalten garnieren oder mit Zitronensaft beträufeln. Den Salat und das Gemüse daneben anrichten.

Alfons Schuhbeck am 23. Januar 2020

Wiener Schnitzel mit Kartoffel-Salat und Pfifferlingen

Für 4 Personen

Für den Kartoffelsalat:

1 kg festk. Kartoffeln	Salz	1 rote Zwiebel
150 g Pfifferlinge	250 g grüner Spargel	350 ml Hühnerbrühe
Pfeffer	3 EL Weißweinessig	1-2 TL Dijon-Senf
Zucker	1 EL Petersilienblätter	3 Estragonblätter
1 EL Schnittlauchröllchen	3 EL braune Butter	

Für die Schnitzel:

2 Eier	1 EL Sahne	80 g doppelgriffiges Mehl
80 g Weißbrotbrösel	8 kleine Kalbsschnitzel	Öl
1 Spritzer Zitronensaft	Salz	Pfeffer
150 200 g Butterschmalz	4 Zitronenspalten	

Für den Kartoffelsalat die Kartoffeln waschen und in einem Topf in Salzwasser weich garen. Abgießen und kurz ausdampfen lassen, noch heiß pellen und in dünne Scheiben schneiden. Kartoffelscheiben in eine Schüssel geben und noch heiß weiter verarbeiten. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Pfifferlinge gründlich putzen, falls nötig, waschen und trocken tupfen. Den Spargel waschen, im unteren Drittel schälen und die holzigen Enden abschneiden. Die Stangen schräg in etwa 2 cm breite Stücke schneiden.

Die Brühe erhitzen und in einem hohen Rührbecher mit Pfeffer, Essig und Senf verrühren, mit Salz und 1 Prise Zucker würzen und 1 Handvoll Kartoffelscheiben mit dem Stabmixer untermischen. Das Dressing nach und nach unter die übrigen Kartoffelscheiben mischen, bis die Flüssigkeit vollständig gebunden ist. Anschließend Zwiebel, Petersilie, Estragon und Schnittlauchröllchen unterrühren.

Den Spargel in einer Pfanne in der braunen Butter etwa 5 Minuten anbraten. Die Pilze dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Vom Herd nehmen, kurz abkühlen lassen und zum Kartoffelsalat geben.

Für die Schnitzel Eier und Sahne in einem tiefen Teller verquirlen.

Das Mehl ebenso wie die Weißbrotbrösel in tiefe Teller geben. Die Schnitzel zwischen zwei Lagen geölter Frischhaltefolie mit dem Plattireisen dünn klopfen, mit Zitronensaft besprenkeln und leicht salzen und pfeffern. Schnitzel zunächst im Mehl wenden, dabei überschüssiges Mehl abklopfen. Dann durch die Eiersahne ziehen und zuletzt in den Weißbrotbröseln wenden, ohne diese zu fest anzudrücken.

Das Butterschmalz in einer tiefen Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin bei mittlerer Hitze erst auf einer Seite goldbraun backen. Wenden, falls nötig, noch etwas Butterschmalz dazugeben und das Fett durch eine leichte Vor- und Rückbewegung der Pfanne über die Schnitzel schwappen lassen, sodass die Panade der Schnitzel sich wellenartig wölbt.

Zusätzlich kann man das heiße Fett noch mit einem Löffel über die Schnitzel gießen, bis sie schön goldbraun sind. Die Schnitzel herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Zum Servieren die Schnitzel auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit den Zitronenspalten garnieren. Den Kartoffelsalat daneben anrichten und nach Belieben Preiselbeeren dazu reichen.

Alfons Schuhbeck am 28. September 2020

Lamm

Gebackene Lamm-Koteletts mit Bohnen-Gemüse und Minze

Für 4 Personen

Lammkoteletts:

2 Lammkarrees à ca. 350 g	2 Eier	60 g doppelgr. Mehl
60 g Weißbrotbrösel	Salz, Pfeffer	Öl

Bohngemüse:

200 g weiße Riesenbohnen	200 g rote Bohnen	200 g breite Bohnen
200 g Kenia-Bohnen	Salz	60 ml Gemüsebrühe
½ TL Bohnenkraut	½ fein gerieb. Knoblauchzehe	½ TL Zitronen-Abrieb
20 g Butter	mildes Chilisalز	Zucker

Dip:

150 g griech. Joghurt	1-2 EL Milch	1 TL Dill
2 TL Schnittlauchröllchen	1 TL Minze	1 Msp. Zitronen-Abrieb
1 Ms.- Limetten-Abrieb	mildes Chilipulver	Zucker

Für die Lammkoteletts die Lammkarrees zwischen den Knochen durchschneiden, so dass Lammkoteletts entstehen. Die Lammkoteletts auf die Schnittseite legen und mit den Handballen etwas flach drücken.

Die Eier in einen tiefen Teller schlagen und mit einer Gabel verquirlen. Mehl und Weißbrotbrösel ebenfalls jeweils in einen tiefen Teller geben.

Den Fleischanteil der Koteletts mit Salz und Pfeffer würzen und nacheinander in Mehl, Ei und Weißbrotbröseln panieren.

In einer tiefen Pfanne bei mittlerer Temperatur fingerdick Öl erhitzen. Die panierten Koteletts auf beiden Seiten goldbraun braten, auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Für das Bohngemüse die Bohnen auf einem Sieb unter fließend kaltem Wasser abbrausen und abtropfen lassen.

Die breiten Bohnen schräg in 1 bis 2 cm lange Stücke schneiden, die feinen Bohnen schräg in 3 bis 4 cm lange Stücke schneiden. Beide Bohnensorten nacheinander in Salzwasser fast weich blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen.

In einem kleinen Topf die Brühe mit allen Bohnensorten, Bohnenkraut, Knoblauch und Zitronenabrieb erhitzen. Die Butter hinein schmelzen lassen, mit Chilisalز und einer Prise Zucker würzen.

Für den Dip den Joghurt mit der Milch, Dill, Schnittlauch und Minze verrühren. Mit Zitronen- und Limettenschale, Salz sowie je 1 Prise Chilipulver und Zucker würzen.

Anrichten: Das Bohngemüse auf warmen Tellern anrichten, die Koteletts anlegen und den Joghurt-Dip außen herum verteilen. Mit Kresse garnieren. Den Dip nach Belieben separat dazu reichen.

Alfons Schuhbeck am 16. November 2020

Lamm-Lachs, Paprika-Gemüse, grüne Bohnen, Fregola sarda

Für zwei Personen

Für das Lamm:

300 g Lammlachs	3 cm Ingwer	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	1 Orange	1 Vanilleschote
3 Zimtrindensplitter	5 Kardamomkapseln	mildes Chilisalz
1 TL neutrales Öl	2 EL mildes Olivenöl	

Für das Paprikagemüse:

$\frac{1}{2}$ rote Paprikaschote	$\frac{1}{2}$ gelbe Paprikaschote	75 g Zucchini
50 g Aubergine	100 g passierte Tomaten	75 g stückige Tomaten
2 cm Ingwer	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 Orange	175 ml Gemüsefond	1 Zweig Rosmarin
1 Prise Zucker	1 EL mildes Olivenöl	Salz

Für die Bohnen:

100 g grüne Bohnen	2 cm Ingwer	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	1 EL kalte Butter	50 ml Gemüsefond
5 Zweige Dillspitzen	mildes Chilisalz	Salz

Für das Fregola sarda:

70 g Fregola sarda	3 cm Ingwer	1 Knoblauchzehe
4 EL Gemüsefond	mildes Chilisalz	Salz

Für das Lamm:

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen. Auf die unterste Einschubleiste ein tiefes Blech und darüber ein Ofengitter schieben.

Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel darin verteilen. Lammfleisch waschen, trockentupfen und in der heißen Pfanne rundherum kurz anbraten. Anschließend auf das Ofengitter legen und im vorgeheizten Backofen ca. 25 Minuten bis zu einer Kerntemperatur von ca. 58 Grad rosa durchziehen lassen.

Zitrone und Orange unter heißem Wasser abspülen und jeweils einen Streifen Schale abschneiden. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Ingwer ebenfalls in Scheiben schneiden. Kardamomkapseln andrücken.

Olivenöl mit Knoblauch, Ingwer, Zitronenschale, Orangenschale, etwa 3 cm von der Vanilleschote, Zimtrindensplitter und Kardamomkapseln in einer Pfanne erwärmen und einige Minuten ziehen lassen. Lammlachs darin wenden und mit Chilisalz würzen.

Braten Sie den Lammlachs zunächst von beiden Seiten gleichmäßig an.

Damit das Fleisch eine schöne, runde Form bekommt, legen Sie es auf die Naht und braten Sie es auf dieser Seite kurz weiter.

Für das Paprikagemüse:

Ingwer fein reiben. Knoblauch abziehen und ebenfalls reiben. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Orange unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Zwiebel abziehen, $\frac{1}{4}$ davon in feine Würfel schneiden. In einem Topf in 50 ml Wasser weich garen, bis die gesamte Flüssigkeit verkocht ist. 75 ml Fond und die passierten Tomaten aus der Dose dazugeben und knapp unter dem Siedepunkt 5 Minuten ziehen lassen, dann mit dem Stabmixer pürieren. Anschließend die stückigen Tomaten sowie $\frac{1}{2}$ Teelöffel geriebenen Knoblauch, $\frac{1}{2}$ Teelöffel geriebenen Ingwer, 1 Messerspitze Orangenabrieb und den Rosmarinzweig hinzufügen. Mit Salz und Zucker würzen und die Sauce warmhalten.

Zucchini putzen, waschen, trockentupfen, längs vierteln und in $\frac{1}{2}$ cm breite Scheiben schneiden. Aubergine waschen, trockentupfen und in $\frac{1}{2}$ cm breite Scheiben und diese in Stücke schneiden. Die übrige Zwiebel in 1 cm große Blätter schneiden. Paprikaschoten waschen, trockentupfen,

halbieren, ggf. schälen, dann von Scheidewänden und Kernen befreien und in etwa 1 ½ cm große Stücke schneiden.

Restlichen Fond in einer großen Pfanne erhitzen. Aubergine, Zwiebel und Paprika darin bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten dünsten. Dann die Zucchinischeiben dazugeben und alles weitere 4 Minuten dünsten.

Gemüse-Mischung in die Tomatensauce rühren, das Gemüse salzen und ggf. noch etwas nachwürzen. Knapp unter dem Siedepunkt noch 5 Minuten ziehen lassen. Kurz vor dem Anrichten das Olivenöl unterrühren.

Für die Bohnen:

Bohnen putzen und schräg in etwa 2 cm lange Stücke schneiden. In kochendem Salzwasser ca. 6 bis 8 Minuten bissfest garen. In ein Sieb abgießen, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen.

Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Ingwer in Scheiben schneiden. Zitrone unter heißem Wasser abspülen und einen Streifen Schale abschneiden. Dill abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden.

Bohnen mit Knoblauch, Ingwer, Zitronenschale und dem Fond in einem Topf erhitzen. Die kalte Butter unterrühren, ca. 1 Teelöffel Dill hinzufügen und die Bohnen mit Chilisalz würzen.

Schrecken Sie Bohnen nach dem Kochen immer in Eiswasser ab, damit sie ihre kräftige grüne Farbe behalten. Sie können auch Soda oder Natron in das Kochwasser der Bohnen geben dann bleibt das Gemüse ebenfalls schön grün.

Für das Fregola sarda:

Fregola in Salzwasser ca. 15 Minuten kochen, dann abgießen und abtropfen lassen. Knoblauch abziehen und eine halbe Zehe in Scheiben schneiden. Ingwer in Scheiben schneiden. Fregola mit der Fond, Knoblauch und drei Scheiben Ingwer in einen Topf geben, erhitzen und mit Chilisalz abschmecken.

Das Paprikagemüse mittig auf warmen Tellern anrichten. Bohnen und Fregola ringsherum verteilen. Den Lammlachs in Scheiben schneiden und dazulegen.

Alfons Schuhbeck am 02. Oktober 2020

Lamm-Rücken mit Steinpilzen, gebratene Linsen-Polenta

Für 4 Personen

Für die Polenta:

150 ml Milch	150 ml Gemüsebrühe	150 g Instant-Polenta
mildes Chilisalز	Muskatnuss	$\frac{1}{2}$ gerieb. Knoblauchzehe
2 TL Rosmarinnadeln	1 Msp. Zitronen-Abrieb	2 EL gerieb. Parmesan
1 großes Ei	60 g gegarte Berglinsen	1-2 TL braune Butter

Für den Lammrücken:

1 TL Öl	600 g Lammlachs	5 EL braune Butter
2 Splitter Zimtrinde	3 cm Vanilleschote	5 Kardamomkapseln
2 kl. getr. rote Chilischoten	2 Knoblauchzehe (Scheiben)	3 Scheiben Ingwer
2 Streifen Zitronenschale	1 Zweig Rosmarin	Chilisalز

Für die Pilze:

200 g kleine Steinpilze	4 Frühlingszwiebeln	$\frac{1}{2}$ TL schwarze Pfefferkörner
$\frac{1}{2}$ TL Korianderkörner	$\frac{1}{2}$ TL ganzer Kümmel	$\frac{1}{2}$ Tl Fenchelsamen
1 TL Öl	5 EL Sahne	1-2 TL Petersilienblätter
Salz	Pfeffer	

Am Vortag für die Polenta die Milch und die Brühe in einem Topf aufkochen. Die Polenta unter Rühren mit einem Schneebesen einrieseln und kurz köcheln lassen, sodass ein dicker Brei entsteht.

Die Polenta vom Herd nehmen und in eine Schüssel füllen, mit Chilisalز, Muskatnuss, Knoblauch, Rosmarin und Zitronenschale würzen und Parmesan, Ei und gegarte Linsen unterrühren. Die Polenta auf einem Blatt Backpapier etwa 1 cm hoch verstreichen und ein zweites Blatt Backpapier darauflegen. Alles leicht flach drücken (oder mit dem Nudelholz vorsichtig rollen) und abkühlen lassen, dann im Kühlschrank durchziehen lassen.

Am nächsten Tag für den Lammrücken den Backofen auf 100°C vorheizen. Auf die mittlere Schiene ein Ofengitter und darunter ein Abtropfblech schieben. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen. Das Lammfleisch rundum kurz anbraten, auf das Ofengitter legen und im Ofen 35 bis 40 Minuten rosa durchziehen lassen. Herausnehmen und zum Servieren in der Würzbutte erwärmen (siehe unten).

Inzwischen die Pilze putzen, trocken abreiben und grob schneiden.

Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Pfeffer, Koriander, Kümmel und Fenchel in eine Gewürzmühle füllen. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Pilze auf jeder Seite anbraten. Mit der Mischung aus der Gewürzmühle würzen und die Sahne dazugießen. Frühlingszwiebeln und Petersilie untermischen und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Servieren die braune Butter mit Zimt, Vanille, Kardamom, Chilischoten, Knoblauch, Ingwer, Zitronenschale und Rosmarin in einer Pfanne erwärmen und einige Minuten ziehen lassen. Die Lammrücken in der Würzbutte wenden und mit Chilisalز abschmecken.

Die Polentaplatte in etwa 2 x 5 cm große Riegel schneiden. Die braune Butter in einer Pfanne zerlassen und die Polentariegel darin bei mittlerer Hitze goldbraun braten.

Zum Servieren die Steinpilze auf vorgewärmte Teller verteilen. Die Lammrücken in breite Stücke schneiden und darauf anrichten, die Polentariegel danebensetzen.

Alfons Schuhbeck am 16. Oktober 2020

Meer

Rote-Bete-Carpaccio, Jakobsmuschel-Tatar, Jakobsmuscheln

Für zwei Personen

Für das Carpaccio:

1 vorgeg. Knolle Rote Bete 1 TL weißer Balsamico 1 TL Holunderblütensirup
1 TL mildes Olivenöl Chilisalز

Für das Tatar:

4 Jakobsmuscheln 1 Zitrone Olivenöl
mildes Chilisalز

Für die Jakobsmuscheln:

4 ausgelöste Jakobsmuscheln $\frac{1}{4}$ rotbackiger Apfel 1 Orange
1 Zitrone 2 Zweige Koriander 1-2 TL Chili-Vanillesalz
Olivenöl Öl

Für die Garnitur:

10 g Pistazien

Für das Carpaccio:

2-3 Esslöffel Wasser, Balsamico, Holunderblütensirup und Olivenöl verrühren. Mit Chilisalز würzen und in eine Auflaufform geben. Rote Bete in dünne Scheiben schneiden und in die Marinade legen. Mindestens 10 Minuten ziehen lassen und nach Bedarf nachwürzen.

Für das Tatar:

Jakobsmuscheln waschen, trockentupfen und in kleine Würfel schneiden.

Zitrone unter heißen Wasser abspülen, Schale abreiben, dann halbieren, auspressen und Saft auffangen. Jakobsmuscheln mit Zitronensaft, Zitronenabrieb, Olivenöl und Chilisalز marinieren.

Für die gebratenen Jakobsmuscheln:

Jakobsmuscheln waschen, trockentupfen und vierteln. Apfel waschen, trockentupfen, vom Kerngehäuse befreien und in 0,5 cm große Würfel schneiden. Orange waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen.

Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur stark erhitzen. Einige Tropfen Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und Jakobsmuscheln darin etwa 1,5 Minuten anbraten. Aus der Pfanne nehmen und die Apfelwürfel in der heißen Pfanne etwa 2 Minuten anbraten. Einige Tropfen Öl hinzufügen. Koriander abbrausen, trockenwedeln, Stiele abschneiden und davon ca.

1 Teelöffel klein schneiden. Jakobsmuscheln und Apfelwürfel mit Koriandergrün in eine Schüssel geben. Mit einem Spritzer Zitronensaft, etwas Olivenöl, Chili-Vanillesalz und Orangenschale abschmecken.

Für die Garnitur:

Pistazien grob hacken und als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 16. Dezember 2020

Spaghetti aglio e olio mit gebratenen Riesen-Garnelen

Für zwei Personen

Für die Spaghetti:

250 g feine Spaghetti	1 getrock. Chilischote	5 cm Ingwer
2 Knoblauchzehen	200 ml Geflügelfond	2 Zweige Basilikum
2 Zweige glatte Petersilie	Milde Chiliflocken	3 EL mildes Olivenöl
Salz		

Für die Garnelen:

4 Riesengarnelen	5 cm Ingwer	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	1 Orange	$\frac{1}{2}$ Vanilleschote
mildes Chilusalz	2 EL mildes Olivenöl	

Für die Spaghetti:

Den Ingwer in Scheiben schneiden. Spaghetti in reichlich Salzwasser mit drei Scheiben Ingwer sehr bissfest kochen, dabei gelegentlich umrühren.

Spaghetti abgießen, kurz abtropfen lassen und auf ein Blech geben, dabei Ingwer entfernen. Anschließend die Nudeln mit Olivenöl beträufeln, damit sie nicht zusammenkleben.

Knoblauch abziehen und fein reiben. Petersilie und Basilikum abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Chilischote fein schneiden. Fond mit dem Knoblauch, Chili, dem restlichen Ingwer und einer Prise Chiliflocken erst aufkochen, dann ziehen lassen. Die vorgegarten Nudeln hinzufügen und einige Minuten kochen lassen, bis sie die Flüssigkeit fast vollständig aufgesogen haben. Vom Herd nehmen und auf einen Teller geben. Erst dann das Olivenöl, die Petersilie und Basilikum untermischen und die Nudeln gegebenenfalls mit Salz würzen. Parmesan reiben und über die Spaghetti geben.

Idealerweise gibt man beim Kochen von Spaghetti auf einen Liter Wasser ca. 17 Gramm Salz. Geben Sie kein Salz in das Wasser, bekommt die Pasta keinen Geschmack.

Noch ein Tipp: Hin und wieder entsteht ein Schaum beim Kochen von Nudeln. Dieser Schaum entsteht dann, wenn das Eiweiß aus der Pasta austritt. Um zu vermeiden, dass das Wasser bzw. der Schaum überlaufen, können Sie den Rand des Kochtopfes mit Öl einpinseln und schon bleibt Ihr Herd sauber.

Für die Garnelen:

Riesengarnelen schälen, am Rücken entlang einschneiden und den schwarzen Darm entfernen. Garnelen waschen, trockentupfen und längs halbieren. In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen und die Garnelen darin auf der Hautseite bei milder Hitze 1 bis 2 Minuten anbraten, bis sie beginnen, sich einzurollen. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Garnelen in der Resthitze weitere 1 bis 2 Minuten ziehen lassen.

Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Ingwer in Scheiben schneiden. Vanilleschote auskratzen. Zitrone und Orange unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Knoblauch, Ingwer, Vanilleschote, Zitronen- und Orangenabrieb zu den Garnelen geben.

Alles mit Chilusalz würzen und das restliche Olivenöl hinzufügen. Die Garnelen im Gewürzöl wenden und nochmals kurz ziehen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 02. Oktober 2020

Tiger Prawns auf weißem Spargel mit Gewürz-Brösel

Für zwei Personen

Für die Tiger Prawns:

6 Tiger Prawns	1 Avocado	3 kleine rote Chilischoten
1 Knoblauchzehe	1 Zitrone	1 Orange
2 Scheiben Ingwer	1 Vanilleschote	3 grüne Kardamomkapseln
1-2 Splitter einer Zimtrinde	mildes Chilisalز	Olivenöl

Für den Spargel:

250 g weißer Spargel	1 Shiitake Pilz	6 Scheiben Ingwer
70 ml Gemüsefond	5 Zweige Koriander	1 Vanilleschote
1 Prise Zucker	½ TL Puderzucker	Olivenöl, mildes Chilisalز

Für die Gewürzbrösel:

25 g Pankomehl	1 TL Butter	mildes Chilisalز
----------------	-------------	------------------

Für die Garnitur:	1 Limette	Olivenöl, Muskatnuss
--------------------------	-----------	----------------------

Für die Tiger Prawns:

Die Tiger Prawns schälen, waschen, trockentupfen, entdarmen und an der dicken Seite etwas einschneiden. Vanilleschote der Länge nach halbieren und aus einer Hälfte das Mark auskratzen. Kardamomkapsel andrücken. Zitrone und Orange unter heißem Wasser abspülen, trockentupfen und die Schale abreiben. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden.

Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen. Garnelen darin mit ganzen Chilischoten, Knoblauch, Ingwer, Kardamom, Zitronen- und Orangenabrieb, Vanillemark, Vanilleschote und Zimtrinde auf jeder Seite 1 bis 2 Minuten anbraten, die Pfanne vom Herd nehmen und in der Nachhitze der Pfanne noch ca. 1 Minute weiterziehen lassen. Avocado schälen, in Spalten schneiden und kurz mitbraten. Mit Chilisalز abschmecken.

Für den Spargel:

Weißer Spargel schälen und die holzigen Enden abschneiden.

Spargelstangen in etwa ½ cm dicke und sehr schräge Scheiben schneiden. Puderzucker in einer Pfanne bei mittlerer Hitze hell karamellisieren, Olivenöl dazugeben und Spargel darin kurz andünsten.

Mit Chilisalز würzen. Fond angießen, Ingwer und Vanilleschote im Ganzen dazugeben und den Spargel bei milder Hitze etwa 6 Minuten bissfest garen. Shiitake putzen, kleinschneiden und dazugeben.

Koriander abrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Ca. 1 Esslöffel Koriander am Schluss untermischen und mit mildem Chilisalز und einer Prise Zucker würzen.

Eine Vanilleschote kann man viele Male nutzen. Erst verwendet man das Mark aus der Schote und anschließend kann man die Schote in unterschiedlichen Gerichten immer wieder mitgaren.

Für die Gewürzbrösel:

Pankomehl in einer Pfanne langsam goldbraun bräunen. Dabei mit einem flachen Holzspatel beständig wenden. Mit Chilisalز verfeinern. Am Ende Butter für den Geschmack dazugeben, schmelzen lassen und die Brösel über dem Gericht verteilen.

Für die Garnitur:

Limette waschen, trockentupfen und Abrieb über dem Gericht verteilen.

Muskatnuss ebenfalls drüber reiben und das Gericht mit Olivenöl garnieren. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 05. Juni 2020

Tomaten-Carpaccio mit gebackenen Garnelen

Für 4 Personen

Garnelen:

60 g Mehl	60 g Speisestärke	1 Päckchen Backpulver (30 g)
140 ml kaltes Wasser	Salz	Pfeffer
Fett	8 Riesengarnelen	Salz ,Pfeffer
2 EL doppelgriffiges Mehl		

Marinade:

5 Sardellenfilets (in Öl)	1 TL Kapern	1 Msp. gerieb. Ingwer
1 Msp. gerieb. Knoblauch	1 TL Limettensaft	Limetten-Abrieb
1 TL Rotweinessig	5 EL mildes Olivenöl	mildes Chilisalz
1 Prise Zucker		

Anrichten:

2 Ochsenherztomaten	400 g bunte Tomaten	Mini-Mozzarellakugeln
Basilikumblätter, geschnitten	Meersalz	12 dünne Sch. Parmaschinken
2 EL schwarze Oliven		

Gebackene Garnelen: Für den Backteig Mehl, Stärke und Backpulver zusammen in eine Schüssel sieben. Unter ständigem Rühren langsam etwas kaltes Wasser zugeben bis ein zähflüssiger Teig entsteht. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Fett auf 160°C aufheizen.

Die Garnelen an der dicken Seite 1 bis 1,5 cm einschneiden.

Mit Salz und Pfeffer würzen, in doppelgriffigem Mehl wenden, in den Teig tauchen, kurz abtropfen lassen und im Fett etwa 4 Minuten backen.

Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Marinade für das Tomatencarpaccio: Für die Marinade die Sardellen in feine Streifen schneiden, die Kapern klein hacken und beides mit Limettensaft, Limettenabrieb, Essig und Olivenöl verrühren. Mit Chilisalz und einer Prise Zucker würzen.

Anrichten: Die Tomaten waschen, entstrunken und in dünne Scheiben schneiden und leicht überlappend auf einer großen Platte oder auf 4 Tellern anrichten.

Mit der Marinade gleichmäßig beträufeln.

Die Mini-Mozzarellakugeln darauf verteilen und mit Basilikum bestreuen.

Das Ganze mit Meersalz und Pfeffer großzügig würzen.

Gebackene Garnelen und Parmaschinken dekorativ auf den Tomaten anrichten und Oliven dazwischen streuen.

Dazu passen Grissini und Weißbrot.

Alfons Schuhbeck am 26. November 2020

Rind

Bistecca alla fiorentina mit Artischocken-Spargel-Gemüse

Für 4 Personen:

Bistecca:

2 Porterhousesteaks (à 800 g) $\frac{1}{2}$ TL Öl	4 EL Butter	
4 EL braune Butter	2 Knoblauchzehen (Scheiben)	2 Scheiben Ingwer
3 cm Vanilleschote	2 Zimtrindensplitter	Meersalz, Pfeffer

Salsa verde:

100 g Minispinat	Salz	35 g Dill
35 g Basilikum	3 Liebstöckelblätter	1 EL geröstete Mandelblättchen
1 EL geriebener Parmesan	1 Knoblauchzehe in Scheiben	50 ml Olivenöl
75 ml Gemüsebrühe	Pfeffer	

Gemüse:

1 Bund grüner Spargel	1 Glas Artischockenherzen	150 g Cocktailtomaten
50 ml Gemüsebrühe	1 fein geriebene Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ TL fein geriebener Ingwer
1 Streifen Zitronenschale	1 Streifen Orangenschale	1 EL Olivenöl
mildes Chilisalز		

Bistecca:

Das Fleisch $\frac{1}{2}$ Stunden vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen.

Die Backofentemperatur auf 80°C einschalten, auf die mittlere Schiene ein Ofengitter und darunter ein Abtropfblech schieben.

Eine große Pfanne erhitzen, mit einem Pinsel das Öl darin verteilen, Steaks nacheinander darin rundherum anbraten.

Auf das Ofengitter legen und die je nach Dicke und Knochenanteil etwa 1 Stunde rosa durchziehen lassen (58°C Kerntemperatur).

In einer großen Pfanne bei milder Hitze Butter und braune Butter erwärmen. Knoblauch, Ingwer, Vanille und Zimt hinein geben und ein paar Minuten ziehen lassen. Mit Meersalz und Pfeffer würzen und die Steaks darin wenden.

Für die Salsa verde den Spinat verlesen, $\frac{1}{2}$ Minute in Salzwasser kochen, in kaltem Wasser abschrecken, auf einem Sieb abtropfen lassen und ausdrücken.

pinat mit Basilikum, Dill und Liebstöckel klein schneiden und mit Mandelblättchen, Parmesan, Knoblauch und Olivenöl in einem Blitzhacker pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Gemüse den Spargel im unteren Drittel schälen und die holzigen Enden entfernen.

Die Spargelstangen schräg in 5 bis 6 cm lange Stücke schneiden. Die Artischockenherzen abtropfen und vierteln. Die Cocktailtomaten waschen und je nach Größe halbieren oder ganz lassen.

Die Brühe in eine weite tiefe Pfanne gießen, Spargel hinzufügen, mit einem Blatt Backpapier bedecken und ca. 8 Minuten noch leicht bissfest garen. Die Artischocken mit Cocktailtomaten, Knoblauch, Ingwer, Zitronen- und Orangenschale hinzufügen und darin erhitzen. Das Olivenöl hinzufügen und mit Chilisalز würzen. Die ganzen Gewürze vor dem Anrichten entfernen.

Anrichten die Steaks vom Knochen schneiden und in Scheiben schneiden.

Das Gemüse auf warmen Tellern verteilen, die Steaks aufgefächert anlegen und mit dem Butter aus der Pfanne beträufeln. Mit Meersalz und Pfeffer aus der Mühle würzen. Die Salsa verde in ein Schälchen füllen und dazu reichen. Dazu passen gebratene Kartoffelecken oder Weißbrot.

Tipp:

Während der Spargelsaison kann der grüne Spargel durch weißen Spargel ersetzt werden. Sehr hübsch sieht auch eine Mischung von beiden Sorten aus.

Der weiße muss im Gegensatz zum grünen von oben bis unten geschält werden.

Alfons Schuhbeck am 23. November 2020

Fiaker-Gulasch mit Blumenkohl und Wachtel-Spiegelei

Für 4 Personen

Für das Gulasch:

1 kg Rindfleisch	1 kg Zwiebeln	1 Schuss Rotwein
1 EL Tomatenmark	100 g passierte Tomaten	ca. 1 l Hühnerbrühe
2 Knoblauchzehen	1 TL gemahlener Kümmel	1 TL getr. Majoran
$\frac{1}{2}$ 1 TL Zitronen-Abrieb	$\frac{1}{2}$ EL edelsüßes Paprikapulver	$\frac{1}{2}$ TL Räucherpaprikapulver

Außerdem:

200 g Blumenkohl	$\frac{1}{2}$ TL Öl	Muskatnuss
Salz	1-2 TL braune Butter	4 Wachteleier
8-12 Cornichons		

Für das Gulasch:

Für das Gulasch das Rindfleisch von Fett und groben Sehnen befreien und in 3 bis 4 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden, in einem Bräter ohne Fett einige Minuten hell andünsten. Den Rotwein dazugießen und fast vollständig einkochen lassen. Tomatenmark und passierte Tomaten unterrühren und kurz mitrösten. Das Fleisch hinzufügen und mit so viel Brühe auffüllen, dass das Fleisch gerade bedeckt ist. Mit einem passenden Stück Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt etwa $3\frac{1}{2}$ Stunden weich dünsten, aber nicht kochen lassen.

Für das Gulaschgewürz den Knoblauch schälen und fein hacken. Mit Kümmel, Majoran und Zitronenschale mischen. Beide Paprikapulver mit wenig Wasser glatt rühren. Etwa 30 Minuten vor Ende der Garzeit das Gulaschgewürz und das angerührte Paprikapulver zum Fleisch geben und unterrühren. Alles etwa 30 Minuten garen.

Inzwischen den Blumenkohl putzen, waschen und in etwa $\frac{1}{2}$ cm breite Scheiben schneiden.

Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen, den Blumenkohl kurz andünsten, mit Muskatnuss und 1 Prise Salz würzen.

Für die Spiegelei die braune Butter in einer Pfanne mit einem Pinsel verstreichen und etwas salzen. Wachteleier mit einem Sägemesser anritzen, in die Pfanne schlagen und darin 2 bis 3 Minuten zu Spiegeleiern stocken lassen. Die Essiggurken in Fächer schneiden.

Zum Servieren das Gulasch auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit Blumenkohl und Essiggurkenfächern garnieren, zuletzt je 1 Spiegelei daraufsetzen.

Nach Belieben mit Majoranblättern garnieren.

Alfons Schuhbeck am 28. September 2020

Gesottener Tafelspitz mit Rahm-Spinat und Semmelkren

Für 4 Personen

Für den Tafelspitz:	1½ kg Rindertafelspitz	Salz
3 Zwiebeln	200 g Knollensellerie	1 Karotte
1 dünne Stange Lauch	1/2 TL schwarze Pfefferkörner	1/2 TL Wacholderbeeren
2 Lorbeerblätter	1 Gewürznelke	
Für die Bratkartoffeln:	1 kg festk. Kartoffeln	Salz
1 Zwiebel	1 TL Korianderkörner	1 TL schwarze Pfefferkörner
1 TL ganzer Kümmel	1-2 EL Öl	mildes Chilisalz
½ TL getr. Majoran	1 EL braune Butter	1 EL Petersilienblätter
Für den Semmelkren:	80 g Toastbrot	100 ml Milch
1 EL Sahnemeerrettich	1-2 EL geschlagene Sahne	1 EL Apfelmus
mildes Chilisalz, Muskatnuss	1 Msp. Zitronen-Abrieb	1 EL Schnittlauchröllchen
Für den Rahmspinat:	800 g Blattspinat	Salz, Muskatnuss
60 80 g Sahne	1 gerieb. Knoblauchzehe	½ TL gerieb. Ingwer
1 Msp. Zitronen-Abrieb	3 cm Vanilleschote	mildes Chilisalz

Für den Tafelspitz etwa 3 l Wasser in einem großen Topf aufkochen. Den Tafelspitz einlegen, dabei darauf achten, dass das Fleisch vollständig mit Wasser bedeckt ist. Leicht salzen und bei milder Hitze knapp unter dem Siedepunkt etwa 2½ Stunden mehr ziehen als köcheln lassen, bis das Fleisch weich ist. Zwiebeln, Sellerie und Karotte schälen, Lauch putzen und waschen, alles grob schneiden und nach etwa 1 Stunde zum Tafelspitz geben. Währenddessen die Pfefferkörner und Wacholderbeeren in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten und nach 1 weiteren Stunde Garzeit zum Fleisch geben, ebenso Lorbeer und Gewürznelke. Das Fleisch herausnehmen und warm halten, nach Belieben das Fett entfernen. Die Brühe durch ein feines Sieb gießen und anderweitig verwenden. Für die Bratkartoffeln die Kartoffeln waschen und in Salzwasser weich garen. Abgießen und kurz ausdampfen lassen, noch heiß pellen und mehrere Stunden durchkühlen lassen. Koriander, Pfeffer und Kümmel in eine Gewürzmühle füllen. Kartoffeln in etwa ½ cm dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Kartoffeln in einer großen Pfanne bei milder Hitze im Öl auf einer Seite goldbraun anbraten. Wenden, die Zwiebel dazugeben und kurz mitdünsten. Mit Chilisalz, der Mischung aus der Gewürzmühle und Majoran würzen, zuletzt braune Butter und Petersilie hinzufügen. Für den Semmelkren das Toastbrot entrinden und in kleine Würfel schneiden. Mit der Milch beträufeln und kurz ziehen lassen. Dann Sahnemeerrettich und Schlagsahne unterrühren und das Apfelmus dazugeben. Mit Chilisalz, Zitronenschale und etwas Muskatnuss abschmecken. Mit den Schnittlauchröllchen garnieren. Für den Rahmspinat den Spinat verlesen, waschen und grobe Stiele entfernen. Den Spinat in einem Topf in reichlich Salzwasser etwa 1 Minute blanchieren, in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen, leicht ausdrücken. Dann wieder in den Topf geben, die Sahne dazugießen und alles mit Muskatnuss, Knoblauch, Ingwer, Zitronenschale, Vanille und Chilisalz würzen.

Zum Servieren den Tafelspitz quer zur Faser in etwa ½ cm dünne Scheiben schneiden und auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit Bratkartoffeln, Rahmspinat und Semmelkren servieren. Nach Belieben noch einige Krenspäne darüberstreuen.

Alfons Schuhbeck am 09. Oktober 2020

Pfingstochse mit BBQ-Soße

Für zwei Personen

Für den Pfingstochsen:

4 Rinderfiletsteaks, à 2,5 cm dick	1 frische Knoblauchknolle	1 Zitrone
1 Orange	5 cm Ingwer	2 EL Butter
½ TL neutrales Öl	2 Zweige Rosmarin	Fenchel
mildes Chilisalز	Pfeffer	

Für die BBQ-Sauce:

1 Knoblauchzehe	1 cm Ingwer	200 g Tomatenketchup
½ EL Dijonsenf	1 EL Ahornsirup	1 TL milde Chiliflocken
1 TL Instantkaffee	1 TL Oregano	1 TL Kurkuma
1 TL Räucherpaprika	1 TL mildes Räuchersalz	Fenchelsamen
Salz	Pfeffer	

Für den Pfingstochsen:

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Ein Ofengitter auf die mittlere Schiene und darunter ein Abtropfblech schieben.

Filetsteaks waschen, trockentupfen und mit dem Handballen etwas flachdrücken. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Öl mit einem Pinsel darin verteilen. Die Steaks darin rundherum anbraten, aus der Pfanne nehmen und auf dem Ofengitter ca. 20 Minuten rosa garen. Das Fleisch nach etwa 10 Minuten einmal umdrehen.

Zitrone und Orange unter heißem Wasser abspülen, trockentupfen und Schale abreiben. Ingwer waschen, trockentupfen und in Scheiben schneiden. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und klein schneiden.

Knoblauchknolle zerkleinern. Frischen Knoblauch, Ingwer, Rosmarin und Butter in eine Pfanne geben, Fleisch hineinlegen und bei niedriger Hitze aromatisieren. Mit Chilisalز, Pfeffer, Zitronen- und Orangenabrieb abschmecken. Fleisch vor dem Servieren mit Butter lasieren.

Für die BBQ-Sauce:

Knoblauch abziehen und fein reiben. Ingwer waschen, trockentupfen, fein reiben und ½ TL auffangen. Ketchup, Räuchersalz, Oregano, Chiliflocken, Kurkuma, Räucherpaprika, Instantkaffee, Ahornsirup, Senf, Knoblauch und Ingwer in eine Schüssel geben. Mit Salz, Pfeffer und Fenchel aus der Mühle würzen. Nach Belieben warm oder ausgekühlt zum Steak servieren.

Die übrige BBQ-Sauce hält sich übrigens mehrere Tage im Kühlschrank.

Zum Gericht passt ein bunter Salat.

Die Steaks auf warmen Tellern anrichten und die Sauce daneben träufeln. Das Gericht servieren.

Alfons Schuhbeck am 04. Juni 2020

Reindlbraten 'Bayerischer Hias'

Für 4 Personen

Für den Braten:

1,5 kg flache Rinderschulter	2 Zwiebeln	1 kleine Karotte
100 g Knollensellerie	1 TL Puderzucker	1 EL Tomatenmark
350 ml kräftiger Rotwein	½ l Hühnerbrühe	1 - 2 TL Speisestärke
1/2 TL Pimentkörner	1/2 Tl Pfefferkörner	1 Splitter Zimtrinde
5 Wacholderbeeren	1 Lorbeerblatt	1 Knoblauchzehe
2 Scheiben Ingwer	1 Streifen Zitronenschale	1 Streifen Orangenschale
40 g kalte Butter	mildes Chilisalz	

Für das Püree:

1 kg mehlig. Kartoffeln	Salz
¼ l Milch	1 EL Bratkartoffelgewürz
2 EL braune Butter	mildes Chilisalz

Für die Pilze:

400 g gemischte Pilze	1/2 TL Fenchelkörner
1/2 TL Korianderkörner	1/2 Tl schwarze Pfefferkörner
1 EL kalte Butter	ganzer Kümmel
	mildes Chilisalz

Den Backofen auf 160 °C vorheizen. Vom Fleisch die äußeren Sehnen entfernen. Zwiebeln, Karotte und Sellerie putzen, schälen und in 1 cm große Würfel schneiden.

Den Puderzucker in einem Bräter bei milder Temperatur hell karamellisieren. Das Tomatenmark unterrühren und kurz mitdünsten. Den Wein dazugießen und sirupartig einkochen lassen. Das Gemüse hinzufügen, die Brühe dazugießen und die Rinderschulter daraufsetzen.

Alles mit einem Blatt Backpapier bedecken und im Ofen auf der untersten Schiene etwa 3 ½ Stunden garen, dabei ab und zu wenden.

Den Bräter mit dem Saucenansatz bei mittlerer Hitze auf den Herd stellen. Das Fleisch aus der Sauce nehmen und beiseitestellen. Die Speisestärke in wenig kaltem Wasser glatt rühren, in die Sauce geben und köcheln lassen, bis diese leicht sämig bindet. Piment, Pfeffer, Zimt, Wacholder, Lorbeerblatt, Knoblauch, Ingwer und Zitronen- und Orangenschale hinzufügen und 5 Minuten in der Sauce ziehen lassen. Die Sauce durch ein Sieb in einen Topf gießen, dabei das Gemüse etwas ausdrücken und entfernen. Die kalte Butter in Würfeln unterrühren und die Sauce mit Chilisalz abschmecken. Den Braten in Scheiben schneiden und in der Sauce bis zum Servieren warm halten.

Für das Püree die Kartoffeln waschen und mit Schale in Salzwasser weich garen. Danach abgießen und kurz ausdampfen lassen, möglichst heiß pellen und durch die Kartoffelpresse drücken. Die Milch erhitzen und mit einem Kochlöffel unter die durchgepressten Kartoffeln rühren.

Mit dem Bratkartoffelgewürz würzen und kalte und braune Butter untermischen. Das Püree mit Chilisalz würzen, warm halten.

Für die Schwammerl die Pilze putzen und trocken abreiben (Pfifferlinge, falls nötig, waschen und trocken tupfen), größere Pilze etwas zerkleinern. Fenchel, Koriander, Pfeffer und Kümmel in eine Gewürzmühle füllen. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und die Schwammerl darin ohne Fett einige Minuten anbraten. Mit den Gewürzen aus der Mühle würzen, die kalte Butter unterrühren und alles mit Chilisalz würzen.

Die Bratenscheiben auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit der Sauce überziehen. Das Püree daneben anrichten und die Pilze auf das Fleisch setzen.

Alfons Schuhbeck am 03. Februar 2020

Rinder-Rouladen auf Kartoffel-Püree

Für 4 Personen

Für die Rouladen:

½ kleine Zwiebel	½ orange Karotte	1/2 Karotte
50 g Knollensellerie	100 g Essiggurken	100 g durchw. Räucherspeck
1 EL getr. Trompetenpilze	150 g Kalbsbrät	2 EL Sahne
3-4 TL scharfer Senf	1 Msp. Zitronen-Abrieb	1 EL Petersilienblätter
mildes Chilusalz	4 Rinderrouladen (à 160 g)	Öl, Rouladennadeln

Für die Sauce:

1 Zwiebel	120 g Knollensellerie	1 Karotte
1 TL Puderzucker	1 EL Tomatenmark	150 ml kräftiger Rotwein
½ l Hühnerbrühe	1 Lorbeerblatt	1 Zacken Sternanis
1 Knoblauchzehe	2 Scheiben Ingwer	1 Streifen Zitronenschale
2 TL Speisestärke	1-2 EL kalte Butter	mildes Chilusalz

Für das Püree:

¼ l Milch	1 kg mehlig. Kartoffeln	Salz, Muskatnuss
	1 EL Butter	2 EL braune Butter

Für die Rouladen Zwiebel, Karotte und Sellerie schälen und getrennt klein würfeln. Gurken und Speck ebenfalls klein würfeln. Speckwürfel in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze anbraten. Zwiebel hinzufügen und kurz mitdünsten. Karotte und Sellerie dazugeben, kurz mitdünsten, dann alles in ein Sieb abgießen und abkühlen lassen.

Trockenpilze in einem Topf mit Wasser aufkochen, vom Herd nehmen und 10 bis 15 Minuten ziehen lassen; in ein Sieb abgießen, abtropfen und abkühlen lassen, klein schneiden.

Das Kalbsbrät mit Sahne glatt verrühren und 1 TL Senf, Speckmischung, Pilze und Gurken unterrühren. Mit Zitronenschale, Petersilie und Chilusalz würzen. Das Rindfleisch zwischen zwei Lagen geölter Frischhaltefolie etwas flacher klopfen. Mit dem übrigen Senf dünn bestreichen und mit Chilusalz würzen. Die Brätmasse auf den Rouladen verstreichen, dabei rundherum einen Rand von 1 bis 1 ½ cm frei lassen. Die langen Seitenränder etwas nach innen einschlagen, das Fleisch von der schmalen Seite her aufrollen und die Rouladen mit Nadeln feststecken.

Für die Sauce Zwiebel, Sellerie und Karotte putzen, schälen und in ½ cm große Würfel schneiden. Puderzucker in einem Bräter hell karamellisieren, das Gemüse darin etwas andünsten. Das Tomatenmark dazugeben und kurz mitrösten. Wein dazugießen und sämig einköcheln lassen. Brühe angießen, Rouladen hineinlegen, mit einem Blatt Backpapier bedecken und alles knapp unter dem Siedepunkt 2 bis 2 ½ Stunden weich schmoren. 10 Minuten vor Garzeitende Lorbeer, Sternanis, Knoblauch, Ingwer und Zitruschale einige Minuten in der Sauce ziehen lassen, danach wieder entfernen. Die Rouladen herausnehmen, die Nadeln entfernen.

Die Sauce durch ein Sieb in einen Topf gießen, das Gemüse etwas durchdrücken und entfernen. Nach Belieben die Speisestärke in wenig kaltem Wasser glatt rühren, nach und nach in die Sauce geben und köcheln lassen, bis diese sämig bindet. Die kalte Butter unterrühren und die Sauce mit Chilusalz würzen. Die Rouladen nochmals darin erwärmen.

Für das Püree die Kartoffeln waschen und mit Schale in Salzwasser weich garen. Abgießen, kurz ausdampfen lassen, noch heiß pellen und durch die Kartoffelpresse drücken. Die Milch erhitzen und mit einem Kochlöffel unter die Kartoffeln rühren, die Butter und die braune Butter untermischen. Mit Salz und Muskatnuss würzen.

Zum Servieren das Kartoffelpüree auf vorgewärmte Teller verteilen und die Saucen danebengießen. Die Rouladen in Scheiben schneiden und darauflegen.

Alfons Schuhbeck am 22. Juli 2020

Rinder-Rouladen

Für 4 Personen:

Für die Rouladen:

1 Toastbrotsscheibe	80 g Koch-Hinterschinken	80 g Essiggurken
1 EL Karottenwürfel	1 EL Zucchiniwürfel	Salz
150 g Kalbsbrät	1 – 2 TL scharfer Senf	2 EL Sahne
1 Msp. Zitronen-Abrieb	mildes Chilisalز	4 Scheiben Rinderrücken
1 EL Öl		

Für Sauce und Gemüse:

1 Zwiebel	1 Karotte	120 g Knollensellerie
1 TL Puderzucker	1 EL Tomatenmark	150 ml kräftiger Rotwein
3 Pimentkörner	$\frac{1}{4}$ TL Korianderkörner	$\frac{1}{2}$ TL schwarze Pfefferkörner
3 cm Vanilleschote	1 Zacken Sternanis	1 Splitter Zimtrinde
1 kleines Lorbeerblatt	400 ml Hühnerbrühe	2 Sch. Schwarzgeräuchertes
1 geh. TL Speisestärke	2 Knoblauchzehen	6 Scheiben Ingwer
1 Streifen Zitronenschale	2–3 EL g kalte Butter	mildes Chilisalز
1 Bund grüner Spargel	4 getr. Softaprikosen	50 ml Gemüsebrühe
3 cm Vanilleschote		

Für die Rouladen das Toastbrot nochmals quer auseinanderschneiden, sodass 2 dünne Scheiben entstehen, und diese in kleine Würfel schneiden. Die Brotwürfel in einer Pfanne ohne Fett oder auf einem Backblech im auf 150 °C vorgeheizten Backofen goldbraun rösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Den Schinken in etwa $\frac{1}{2}$ cm große Würfel schneiden. Die Essiggurken in kleine Würfel schneiden. Die Karotten in 50 ml Salzwasser mit geschlossenem Deckel etwa 10 Minuten weich dünsten. In ein Sieb abgießen und abkühlen lassen.

Das Kalbsbrät mit Senf und Sahne glatt rühren und mit Zitronenschale und Chilisalز würzen. Brotwürfel, Schinken, Essiggurken, Karotten und Zucchini unterrühren. Die Fleischscheiben zwischen zwei Lagen geölter Frischhaltefolie etwas dünner klopfen. Das Brät darauf streichen, dabei die Ränder frei lassen und nach innen schlagen. Das Fleisch von der schmalen Seite her aufrollen und mit Rouladennadeln feststecken.

Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das übrige Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Rouladen bei milder Hitze rundum anbraten, herausnehmen und beiseitestellen.

Für die Sauce Zwiebel, Karotte und Sellerie putzen, schälen und in $\frac{1}{2}$ cm große Würfel schneiden. Puderzucker in einem Bräter bei milder Hitze hell karamellisieren, Tomatenmark unterrühren und kurz mitdünsten. Wein dazugießen und sämig einkochen lassen. Gemüse mit Piment, Koriander, Pfeffer, Vanille, Sternanis, Zimt und Lorbeerblatt dazugeben, Brühe dazugießen, die Speckscheiben hinzufügen und alles erhitzen. Die Speisestärke mit wenig kaltem Wasser glatt rühren, in die Sauce geben und köcheln lassen, bis diese sämig bindet.

Die Rouladen in die Sauce legen, mit einem Blatt Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt etwa 20 Minuten weich schmoren. Dabei nach 15 Minuten 1 Knoblauchzehe, 2 Ingwerscheiben und Zitronenschale dazugeben und mitziehen lassen. Die Rouladen aus der Sauce nehmen, die Nadeln entfernen und die Rouladen warm stellen. Die Sauce durch ein Sieb in einen Topf gießen, das Gemüse etwas ausdrücken und entfernen.

1 bis 2 EL kalte Butter unter die Sauce rühren, mit Chilisalز würzen und Rouladen darin warm halten.

Für das Gemüse den Spargel waschen, im unteren Drittel schälen und die holzigen Enden entfernen. Die Spargelstangen schräg halbieren. Die Aprikosen vierteln oder in Streifen schneiden. Spargel und Brühe in eine große tiefe Pfanne geben, mit einem Blatt Backpapier bedecken und

knapp unter dem Siedepunkt 8 bis 10 Minuten bissfest dünsten. Gegen Ende der Garzeit Vanille, übrigen Knoblauch und Ingwer dazugeben und etwas mitziehen lassen. Mit Chilisalzwürzen, übrige kalte Butter unterrühren und zum Servieren die Aprikosen hinzufügen. Die Rouladen schräg halbieren, mit der Sauce auf vorgewärmten tiefen Tellern anrichten und das Gemüse danebensetzen.

Alfons Schuhbeck am 13. Januar 2020

Rostbraten 'Esterházy', Bratkartoffeln, Bohnen-Gemüse

Für 4 Personen

Für den Rostbraten:

1-2 EL getr. kleine Morcheln	600 ml Rinderbrühe	1 Zwiebel
50 g Lauch (hellgrüner Teil)	1/2 orange Karotte	1/2 gelbe Karotte
80 g Knollensellerie	1/2 TL Öl	4 Sch. Rinderlende (à 200 g)
1 TL Puderzucker	150 ml Weißwein	1 TL Dijon-Senf
2 TL Speisestärke	100 g Sahne	1 Lorbeerblatt
2 Knoblauchzehen (Scheiben)	3 Scheiben Ingwer	1/2 TL Wacholderbeeren
1 Streifen Zitronenschale	1 TL Butter	1 TL Petersilienblätter
Salz, Pfeffer	Muskatnuss	

Für die Bratkartoffeln:

1 kg festk. Kartoffeln	Salz	1 Zwiebel
2 EL braune Butter	2 TL Bratkartoffelgewürz	mildes Chilisalز

Für das Gemüse:

Salz	200 g breite Bohnen	200 g grüne Bohnen
mildes Chilisalز	100 g weiße Bohnen	1 EL Dillspitzen
	1 EL braune Butter	

Die Morcheln in 100 ml heißer Brühe etwa 30 Minuten einweichen, danach in ein mit Küchentuch ausgelegtes Sieb gießen, dabei den Sud abgießen. Das Gemüse putzen, schälen und in feine Streifen schneiden.

In einem Topf ohne Fett kurz andünsten, 1/2 l Brühe hinzugießen und kurz dünsten. Das Gemüse in ein Sieb gießen und zum Garnieren beiseitestellen; die Brühe für die Soße auffangen.

Eine Pfanne auf mittlere Temperatur erhitzen und das Öl darin verstreichen. Lende auf jeder Seite kurz anbraten, herausnehmen und auf einem vorgewärmten Teller legen.

Den Puderzucker in den Bratensatzstäuben und karamellisieren. Den Wein dazugießen und fast vollständig einköcheln lassen. Mit etwas Morchelsud und aufgefangenem Gemüsesud aufgießen, den Senf unterrühren. Die Speisestärke mit wenig kaltem Wasser glatt rühren, in den Sud hinzugeben und köcheln lassen bis dieser sämig bindet. Die Sahne hinzufügen, Lorbeer, Knoblauch, Ingwer, Wacholderbeeren und Zitronenschale dazugeben und einige Minuten ziehen lassen, dann wieder entfernen. Die Soße warm halten.

Kartoffeln waschen und in Salzwasser weich garen, abgießen und kurz ausdampfen lassen, noch heiß pellen und abkühlen lassen. Dann in große, dicke Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden. Kartoffeln in einer großen Pfanne in 1 EL brauner Butter bei milder Hitze auf einer Seite goldbraun anbraten. Wenden, Zwiebelstreifen dazugeben und mitdünsten. Mit Bratkartoffelgewürz und Chilisalز würzen, übrige braune Butter hinzufügen.

Für das Gemüse beide grünen Bohnensorten putzen, waschen und schräg in etwa 2 bis 3 cm große Stücke schneiden. In einem Topf in Salzwasser blanchieren, in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Weiße Bohnen in einem Sieb abbrausen und gut abtropfen lassen. Alle Bohnen ohne Fett kurz andünsten, mit Dill und Chilisalز würzen und die braune Butter unterrühren.

Zum Servieren das Fleisch in der Soße rosa durchziehen lassen, die Morcheln dazugeben.

Die Gemüsestreifen in der Butter erhitzen, Petersilie dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Fleisch und Morcheln mit der Soße auf vorgewärmte Teller setzen.

Gemüsestreifen, Braterdäpfel und Bohnengemüse daneben anrichten.

Alfons Schuhbeck am 06. September 2020

Spaghetti mit Sauce bolognese

Für 4 Personen

Für die Bolognese:

1 Zwiebel	1 kleine Karotte	1 Stange Staudensellerie
500 g Rindfleisch	1 TL Puderzucker	2 EL Tomatenmark
150 ml kräftiger Rotwein	150 g passierte Tomaten	$\frac{1}{2}$ l Hühnerbrühe
1 Lorbeerblatt	$\frac{1}{4}$ TL getr. Oregano	$\frac{1}{4}$ TL getr. Rosmarin
$\frac{1}{4}$ TL getr. Thymian	$\frac{1}{4}$ TL getr. Bohnenkraut	2 gerieb. Knoblauchzehen
$\frac{1}{2}$ TL gerieb. Ingwer	$\frac{1}{2}$ TL Zitronen-Abrieb	mildes Chilisalz
Pfeffer		

Für die Nudeln:

400 g Spaghetti	Salz	3 Scheiben Ingwer
300 ml Gemüsebrühe	1 EL kalte Butter	Außerdem
4 EL Parmesanspäne		

Für die Bolognese Zwiebel schälen, die Karotte putzen und schälen, den Staudensellerie putzen und waschen. Das Gemüse in 2 mm große Würfel schneiden. Das Fleisch von Fett und Sehnen befreien und in 1 cm große Würfel schneiden.

Den Puderzucker in einem Topf bei mittlerer Hitze hell karamellisieren und die Gemüsegewürfel darin etwas andünsten. Das Tomatenmark dazugeben und kurz mitrösten. Den Wein dazugießen und die Flüssigkeit sämig einköcheln lassen.

Die Brühe und die passierten Tomaten hinzufügen und alles erhitzen, dann die Fleischwürfel dazugeben. Alles mit einem Blatt Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt etwa 2 Stunden mehr ziehen als köcheln lassen, bis das Fleisch weich ist.

Das Lorbeerblatt 15 Minuten vor Ende der Garzeit hinzufügen.

Zuletzt Kräuter, Knoblauch, Ingwer und Zitronenschale unterrühren, einige Minuten ziehen lassen und die Sauce mit Chilisalz und Pfeffer würzen.

Für die Nudeln die Spaghetti in reichlich kochendem Salzwasser mit dem Ingwer, 3 Minuten kürzer als auf der Packung angegeben, garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, den Ingwer wieder entfernen.

Zum Servieren die Brühe in einer tiefen Pfanne erhitzen. Die vorgegarten Spaghetti dazugeben und etwa 2 Minuten garen, bis sie fast die gesamte Flüssigkeit aufgenommen haben. Zuletzt die kalte Butter unterrühren.

Die Spaghetti auf vorgewärmte Pastateller verteilen und die Sauce bolognese darauf verteilen. Mit Parmesan bestreut servieren.

Alfons Schuhbeck am 16. Juni 2020

Schwein

Bauernbrat'l mit Blaukraut

Für 4-6 Personen

Für den Braten:

1,2 kg Schweine-Hals	3 große weiße Zwiebeln	1 Karotte
150 g Knollensellerie	1 TL Puderzucker	1 2 TL Tomatenmark
150 ml Rotwein	400 ml Hühnerbrühe	1 ½ kg Schweinehals
1 2 TL Speisestärke	1 TL Schweinebratengewürz	1 TL getr. Champignons
2 Knoblauchzehen (Scheiben)	1 2 Scheiben Ingwer	1 kleines Lorbeerblatt
1 Streifen Zitronenschale	milde Chiliflocken	Salz

Knödel (8 Stück):

250 g mehligk. Kartoffeln	Salz	100 g altbackene Brötchen
90 ml Milch	1 EL Speisestärke	20 g Hartweizengrieß
2 Eier	1 EL flüssige braune Butter	Pfeffer
Muskatnuss	1 Msp. Zitronen-Abrieb	1 Lorbeerblatt
1 getr. Chilischote	1 Knoblauchzehe (halbiert)	2 Scheiben Ingwer

Für das Blaukraut:

800 g Rotkohl	je 1 TL Salz und Zucker	1 EL Puderzucker
100 ml Portwein	200 ml kräftiger Rotwein	125 ml Gemüsebrühe
1 Lorbeerblatt	5 Pimentkörner	½ TL schwarze Pfefferkörner
2 Gewürznelken	1 Splitter Zimtrinde	2 cm Vanilleschote
½ 1 TL Zartbitterschokolade	1 EL Apfelmus	1 EL Preiselbeerkompott
1 EL Aceto Balsamico		

Den Backofen auf 160 °C vorheizen. Für den Braten die Zwiebeln schälen, die Karotte und den Sellerie putzen und schälen. Die Zwiebeln in Spalten oder etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Karotte längs und quer halbieren, den Sellerie erst in etwa 1 cm dicke Scheiben und dann diese in 3 cm große Stücke schneiden.

Den Puderzucker in einem Bräter bei milder Hitze hell karamellisieren. Das Tomatenmark hinzufügen und kurz mitdünsten. Den Wein dazugießen und sämig einköcheln lassen. Das Gemüse hinzufügen und die Brühe dazugießen. Den Schweinehals daraufsetzen und im Ofen auf der mittleren Schiene 3 ½ Stunden garen, dabei zwischendurch mehrmals wenden. In der Zwischenzeit die gemischten Knödel und das Blaukraut zubereiten.

Das Fleisch aus dem Bräter nehmen und warm halten. Den Bräter mit dem Saucenansatz bei mittlerer Hitze auf den Herd stellen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren, in die Sauce geben und köcheln lassen, bis sie leicht sämig bindet. Schweinebratengewürz, Trockenpilze, Knoblauch, Ingwer, Lorbeerblatt, Zitronenschale, 1 Prise Chiliflocken und etwas Salz hinzufügen und alles noch 5 bis 10 Minuten ziehen lassen. Dann die Sauce durch ein Sieb in einen Topf gießen, das Gemüse dabei etwas ausdrücken und entfernen.

Das Bauernbrat'l in Scheiben schneiden und mit Bratensauce, Knödel und Blaukraut auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Für die Knödel die Kartoffeln waschen und mit Schale in Salzwasser weich garen. Danach abgießen, kurz ausdampfen lassen und möglichst heiß pellen. Sofort durch die Kartoffelpresse drücken, auf einem großen Teller ausbreiten und ausdampfen lassen. Dann zugedeckt im Kühlschrank mehrere Stunden abkühlen lassen. Inzwischen die Brötchen in möglichst dünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Die Milch aufkochen, über die Brötchenscheiben gießen und die Masse zugedeckt 5 Minuten ziehen lassen.

Die abgekühlten, durchgepressten Kartoffeln mit den eingeweichten Brötchen, Speisestärke, Grieß, Eiern, brauner Butter, jeweils etwas Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Zitronenschale zu

einem glatten Knödelteig verarbeiten. Aus dem Knödelteig mit angefeuchteten Händen 8 Knödel formen.

Für das Blaukraut vom Kohl die äußeren Blätter entfernen. Das Kraut vierteln und in nicht zu feine Streifen schneiden, den Strunk danach entfernen. Das Kraut in einer Schüssel mit Salz und Zucker mischen und 10 bis 15 Minuten ziehen lassen. Den Puderzucker in einem Topf bei milder Hitze hell karamellisieren, Portwein und Rotwein dazugießen und auf ein Drittel einköcheln lassen. Blaukraut und Brühe hinzufügen, das Ganze mit einem Blatt Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt etwa $1\frac{1}{2}$ Stunden mehr ziehen als köcheln lassen, dabei öfter umrühren.

Nach etwa 1 Stunde Garzeit das Lorbeerblatt hinzufügen und Piment, Pfeffer, Nelken, Zimt und Vanilleschote in einen Einwegteebeutel füllen. Das Säckchen verschließen und ebenfalls zum Blaukraut geben.

Am Ende der Garzeit Schokolade, Apfelmus und Preiselbeeren unterrühren. Lorbeerblatt und Gewürzsäckchen wieder entfernen. Den Essig hinzufügen und das Kraut nochmals abschmecken. Rechtzeitig zum Servieren in einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen und Lorbeerblatt, Chili, Knoblauch und Ingwer hinzufügen. Die Knödel darin knapp unter dem Siedepunkt etwa 20 Minuten gar ziehen lassen. Mit der Schaumkelle herausnehmen und abtropfen lassen, warm halten.

Alfons Schuhbeck am 28. Januar 2020

Fränkisches Schäuferle

Für 4-6 Personen

Für die Schäuferle:

3 große Zwiebeln	1 Karotte	150 g Knollensellerie
400 ml Hühnerbrühe	1,4 kg Schweineschulter (Blatt)	1 Knoblauchzehe (Scheiben)
1 Scheibe Ingwer	$\frac{1}{2}$ 1 TL getr. Majoran	$\frac{1}{2}$ TL ganzer Kümmel
milde Chiliflocken	1 Lorbeerblatt	1 2 TL Speisestärke
Salz		

Für die Kartoffelknödel:

500 g mehligk. Kartoffeln	Salz	1 kleine Zwiebel
120 g Bacon (Stück)	40 g Speisestärke	1 Eigelb
2 EL braune Butter	Muskatnuss	

Den Backofen auf 160 °C vorheizen. Für die Schäuferle die Zwiebeln schälen, Karotte und Sellerie putzen und schälen. Die Zwiebeln in schmale Spalten, Karotte und Sellerie in Stifte ($\frac{1}{2}$ x 57 cm) schneiden. Das Gemüse mit der Brühe in einen Bräter geben. Die Schäuferle mit der Schwarte nach unten dicht nebeneinander daraufsetzen und im Ofen auf der mittleren Schiene 1 Stunde garen. Dann die Fleischstücke wenden und 1 Stunde weiter garen.

Inzwischen für die Kartoffelknödel die Kartoffeln waschen und mit Schale in Salzwasser weich garen. Danach abgießen und kurz ausdampfen lassen, möglichst heiß pellen und durch die Kartoffelpresse drücken.

Währenddessen die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden.

Den Speck in Würfel schneiden und in einer Pfanne ohne Fett auslassen.

Nach 1 bis 2 Minuten die Zwiebel hinzufügen und mit andünsten. Alles in ein Sieb geben und abtropfen lassen.

Die durchgepressten Kartoffeln mit Speisestärke, Eigelb, Speck, Zwiebel, brauner Butter, etwas Salz und Muskatnuss zu einem glatten Knödelteig verarbeiten. Ein Blatt starke Alufolie mit Frischhaltefolie belegen. Die Knödelmasse darauf zu einer länglichen Rolle (ca. 5 cm Durchmesser) formen. Erst in die Frischhaltefolie einrollen, dann in die Alufolie einwickeln. Die Enden der Alufolie erst etwas andrücken, dann so verdrehen, dass eine kompakte Rolle entsteht. Die Knödelrolle in einem entsprechend großen Topf mit leicht siedendem Wasser etwa 30 Minuten garen. Aus dem Wasser heben, aus der Folie wickeln und in Scheiben schneiden, warm halten.

Den Bräter aus dem Ofen nehmen und die Ofentemperatur auf 220 °C erhöhen. Die Schäuferle in eine Auflaufform setzen und die Schwarte jeweils quer 5- bis 6-mal einritzen. Dann die Schäuferle im Ofen auf der unteren Schiene noch etwa 30 Minuten kross braten.

Den Bräter mit dem Saucenansatz bei mittlerer Hitze auf den Herd stellen. Knoblauch, Ingwer, Majoran, Kümmel, 1 Prise Chiliflocken und Lorbeerblatt hinzufügen, 5 bis 10 Minuten ziehen lassen. Die Speisestärke mit wenig kaltem Wasser glatt rühren, in die Sauce geben und köcheln lassen, bis sie leicht sämig bindet. Einige Minuten ziehen lassen, dann alles durch ein Sieb in einen Topf gießen. Gemüse dabei ausdrücken und entfernen. Sauce mit Salz abschmecken.

Die Schäuferle mit Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten und die Knödel dazu reichen. Die Knödel nach Belieben mit Bröselbutter beträufeln (dazu 2 EL Weißbrotbrösel in einer Pfanne mit 60 g Butter bei milder Hitze goldgelb rösten).

Alfons Schuhbeck am 28. Januar 2020

Gefüllte Spanferkel-Brust 'Lola Montez'

Für 4 Personen

Für die Füllung:

1 EL getr. Steinpilze	125 ml Hühnerbrühe	$\frac{1}{2}$ Zwiebel
$\frac{1}{2}$ rotschaliger Apfel	1 geh. EL Pistazienkerne	1 EL Mandelblättchen
150 g altb Laugenstangen	100 ml Milch	2 Eier
mildes Chilisalز	Muskatnuss	1 EL Petersilienblätter
1 Msp. Zitronen-Abrieb		

Für Fleisch und Soße:

1 $\frac{1}{2}$ kg Spanferkelbrust	300 ml Hühnerbrühe	Salz
1 Zwiebel	$\frac{1}{2}$ Karotte	70 g Knollensellerie
1 TL Puderzucker	1 EL Tomatenmark	150 ml Rotwein
2 Lorbeerblätter	1 Prise Korianderkörner	3 Pimentkörner
3 angedr. Wacholderbeeren	1 Rosmarinweig	2 Knoblauchzehen
2 Scheiben Ingwer	1 TL Speisestärke	

Für die Füllung die Trockenpilze in der Brühe aufkochen und 10 bis 15 Minuten ziehen lassen, dann abgießen, die Brühe auffangen. Die Trockenpilze abkühlen und abtropfen lassen, dann klein hacken. Die Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit 100 ml Wasser weich garen, bis die Flüssigkeit eingekocht ist. Den Apfel waschen, halbieren, entkernen und in etwa $\frac{1}{2}$ cm große Würfel schneiden. Die Pistazien grob hacken. Die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett hell rösten, herausnehmen und abkühlen lassen.

Die Laugenstangen in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Die Milch aufkochen, nach und nach in die Eier rühren und mit Chilisalز und Muskatnuss würzen. Die Eiermilch über die Brezenwürfel gießen, locker mischen und 5 bis 10 Minuten ziehen lassen. Trockenpilze, Zwiebel, Apfelwürfel, Pistazien, Mandeln und Petersilie locker unterheben und alles mit Zitronenschale würzen.

Für Fleisch und Sauce den Backofen auf 130 °C vorheizen. In die Spanferkelbrust mit einem scharfen Messer vorsichtig eine Tasche einschneiden, mit der Knödelmasse füllen und mit Rouladennadeln verschließen. Die Brühe mit der Pilzeinweichbrühe in den Bräter gießen, die Spanferkelbrust mit der Schwarte nach unten hineinlegen und im Ofen auf der untersten Schiene 1 Stunde garen. Das Fleisch herausnehmen und die Schwarte gitterförmig einschneiden.

Die Ofentemperatur auf 160 °C erhöhen. Die Spanferkelbrust mit der Schwarte nach oben in den Bräter setzen, auf der mittleren etwa 2 Stunden garen. Herausnehmen, den Bratsud abgießen, retten. Die Ofentemperatur auf 220 bis 230 °C (nur Oberhitze) erhöhen. Die Spanferkelbrust auf ein Backblech setzen, die Schwarte mit etwas Salz bestreuen und im Ofen auf der untersten Schiene 20 min. kross braten. Anschließend warm halten.

Für die Sauce Zwiebel, Karotte und Sellerie putzen, schälen, Zwiebel halbieren, Karotte schräg in Scheiben schneiden, Sellerie in $\frac{1}{2}$ cm große Würfel schneiden. Den Puderzucker in einem Topf hell karamellisieren. Das Tomatenmark unterrühren und kurz mitdünsten. Den Wein dazugießen und sirupartig einköcheln. Das Gemüse unterrühren, die abgegossene Brühe und den Bratsud aus dem Bräter dazugießen, die Gewürze hinzufügen, mit Salz würzen, 10 Minuten ziehen lassen; durch ein Sieb passieren und noch etwas einköcheln lassen. Speisestärke in etwas kaltes Wasser rühren, in die Sauce geben und köcheln lassen bis diese sämig bindet.

Die Spanferkelbrust in Scheiben schneiden und mit Sauce und am besten mit Gemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Alfons Schuhbeck am 03. Januar 2020

Krusten-Braten mit Kopfsalat-Pesto

Für 4-6 Personen

Für den Krustenbraten:

1,2 kg Schweinebauch ca. 300 g Salz

Für das Kopfsalatpesto:

80 g Kopfsalatblätter	1 EL Mandelblättchen	1 Bund Petersilie
Salz	$\frac{1}{2}$ geriebene Knoblauchzehe	1 Msp. geriebener Ingwer
1 EL geriebener Parmesan	40 ml Gemüsebrühe	40 ml mildes Olivenöl
40 ml Rapsöl	mildes Chilusalz	

Für den Krautsalat:

1 Kopf jungen Weißkohl	1 TL Salz	1 TL Zucker
5 Radieschen	1 Karotte	2 EL Weißweinessig
2 EL mildes Öl	1 EL Petersilienblätter	mildes Chilusalz
$\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kümmel		

Für den Krustenbraten den Backofen auf 180 °C vorheizen. Den Schweinebauch mit der Schwarte nach oben auf ein Backblech legen. Die Schwarte $\frac{1}{2}$ bis 1 cm hoch mit Salz bedecken und im Ofen im unteren Drittel 2 Stunden braten.

Dann die Temperatur auf 230 °C Umluftgrill schalten (oder den Oberhitze grill auf mittlerer Stufe dazuschalten). Das Salz entfernen und den Braten unter dem Backofengrill im unteren Drittel 10 bis 15 Minuten kross braten. Herausnehmen und warm halten.

Währenddessen für das Kopfsalatpesto die Salatblätter waschen und trocken tupfen. Die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Die Petersilie waschen und trocken tupfen. Die Blätter abzupfen und in kochendem Salzwasser 2 Minuten blanchieren, in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und mit den Händen gut ausdrücken. Salatblätter, Petersilie, Knoblauch, Ingwer, Parmesan, Mandelblättchen, Brühe, Olivenöl und Öl in einem hohen Rührbecher mit dem Stabmixer oder im Blitzhacker grobkörnig pürieren. Das Pesto mit Chilusalz abschmecken.

Für den Krautsalat vom Weißkohl die äußeren Blätter entfernen, den Kohl vierteln, in feine Streifen hobeln oder schneiden, dabei den harten Strunk entfernen. Den Kohl in einer Schüssel mit Salz und Zucker locker mischen und 10 bis 15 Minuten ziehen lassen.

Inzwischen die Radieschen putzen, waschen und in Scheiben hobeln.

Die Karotte putzen, schälen und ebenfalls in Scheiben hobeln.

Radieschen, Karotte, Essig und Öl unter das Kraut mischen, die Petersilie unterheben und den Salat mit Chilusalz und Kümmel würzen.

Alles 10 bis 15 Minuten ziehen lassen, dann nochmals abschmecken.

Zum Servieren den Krustenbraten in Scheiben schneiden und auf vorgewärmten Tellern anrichten. Den Krautsalat danebensetzen und das Pesto darum herumträufeln oder in kleinen Schälchen dazu reichen.

Alfons Schuhbeck am 28. Januar 2020

Kümmel-Rosmarin-Braten mit Schwarzwurzel-Grünkohl-Salat

Für 4 bis 6 Personen

Für den Braten:

2 Zwiebeln	250 g festk. Kartoffeln	1 TL Öl
$\frac{1}{2}$ l Hühnerbrühe	1,2 kg Schweinebauch	2 halbierte Knoblauchzehen
1 Zweig Rosmarin	1 EL Petersilienblätter	1 EL Kerbelblätter
Salz		

Für den Salat:

1 TL ganzer Kümmel	1 TL Fenchelsamen	1-2 TL Puderzucker
3 Grünkohlblätter	Salz	750 g Schwarzwurzeln
2 EL Zitronensaft	$\frac{1}{4}$ l Gemüsebrühe	2-3 EL Weißweinessig
mildes Chilisalز	Zucker	2 EL mildes Olivenöl
1 Msp. Zitronen-Abrieb	Muskatnuss	

Für den Braten den Ofen auf 130°C vorheizen. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Kartoffeln schälen und halbieren. Zwiebeln in einem Bräter im Öl anbraten, Kartoffeln und Brühe dazugeben. Schweinebauch auf der Schwarte direkt auf den Bräterboden setzen. Im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 1 $\frac{1}{2}$ Stunden garen. Dann aus dem Ofen nehmen, Schweinebauch aus dem Bräter nehmen und die Ofentemperatur auf 160°C erhöhen. Die Schwarte mit einem scharfen Messer im Abstand von etwa 1 cm streifenförmig einritzen, sodass entlang der Schnitte später die Scheiben geschnitten werden können.

Das Zwiebel-Kartoffel-Gemüse durch ein Sieb gießen und die Brühe auffangen. Gemüse in einer Pfanne mit Knoblauch und Rosmarin würzen, Petersilie und Kerbel dazugeben.

Schweinebauch mit der Schwarte nach oben wieder in den Bräter setzen, die aufgefangene Brühe dazugeben und den Braten im Ofen auf der mittleren Schiene noch etwa 1 Stunde garen. Anschließend aus dem Bräter nehmen und auf ein Backblech setzen. Die Ofentemperatur auf 220°C Oberhitze erhöhen. Die Schwarte mit Salz würzen und den Braten im Ofen auf der untersten Schiene noch 20 bis 30 Minuten knusprig braten.

Währenddessen Kümmel und Fenchel in einer Pfanne bei milder Hitze erwärmen, etwas Puderzucker darüberstäuben und unter Rühren schmelzen. Noch weitere zwei- bis dreimal Puderzucker daraufstäuben und jedes Mal schmelzen. Die Mischung aus der Pfanne nehmen, abkühlen lassen und nach Belieben im Mörser zerreiben.

Die Grünkohlblätter waschen und trocken tupfen, harte Blattrippen entfernen. Die Grünkohlblätter in Salzwasser 4 bis 5 Minuten blanchieren, in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Schwarzwurzeln gründlich bürsten, schälen (dabei am besten Einweghandschuhe tragen!) und sofort in eine Schüssel mit Zitronenwasser legen.

Dann schräg in etwa $\frac{1}{2}$ cm dünne Scheiben schneiden und mit der Brühe in einen kleinen Topf geben. Mit einem passenden Stück Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt 6 bis 8 Minuten bissfest dünsten. In einer Salatschüssel mit Essig, Chilisalز und 1 Prise Zucker mischen und mit Olivenöl verrühren. Den Grünkohl untermischen und alles mit Zitronenschale und Muskatnuss würzen.

Zum Servieren den Braten in Scheiben schneiden und mit dem Gemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit dem karamellisierten Kümmel-Fenchel-Mix bestreuen und den Salat dazu reichen.

Alfons Schuhbeck am 14. September 2020

Mostbratli mit Paprika-Weißkraut

Für 4 bis 6 Personen

Für den Braten:

3 große Zwiebeln	1 Karotte	150 g Knollensellerie
$\frac{1}{4}$ l Apfel-Birnen-Most	1-2 TL Tomatenmark	400 ml Hühnerbrühe
1,2 kg Schweinehals	1-2 TL Speisestärke	2 halbierte Knoblauchzehen
1 Scheibe Ingwer	$\frac{1}{2}$ TL getr. Majoran	$\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kümmel
1 Streifen Zitronenschale	mildes Chilisalز	

Für das Kraut:

500 g Weißkohl	1 Zwiebel	1 rote Paprikaschote
1 gelbe Paprikaschote	100 ml Gemüsebrühe	1 EL Petersilie
5 Estragonblätter	2 EL braune Butter	mildes Chilisalز

Für den Braten den Backofen auf 160°C vorheizen. Zwiebeln, Karotte und Sellerie schälen.

Die Zwiebeln in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Karotte schräg in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Den Sellerie erst in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden, diese in etwa 3 cm breite Stücke schneiden. Vom Most etwa 3 EL für die Sauce abnehmen und beiseite stellen.

Das Gemüse in einem Topf ohne Fett bei mittlerer Hitze kurz andünsten, das Tomatenmark unterrühren und kurz mitrösten, bis es am Topfboden anlegt. Mit dem übrigen Most und der Brühe aufgießen und alles in einen Bräter oder ein Reindl geben. Den Schweinehals daraufsetzen und im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 3 Stunden garen, dabei zwischendurch mehrmals wenden.

Anschließend den Bräter aus dem Ofen nehmen, das Fleisch aus dem Bräter nehmen und warmhalten. Die Sauce durch ein Sieb gießen, dabei das Gemüse entfernen, die Flüssigkeit zurück in den Bräter geben und nach Belieben etwas einköcheln lassen.

Die Speisestärke mit dem beiseitegestellten Most glatt rühren, in die Sauce geben und köcheln lassen, bis diese leicht sämig bindet. Knoblauch, Ingwer, Majoran, Kümmel und Zitronenschale in die Sauce geben und 5 bis 10 Minuten ziehen lassen. Die ganzen Gewürze wieder entfernen und die Sauce mit Chilisalز abschmecken.

Für das Kraut die äußeren Blätter und den harten Strunk vom Kohl entfernen. Die Blätter waschen, trocken schütteln und in etwa 2 cm große Rauten schneiden.

Die Zwiebel schälen und ebenfalls in Rauten schneiden. Die Paprika halbieren, entkernen, waschen und in Rauten schneiden. Zwiebel und Paprika in einem Topf ohne Fett andünsten. Die Brühe dazugießen und das Kraut hinzufügen, alles offen bei milder Hitze etwa 5 Minuten garen. Zuletzt Petersilie und Estragon hinzufügen, die braune Butter unterrühren und alles mit Chilisalز würzen.

Zum Servieren den Braten in Scheiben schneiden und mit der Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten. Das Kraut danebensetzen.

Alfons Schuhbeck am 02. Oktober 2020

Schaschlik mit Tomaten-Ananas-Soße

Für 4 Personen

Für die Sauce:

½ kleine Zwiebel	30 g brauner Zucker	1 TL Weißweinessig
100 ml Gemüsebrühe	60 ml Ananassaft	60 g Tomatenmark
75 g Ketchup	75 g stückige Tomaten	1 EL Schaschlikgewürz
1 geh. TL Salz	50 ml mildes Olivenöl	milde Chiliflocken

Für die Kartoffeln:

800 g festk. Kartoffeln	Salz	2 Tomaten
1-2 Frühlingszwiebeln	1-2 TL Öl	50 g Maiskörner
1 EL Pistazienkerne	1 EL Petersilienblätter	1 Rosmarinzweig
mildes Chilisalz		

Für die Spieße:

300 g Schweinefilet	1 Bratwurst	¼ gelbe Paprikaschote
1/4 grüne Paprikaschote	½ Zwiebel	1 TL Öl
mildes Chilisalz		

Außerdem:

8 Schaschlikspieße

Für die Sauce die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Den Zucker in einem Topf bei milder Hitze hell karamellisieren. Die Zwiebelwürfel darin andünsten und Essig, Brühe und Ananassaft dazugießen. Das Tomatenmark mit Ketchup und Tomatenstücken hinzufügen und alles offen knapp unter dem Siedepunkt etwa 30 Minuten garen.

Anschließend die Sauce mit Schaschlikgewürz und Salz würzen und einmal aufkochen. Den Topf vom Herd nehmen, das Olivenöl mit dem Stabmixer unterrühren und die Sauce mit Chiliflocken würzen.

Die Kartoffeln waschen und mit Schale in Salzwasser weich garen.

Abgießen und kurz ausdampfen lassen, heiß pellen, abkühlen lassen und in Spalten schneiden.

Für die Spieße das Schweinefilet in 8 gleich große Scheiben schneiden. Die Wurst in etwa 1½ cm dicke Scheiben schneiden. Die Paprika putzen, waschen und in 2 cm große Stücke schneiden.

Die Zwiebel schälen und in 2 cm große Blätter schneiden.

Die Filetscheiben abwechselnd mit Wurstscheiben, Paprika und Zwiebel auf Spieße stecken (dabei Filet- und Wurstscheiben flach bzw.

liegend aufstecken). Eine geriffelte Grillplatte oder eine Grillpfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, mit dem Öl bestreichen und die Spieße darauf etwa 15 Minuten saftig grillen. Anschließend mit Chilisalz würzen.

Zum Servieren die Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten. Die Spieße darauflegen und die Kartoffelspalten daneben anrichten.

Alfons Schuhbeck am 22. Juni 2020

Soßen

BBQ-Soße

Für zwei Personen

1 Knoblauchzehe	1 cm Ingwer	200 g Tomatenketchup
$\frac{1}{2}$ EL Dijonsenf	1 EL Ahornsirup	1 TL milde Chiliflocken
1 TL Instantkaffee	1 TL Oregano	1 TL Kurkuma
1 TL Räucherpaprika	1 TL mildes Räuchersalz	Fenchelsamen
Salz	Pfeffer	

Knoblauch abziehen und fein reiben. Ingwer waschen, trockentupfen, fein reiben und $\frac{1}{2}$ TL auffangen. Ketchup, Räuchersalz, Oregano, Chiliflocken, Kurkuma, Räucherpaprika, Instantkaffee, Ahornsirup, Senf, Knoblauch und Ingwer in eine Schüssel geben. Mit Salz, Pfeffer und Fenchel aus der Mühle würzen. Nach Belieben warm oder ausgekühlt servieren.

Die übrige BBQ-Sauce hält sich übrigens mehrere Tage im Kühlschrank.

Alfons Schuhbeck am 04. Juni 2020

Suppen

10-Minuten-Terrine 'Edmund'

Für 4 Personen

Für das Pesto:

50 g junger Spinat	50 g Petersilie	3 Liebstöckelblätter
Salz	1 EL Mandelblättchen	½ 1 kl. Knoblauchzehe
1 EL gerieb. Parmesan	4 EL Gemüsebrühe	4 EL Öl
4 EL mildes Olivenöl	mildes Chilisalz	

Für die Terrine:

¼ dünne Stange Lauch	1/2 gelbe Karotte	1/2 orange Karotte
50 g Knollensellerie	1,2 l Hühnerbrühe	50 g Suppennudeln
250 g Hähnchenbrustfilet	1-2 Msp. gerieb. Ingwer	mildes Chilisalz

Außerdem:

50 g kleine Champignons	Muskatnuss
-------------------------	------------

Für das Pesto den Spinat verlesen und mit Petersilie und Liebstöckel waschen. Spinat und Kräuter in kochendem Salzwasser 10 bis 15 Sekunden blanchieren. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen. Mit den Händen das restliche Wasser ausdrücken und die Blätter klein schneiden.

Inzwischen die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten, herausnehmen und kurz abkühlen lassen. Spinat und Kräuter mit Mandelblättchen, Knoblauch, Käse, Brühe, Öl und Olivenöl in den Blitzhacker geben. Alles mit Chilisalz würzen und zu einer feinkörnigen Paste pürieren.

Für die Terrine den Lauch längs halbieren, putzen, waschen und in etwa 3 cm lange, feine Streifen schneiden. Karotten und Sellerie putzen, schälen und ebenfalls in etwa 3 cm lange feine Streifen hobeln oder schneiden. Die Brühe in einem Topf erhitzen und die Gemüsestreifen und die Suppennudeln darin knapp unter dem Siedepunkt etwa 5 Minuten ziehen lassen.

Inzwischen das Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in ½ bis 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Hähnchenscheiben in der Suppe offen knapp unter dem Siedepunkt noch etwa 2 Minuten mitziehen lassen. Zuletzt die Suppe mit Ingwer und Chilisalz würzen.

Zum Servieren die Pilze putzen und trocken abreiben. Jeweils etwas Muskatnuss in vorgewärmte tiefe Teller oder Schalen reiben und die Suppe darauf verteilen. Jeden Teller mit etwas Pesto beträufeln und die Champignons auf der Gemüsereibe dünn darüberhobeln.

Alfons Schuhbeck am 03. Januar 2020

Rind-Suppe mit Frittaten-Strudel

Für 4 Personen

Für die Frittatenstrudel:

35 g Mehl	Salz	frisch geriebene Muskatnuss
100 ml Milch	1 Ei	1-2 EL zerlassene Butter
Butter	150 g Schweinswürstelbrät	3 EL Sahne
1 TL Petersilienblätter	mildes Chilisalز	frisch geriebene Muskatnuss
1 Msp. Zitronen-Abrieb		

Außerdem:

11,2 l Rinderbrühe	Muskatnuss	2 EL blanchierte Gemüserauten
1 Liebstöckelblatt	1 EL Schnittlauchröllchen	Sherry

Für die Frittaten das Mehl mit je 1 Prise Salz und Muskatnuss in eine Rührschüssel geben. Die Milch dazugießen und alles mit einem Schneebesen glatt rühren, das Ei unterrühren und zuletzt die zerlassene Butter hinzufügen. Den Teig mindestens 20 Minuten ruhen lassen.

In einer kleinen Pfanne (ca. 20 cm Durchmesser) etwas Butter zerlassen. Den Teig darin portionsweise bei milder Hitze zu 4 dünnen Pfannkuchen ausbacken, herausnehmen und abkühlen lassen.

Für die Füllung das Brät mit der Sahne glatt verrühren. Die Petersilie unterrühren und alles mit Chilisalز, Muskatnuss und Zitronenschale würzen. Die Pfannkuchen jeweils dünn mit der Brätmischung bestreichen und kompakt aufrollen. In Frischhaltefolie wickeln und in einem Topf in 90°C heißem Wasser 10 bis 15 Minuten ziehen lassen.

Herausnehmen und kurz abkühlen lassen, aus der Folie wickeln und schräg in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden.

Zum Servieren die Brühe in einem großen Topf erhitzen und das Gemüse darin einige Minuten ziehen lassen. Jeweils etwas Muskatnuss in vorgewärmte tiefe Teller reiben, die Frittatenstrudelscheiben darauflegen und die Brühe samt Gemüserauten darübergießen. Mit Liebstöckel und Schnittlauch bestreuen und nach Belieben noch jeweils mit 1 Spritzer Sherry beträufeln.

Alfons Schuhbeck am 09. Oktober 2020

Vegetarisch

Erbsen-Nockerl, Gurken-Minz-Joghurt mit Brokkoli und Ei

Für zwei Personen

Für die Erbsennockerl:

50 g feiner Bulgur	125 ml Hühnerfond	200 g TK-Erbsen
1 EL Speisestärke (12 g)	$\frac{1}{2}$ TL Garam Masala	1 EL Koriandergrün
mildes Chilisalz	Öl	

Für den Brokkoli:

6 wilde Brokkoli	50 g Mehl	1 EL Speisestärke
40 ml eiskalter Weißwein	1 TL Öl	1 Prise mildes Chilisalz

Für den Gurken-Minz-Joghurt:

$\frac{1}{4}$ Salatgurke	1 Limette	80 g griech. Joghurt
1 Knoblauchzehe	1 Msp. Ingwer	Limettensaft
2 Zweige Minze	1 Zweig Dill	mildes Chilisalz

Für die pochierten Eier:

4 EL Essig	2 Eier (möglichst frisch)	Salz, Pfeffer
------------	---------------------------	---------------

Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$ altbackenes Brötchen	4 EL Butter	
------------------------------------	-------------	--

Für die Erbsennockerl:

Fritteuse auf 180° C vorheizen. Alternativ ausreichend Öl zum Frittieren in einem Topf erhitzen. Bulgur auf einem Sieb unter fließendem kaltem Wasser waschen und dann mit dem Fond in einem kleinen Topf einmal aufkochen lassen. Mit einem Blatt Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt 10 min. ziehen lassen. Danach auskühlen lassen.

Erbsen, Bulgur und Speisestärke in einen Blitzhacker geben. Garam Masala und etwas Chilisalz hinzufügen und nicht zu fein pürieren. Das Koriandergrün klein schneiden, dazu geben und untermixen. Mindestens 10 min. quellen lassen.

In der Zwischenzeit den Gurken-Minz-Joghurt zubereiten.

Aus der Erbsen-Bulgur-Mischung mit zwei Löffeln Nockerl formen und im heißen Fett ein paar Minuten goldbraun backen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Brokkoli:

Mehl und Speisestärke mischen und mit 60 ml eiskaltem Wasser, Weißwein und Öl verrühren, mit Chilisalz würzen.

Den wilden Brokkoli in mundgerechte Stücke teilen, durch den Teig ziehen, abtropfen lassen und im heißen Fett einige Minuten knusprig backen. Mit einer Schaumkelle heraus nehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen, mit Chilisalz würzen.

Für den Gurken-Minz-Joghurt:

Eine halbe Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Ingwer reiben.

Zuerst Limettenschale abreiben, dann halbieren und auspressen. Die Gurke waschen, in etwa 4 mm große Würfel schneiden, dabei die Kerne entfernen. Den Joghurt mit Knoblauch, Ingwer, etwas Limettensaft und Limettenabrieb glattrühren. Minzblätter und Dillspitzen fein schneiden. Gurkenwürfel, Minze und Dill unterrühren und mit Chilisalz würzen.

Für die pochierten Eier:

In einem breiten Topf Wasser aufkochen und 2 EL Essig hineingeben.

In 2 kleine Schälchen je 1 EL Essig geben und jeweils ein rohes Ei vorsichtig hineinschlagen, den Dotter dabei nicht verletzen.

Das siedende Wasser vom Herd nehmen, mit einem Kochlöffel kreisförmig in eine Richtung rühren, bis es sich dreht. Die Eier nacheinander aus den Schälchen in das sich drehende Wasser gleiten lassen. Das Eiweiß wickelt sich dabei um das Eigelb. Ca. 8 bis 10 min.

pochieren. Mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, abtropfen und etwas abkühlen lassen.

Mit etwas Salz und wenig Pfeffer würzen.

Für die Garnitur:

Brötchen fein zerbröseln.

Die Butter bei mittlerer Hitze in einer Pfanne schmelzen lassen, 1 bis 2 EL Weißbrotbrösel hinein rühren und langsam goldbraun bräunen. Dabei mit einem flachen Holzspatel beständig wenden. Den Dip auf zwei Tellern verteilen, die Nockerl und den gebackenen Brokkoli anlegen, das Ei darauf anrichten und mit den gerösteten Brotbröseln beträufeln.

Alfons Schuhbeck am 09. April 2020

Gebackenes Gemüse im Kichererbsen-Teig mit Dips

Für 4 Personen

Für den Harissadip:

200 g griech. Joghurt (10%) 1 geh. TL Harissa mildes Chilusalz

Für die Sauce Rouille:

ca. 8 Safranfäden 1 gegarte Mini-Kartoffel (25 g) 50 ml Milch
 $\frac{1}{2}$ TL Dijon-Senf $\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe (Scheiben) 100 ml neutrales Öl
1 EL mildes Olivenöl mildes Chilusalz

Für die Chilisaucе:

$2\frac{1}{2}$ EL Limettensaft 1 Msp. Limetten-Abrieb 2 EL Sojasauce
1 geh. EL Zucker 1 fein gehackte Knoblauchzehe 1 TL kl. rote Chilischote
5 Korianderstiele 1 EL kleine Karottenwürfel 1 EL Gurkenwürfel (à 23 mm)

Für das Gemüse:

500 g gemischtes Gemüse Salz 100 g Champignons

Für den Teig:

300 g Kichererbsenmehl 2 TL Backpulver 1 TL mildes Currypulver
1 geh. TL mildes Chilusalz 2 EL Öl

Zuerst die Dips zubereiten. Für den Harissadip den Joghurt mit Harissa verrühren und mit Chilusalz würzen.

Für die Sauce Rouille den Safran in 2 EL heißem Wasser 5 bis 10 Minuten einweichen. Die Kartoffel in kleine Würfel schneiden und mit Milch, Senf und Knoblauch in einen hohen Rührbecher geben. Den eingeweichten Safran hinzufügen und alles mit dem Stabmixer fein pürieren. Das Öl und das Olivenöl in einem dünnen Strahl einlaufen lassen und dabei mit dem Stabmixer rühren, bis eine cremige Konsistenz entstanden ist. Die Sauce mit Chilusalz würzen.

Für die Chilisaucе 4 EL Wasser, Limettensaft und -schale, Sojasauce, Zucker, Knoblauch und Chili verrühren. Den Koriander waschen, trocken schütteln und die Blätter mit den Stielen fein hacken. Karotten- und Gurkenwürfel sowie Koriander in die Sauce rühren.

Das Gemüse putzen, waschen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Jedes Gemüse separat in Salzwasser bissfest garen, in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Champignons putzen und trocken abreiben.

Für den Ausbackteig das Kichererbsenmehl mit dem Backpulver in eine Schüssel sieben. Curry und Chilusalz hinzufügen. Mit dem Schneebesen nach und nach 400 ml kaltes Wasser unterrühren, bis ein glatter, sämiger Teig entstanden ist. Bei Bedarf etwas mehr Flüssigkeit dazugeben. Zuletzt das Öl unterrühren.

Das Fett in einem großen flachen Topf oder einer Fritteuse auf 160°C erhitzen. Das Mehl in einen tiefen Teller geben. Das Gemüse in Mehl wenden, durch den Backteig ziehen und portionsweise im Fett 4 bis 5 Minuten goldbraun backen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und etwas mit Salz würzen. Mit den Dips servieren und nach Belieben mit gemischten Kräuterblättern garnieren.

Alfons Schuhbeck am 06. Juli 2020

Gefüllte Paprikaschote mit Juwelen-Reis

Für 4 Personen

Für die Paprika:

2 EL Korinthen	$\frac{1}{2}$ Tasse heißer Ingwertee	4 große gelbe Paprikaschoten
Salz	1 Karotte	1 geh. EL Mandelblättchen
150 g Basmatireis	400 ml Gemüsebrühe	2 Eier
12 TL mildes Currypulver	3 EL Pistazienkerne	2 TL getr. Cranberrys
mildes Chilisalز	Zimtpulver	

Für die Sauce:

400 g passierte Tomaten	150 ml Gemüsebrühe	12 geriebene Knoblauchzehen
1 TL geriebener Ingwer	$\frac{1}{2}$ TL Ras-el-Hanout	mildes Chilisalز
Zucker		

Für den Kräuterdip:

100 g griech. Joghurt (10%)	1 EL Kräuterblätter	$\frac{1}{2}$ TL Limetten-Abrieb
1 Spritzer Limettensaft	mildes Chilisalز	

Für die Paprika die Korinthen im heißen Ingwertee etwa 30 Minuten einweichen, dann in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Inzwischen den Backofen auf 180°C vorheizen. Von den Paprikaschoten jeweils einen Deckel abschneiden, die Schoten entkernen, waschen und in kochendem Salzwasser 3 bis 4 Minuten blanchieren. Herausnehmen und abtropfen lassen. Die Karotte putzen, schälen und in $\frac{1}{2}$ cm-große Würfel schneiden. Die Mandelblättchen in einer beschichteten Pfanne ohne Fett hell rösten, herausnehmen und abkühlen lassen.

Den Reis mit 300 ml Brühe und den Karottenwürfeln in einem Topf erhitzen und zugedeckt knapp unter dem Siedepunkt etwa 8 Minuten ziehen lassen. Vom Herd nehmen und zugedeckt noch etwa 5 Minuten ausquellen lassen. Eier, Curry, abgetropfte Korinthen, Mandelblättchen, Pistazien und Berberitzen unter den Reis rühren und mit Chilisalز und etwas Zimt würzen.

Die Paprikaschoten mit der Reismischung füllen, in eine Auflaufform setzen und die Deckel darauflegen. Die übrige Brühe in die Auflaufform gießen und die gefüllten Paprikaschoten im Ofen auf der mittleren Schiene 30 bis 35 Minuten garen. Dabei, falls nötig, etwas Brühe nachgießen. Die Paprika aus dem Ofen nehmen, aus der Form heben und warm halten, die Brühe für die Sauce verwenden.

Für die Sauce die Tomaten mit der Brühe in einem Topf erhitzen, Knoblauch und Ingwer hinzufügen und mit Ras-el-Hanout, Chilisalز und 1 Prise Zucker würzen. Die Sauce erhitzen und knapp unter dem Siedepunkt einige Minuten ziehen lassen. Dann die Brühe aus der Auflaufform (etwa 50 ml) dazugießen und die Tomatensauce bei Bedarf etwas nachwürzen.

Für den Kräuterdip den Joghurt mit Kräutern und Limettenschale verrühren und mit 1 Spritzer Limettensaft und Chilisalز würzen. Zum Servieren die Tomatensauce auf vorgewärmte Teller verteilen und die gefüllten Paprika daraufsetzen Den Kräuterdip darum herumträufeln.

Dazu passt ein Salat.

Alfons Schuhbeck am 24. Juni 2020

Gemüse-Schaschlik mit Tomaten-Ananas-Soße

Für 4 Personen

Für die Sauce:

½ kleine Zwiebel	30 g brauner Zucker	1 TL Weißweinessig
100 ml Gemüsebrühe	60 ml Ananassaft	60 g Tomatenmark
75 g Ketchup	75 g stückige Tomaten	1 EL Schaschlikgewürz
1 geh. TL Salz	50 ml mildes Olivenöl	milde Chiliflocken

Für die Kartoffeln:

800 g festk. Kartoffeln	Salz	2 Tomaten
12 Frühlingszwiebeln	12 TL Öl	50 g Maiskörner
1 EL Pistazienkerne	1 EL Petersilienblätter	1 Rosmarinzweig
mildes Chilisalz		

Für die Spieße:

16 Datteltomaten	½ Zucchini	2 Scheiben Ananas
150g Halloumi	1 TL Öl	

Außerdem:

8 Schaschlikspieße

Für die Sauce die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Den Zucker in einem Topf bei milder Hitze hell karamellisieren. Die Zwiebelwürfel darin andünsten und Essig, Brühe und Ananassaft dazugießen. Das Tomatenmark mit Ketchup und Tomatenstücken hinzufügen und alles offen knapp unter dem Siedepunkt etwa 30 Minuten garen.

Anschließend die Sauce mit Schaschlikgewürz und Salz würzen und einmal aufkochen.

Den Topf vom Herd nehmen, das Olivenöl mit dem Stabmixer unterrühren und die Sauce mit Chiliflocken würzen.

Die Kartoffeln waschen und mit Schale in Salzwasser weich garen.

Abgießen und kurz ausdampfen lassen, heiß pellen, abkühlen lassen und in Spalten schneiden.

Die Tomaten kreuzweise einritzen, 20 Sekunden in kochendes Wasser tauchen, kalt abschrecken, häuten, vierteln und entkernen. Die Tomatenviertel in Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden.

Eine große Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Kartoffelspalten goldbraun braten. Mais, Tomatenwürfel, Frühlingszwiebeln, Pistazien, Petersilie und Rosmarinzweig hinzufügen und alles kurz erhitzen. Mit Chilisalz würzen. Zum Servieren den Rosmarin entfernen.

Für die Spieße die Tomaten waschen und trocken tupfen. Die Zucchini putzen, waschen und in etwa 2 cm große Stücke schneiden. Die Ananasscheiben schälen, in Stücke schneiden und den Strunk entfernen.

Den Halloumi in 2 cm große Stücke schneiden.

Alle Zutaten abwechselnd auf Spieße stecken. Eine geriffelte Grillplatte oder eine Grillpfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, mit dem Öl bestreichen und die Spieße darauf rundherum etwa 8 Minuten braten.

Zum Servieren die Sauce auf vorgewärmte Teller verteilen und das Gemüseschaschlik darauflegen. Die Kartoffelspalten daneben anrichten.

Alfons Schuhbeck am 22. Juni 2020

Gemüse-Sticks mit Limetten-Kräuter-Dip

Für zwei Personen

Für die Gemüse-Sticks:

½ Gurke	2 Stangen Staudensellerie	1-2 Karotten
1 rote Paprikaschote	1 gelbe Paprikaschote	

Für den Dip:

1 Limette	1 Zitrone	1 Knoblauchzehe
6 cm Ingwer	100 g griech. Joghurt, 10%	2 EL Milch
4 Zweige Petersilie	4 Zweige Kerbel	1 Prise Zucker
mildes Chilisalز		

Für die Gemüse-Sticks:

Die Gurke waschen, trockentupfen, von Enden befreien, längs halbieren und die Kerne entfernen. Selleriestangen waschen und trockentupfen.

Karotten schälen und von Enden befreien. Paprikaschoten waschen, trockentupfen, halbieren und von Kernen und Scheidewänden befreien.

Alle Gemüsesorten in etwa 8 cm lange Sticks schneiden **Für den Dip:**

Knoblauch abziehen und reiben. Ingwer reiben. Limette und Zitrone waschen, trockentupfen, Schale abreiben, Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Kerbel und Petersilie abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Den Joghurt mit der Milch verrühren und mit einigen Tropfen Limettensaft, Limettenabrieb, Zitronenabrieb, Kerbel, Petersilie, Ingwer, Knoblauch sowie Chilisalز und einer Prise Zucker würzen und gut vermischen.

Die Gemüse-Sticks in Gläsern anrichten und den Dip in einem Schälchen daneben stellen. Das Gericht servieren.

Alfons Schuhbeck am 03. Juni 2020

Getrüffelte Kartoffel-Rösti mit Basilikum-Pinienkern-Soße

Für die Rösti:

800 g festk. Kartoffeln	Salz, Pfeffer	Muskatnuss
Öl	1 dünne Lauchstange (250 g)	100 g Champignons
1 EL braune Butter	mildes Chilisalz	1 TL Kerbelblätter
1 Tl Petersilienblätter	4 geh. TL Parmesan	4 TL gerieb. schwarze Trüffel
300 g Blätterteig	Mehl	1 Ei
1 EL Sahne		

Für die Sauce:

2 TL Pinienkerne	2 EL Basilikumblätter	4 EL Milch
$\frac{1}{2}$ geriebene Knoblauchzehe	200 g Schmand	mildes Chilisalz

Außerdem:

einige Kräuterblätter

Für die Rösti die Kartoffeln schälen, waschen und längs in 2 bis $2\frac{1}{2}$ mm dünne Streifen hobeln. Die Kartoffelstreifen mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und etwa 2 Minuten ziehen lassen. Dann in ein Sieb geben und mit den Händen gut ausdrücken. Eine beschichtete Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und 1 TL Öl mit einem Pinsel darin verstreichen, ein Viertel der Kartoffelmasse gleichmäßig zu einer max.

$\frac{1}{2}$ cm hohen Scheibe (etwa 12 cm Durchmesser) verteilen und etwas andrücken. Das Rösti bei mittlerer Hitze 6 bis 8 Minuten goldbraun braten, bei Bedarf noch etwas Öl hinzufügen. Dann wenden und die zweite Seite ebenfalls goldbraun braten. Das Rösti herausnehmen, auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen.

Aus der übrigen Kartoffelmasse auf dieselbe Weise 3 weitere Rösti zubereiten.

Für die Füllung den Lauch putzen, dabei die dunkelgrünen Blätter entfernen, die Stange gründlich waschen und in 1 bis 2 cm breite Streifen schneiden. Die Champignons putzen, trocken abreiben und in $\frac{1}{2}$ cm dicke Scheiben schneiden. Den Lauch in einer tiefen Pfanne in der braunen Butter bei milder Hitze etwa 4 Minuten andünsten. Die Pilze dazugeben und 1 bis 2 Minuten mitdünsten. Die Flüssigkeit abgießen und das Gemüse in eine Schüssel füllen. Mit Chilisalz und etwas Muskatnuss würzen, Kerbel, Petersilie und Parmesan untermischen und alles abkühlen lassen.

Den Backofen auf 200°C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen und die Rösti daraufsetzen. Das abgekühlte Lauchgemüse (gut abgetropft) gleichmäßig flach auf die Rösti verteilen. Dabei etwas festdrücken und einen Rand von etwa $1\frac{1}{2}$ cm frei lassen. Die Trüffel darüberstreuen. Den Blätterteig auf der bemehlten Arbeitsfläche 2 bis 3 mm dick ausrollen und 4 Scheiben (à 13 bis 14 cm Durchmesser, etwa 2 cm größer als die Rösti) ausschneiden (übrigen Blätterteig anderweitig verwenden). Ei und Sahne verquirlen und die Röstiränder damit bestreichen. Die Blätterteigplatten darauflegen, dabei bei Bedarf etwas nach unten einschlagen. Die Ränder mit einer Gabel rundherum fest andrücken, den Blätterteig oben mit der Ei-Sahne-Mischung bestreichen und mit einer Gabel mehrmals einstechen. Die Rösti im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 15 Minuten goldbraun backen.

Für die Sauce die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze hell rösten, herausnehmen und abkühlen lassen.

Basilikum mit Milch, Pinienkernen und Knoblauch in einem hohen Rührbecher mit dem Stabmixer fein pürieren. Den Schmand mit der BasilikumMilch verrühren und die Sauce mit Chilisalz würzen.

Zum Servieren die Röstli aus dem Ofen nehmen, auf Tellern anrichten und die Sauce darum herumträufeln. (Vorsicht beim Umsetzen der gebackenen Röstis vom Blech auf die Teller! Der Röstli-Boden ist nicht stabil und bricht rasch durch. Deshalb am besten mit einer breiten Palette arbeiten.) Mit den Kräuterblättern garnieren.

Alfons Schuhbeck am 22. Juni 2020

Gnocchi Trieste

Für 4 Personen

Teig:

500 g mehlig. Kartoffeln	Salz	50 g Speisestärke
50 g doppelgriffiges Mehl	75 g Hartweizengrieß	50 g geriebener Parmesan
1 Ei	4 EL braune Butter	Pfeffer
1 Prise Muskatnuss		

Füllen und Kochen:

7 Trockenpflaumen, geviertelt	Zimtstange	Pfeffer
doppelgriffiges Mehl	Salz	2 Lorbeerblätter
3 Scheiben Ingwer	2 kl. rote Chilischoten	

Fertigstellung:

80 g braune Butter	1 Lorbeerblatt	8 kleine Salbeiblätter
1 EL Schnittlauchröllchen	5 Minzeblätter	1 Knoblauchzehe (Scheiben)
3 cm Vanilleschote	Parmesanspäne	Blüten, Kerbelblättchen, Minze

Für den Teig die Kartoffeln in kochendem Salzwasser weich garen, abgießen, noch heiß pellen und durch die Kartoffelpresse drücken. Auf einem großen Teller oder einem Tablett ausbreiten, ausdampfen lassen und zugedeckt mehrere Stunden auskühlen lassen.

Die ausgekühlten Kartoffeln mit Speisestärke, Mehl, Grieß, Ei, brauner Butter und Parmesan in eine Schüssel geben. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und zu einem glatten, kompakten Teig erarbeiten.

Für die Fülle auf die Trockenpflaumen etwas Zimt reiben und Pfeffer mahlen und in doppelgriffigem Mehl wenden.

Den Teig in 2 Stücke teilen, zu Rollen formen, in 28 gleich große Stücke schneiden (je 25-28 g). Jedes Teigstück zu einer Kugel formen, flach drücken, je ein Pflaumenstück darauf legen, in Kartoffelteig hüllen und mit einem nassen Esslöffel in der benetzten hohlen Hand zu Nockerl formen.

Ein Tablett mit Frischhaltefolie bespannen und die Nockerl mit etwas Abstand darauf ablegen. Zum Kochen in einem großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen, Lorbeerblätter, Ingwer und Chili einlegen und die Nockerl darin 15 bis 20 Minuten leicht kochen.

Fertigstellung: Die braune Butter mit Lorbeerblatt, Salbei, Schnittlauch, Minze, Knoblauch und Vanille in einer großen Pfanne erwärmen. Die Gnocchi mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, abtropfen lassen und in der Gewürzbutter wenden. Die ganzen Gewürze vor dem Anrichten entnehmen.

Anrichten: Auf warmen Vorspeisentellern verteilen, mit Parmesan bestreuen und mit Blüten, Kerbel und Minze dekorieren.

Alfons Schuhbeck am 23. November 2020

Kraut-Strudel mit Kürbis-Paprika-Sauce

Für 4 Personen

Für die Strudel:

300 g vorw. festk. Kartoffeln	Salz	1 Lorbeerblatt
1 kl. getr. rote Chilischote	2 EL Öl	mildes Chilisalz
400 g Spitzkohl	Zucker	100 ml Gemüsebrühe
1 EL Petersilienblätter	gemahlener Kümmel	1 Msp. Zitronen-Abrieb
70 g braune Butter	2 EL geschälte gemahlene Mandeln	$\frac{1}{2}$ Apfel
12 Strudelteigblätter	1 TL ganzer Kümmel	$\frac{1}{2}$ TL Meersalz

Für die Sauce:

1 TL schwarze Pfefferkörner	1 TL Korianderkörner	1 Tl Pimentkörner
$\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ TL Zimtsplitter	1 rote Paprikaschote	150 g Hokkaido-Kürbis
$\frac{1}{4}$ l Gemüsebrühe	1 fein gerieb. Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ TL gemahlene Kurkuma
$\frac{1}{4}$ TL Räucherpaprika	40 g kalte Butter (in Stücken)	Salz

Für die Strudel die Kartoffeln schälen, waschen, in 1 cm große Würfel schneiden und in Salzwasser mit Lorbeerblatt und Chili 8 bis 10 Minuten fast weich garen. Abgießen und kurz ausdampfen lassen, Chili und Lorbeerblatt entfernen. In einer Pfanne in 1 EL Öl anbraten, mit Chilisalz würzen.

Den Kohl putzen, entstrunken, waschen und in dünne Streifen hobeln.

Einen großen Topf erhitzen, das Kraut hineingeben, mit Salz und 1 Prise Zucker würzen.

Die Brühe dazugießen, alles mit einem Blatt Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt 10 bis 15 Minuten dünsten, dabei öfter umrühren. Petersilie dazugeben, mit 1 Prise Kümmel, Zitronenschale, Chilisalz und 1 bis 2 EL Butter würzen. Die Flüssigkeit ggf. abgießen, Mandeln untermischen, das Kraut abkühlen lassen.

Den Apfel schälen, halbieren und entkernen. Die Viertel in $\frac{1}{2}$ bis 1 cm große Würfel schneiden. Das Kraut mit Kartoffeln und Äpfeln mischen, bei Bedarf nachwürzen. Den Backofen auf 200°C vorheizen. Die übrige braune Butter zerlassen.

Je 1 Strudelblatt auf ein Küchentuch legen und mit zerlassener brauner Butter bestreichen, mit einem zweiten Strudelblatt belegen, ebenfalls mit Butter bestreichen und mit einem dritten Blatt belegen.

Ein Viertel der Krautfüllung in der Mitte als Rechteck (etwa 6 x 12 cm Größe) auf dem Teig verteilen. Den Teig über der Füllung zusammenklappen, die seitlichen Enden aufeinanderdrücken und bis auf etwa 1 cm abschneiden. Übrigen Teig und Füllung ebenso zu 3 Strudeln verarbeiten. (Die Strudel vor dem Braten nicht zu lange liegen lassen, sonst weichen sie durch. Am besten während der Wartezeit auf ein sauberes Küchentuch legen.) Für die Sauce Pfeffer-, Koriander- und Pimentkörner sowie Zimt in eine Gewürzmühle füllen. Die Paprika längs halbieren, entkernen und waschen, mit dem Sparschäler schälen und in kleine Würfel schneiden.

Den Kürbis waschen und die Kerne mit einem Löffel entfernen, das Kürbisfleisch in 1 cm große Würfel schneiden. 6. Kürbis und Paprika mit der Brühe in einen Topf geben, mit einem Blatt Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt 15 bis 20 Minuten weich garen.

Knoblauch, Kurkuma und Räucherpaprika hinzufügen, mit wenig Mischung aus der Gewürzmühle würzen und alles mit dem Stabmixer fein pürieren.

Die kalte Butter unterrühren, die Sauce mit Salz würzen und bei Bedarf noch etwas nachwürzen. Zum Servieren eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und jeweils etwas Öl mit einem Pinsel darin verstreichen. Die Strudel zuerst auf der Naht bei milder Hitze anbraten, dann wenden und auf der anderen Seite braten, zuletzt auch an den Seiten etwas braten. Die Oberseite mit der übrigen braunen Butter bestreichen und mit dem ganzen Kümmel und Meersalz bestreuen.

Warm halten.

Die Sauce auf vorgewärmte Teller verteilen, die Krautstrudel schräg halbieren und daraufsetzen.
Nach Belieben mit Salatblättern oder essbaren Blüten garnieren.

Alfons Schuhbeck am 16. Juni 2020

Mariniertes Wurzel-Gemüse, gebratene Kartoffel-Nockerln

Für 4 Personen

Für das Gemüse:

200 g grüner Spargel	200 g Karotten	200 g gelbe Karotten
150 ml Gemüsebrühe	1 kleine getr. rote Chilischote	1 Zimtsplitter
1 Knoblauchzehe (in Scheiben)	1/2 TL schwarze Pfefferkörner	1/2 TL Korianderkörner
Anis- und Fenchelsamen	Zimtsplitter	2 EL Weißweinessig
2 EL mildes Olivenöl	mildes Chilisalز	Zucker

Für die Quinoa:

175 ml Gemüsebrühe	1 Lorbeerblatt	1 Knoblauchzehe (Scheiben)
2 Scheiben Ingwer	3 EL rote Quinoa	1 Msp. Zitronen-Abrieb
1 Msp. Orangen-Abrieb		

Für die Nockerl:

450 g mehligk. Kartoffeln	Salz	120 g Magerquark
50 g Speisestärke	80 g Weizengrieß	1 Ei
mildes Chilisalز	Muskatnuss	50 g braune Butter
1 Knoblauchzehe (Scheiben)	3 Scheiben Ingwer	2 Lorbeerblätter
2 Petersilienstiele		

Außerdem:

Kräuterblätter

Für das Gemüse den Spargel waschen, im unteren Drittel schälen, holzige Enden entfernen und die Spargelstangen schräg halbieren. Beide Karottensorten putzen, schälen, schräg in $\frac{1}{2}$ cm dicke Scheiben schneiden und mit der Brühe in einen Topf geben. Chili, Zimt und Knoblauch hinzufügen, alles mit einem Blatt Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt 10 bis 15 Minuten weich dünsten. Dabei nach 5 Minuten den Spargel hinzufügen und mitdünsten.

Pfeffer, Koriander, Anis, Fenchel und Zimt in eine Gewürzmühle füllen. Das Gemüse vom Herd nehmen, Chili und Zimt wieder entfernen und den Sud für die Marinade in eine Schüssel gießen. Essig und Olivenöl unterrühren und alles mit Chilisalز, 1 Prise Zucker und der Mischung aus der Gewürzmühle würzen. Das Gemüse trocken tupfen. Das Gemüse noch warm in der Marinade wenden und darin kurz ziehen lassen.

Die Quinoa mit Brühe, Lorbeerblatt, Knoblauch und Ingwer in einen Topf geben, mit einem Blatt Backpapier belegen und alles knapp unter dem Siedepunkt etwa 30 Minuten garen, bis die Körner gar, aber noch knackig sind. Die ganzen Gewürze wieder entfernen und die Quinoa mit Zitronen- und Orangenschale würzen.

Für die Nockerl die Kartoffeln mit Schale in reichlich Salzwasser weich garen. Abgießen, kurz ausdampfen lassen, heiß pellen, durch die Kartoffelpresse drücken und auf einem Backblech abkühlen lassen.

Inzwischen den Quark in ein sauberes Küchentuch geben, das Tuch über dem Quark zusammenfassen und die Flüssigkeit aus dem Quark herauspressen (für 60 bis 70 g ausgedrückten Quark). Mit den Händen 375 g Kartoffelschnee mit Quark, Speisestärke, Grieß, Ei, Chilisalز, etwas Muskatnuss und 30 g brauner Butter rasch zu einem glatten Teig verkneten. In einem Topf reichlich Salzwasser aufkochen und Knoblauch, Ingwer, Lorbeerblatt und Petersilienstiele hineingeben. Aus der Kartoffelmasse mit zwei Löffeln, die zwischendurch in Wasser getaucht werden, Nockerl formen und im siedenden Salzwasser knapp unter dem Siedepunkt je nach Größe 5 bis 10 Minuten ziehen lassen. Die Nockerl sind fertig, wenn sie an die Oberfläche steigen.

Die Nockerl mit dem Schaumlöffel herausnehmen, kurz abtropfen lassen und in einer großen Pfanne in der übrigen braunen Butter anbraten. Zuletzt die Quinoa einstreuen und die Nockerl

darin wenden.

Das Gemüse auf vorgewärmte Teller verteilen und die Nockerl mit der Quinoa daraufsetzen. Mit Kräuterblättern dekorieren.

Alfons Schuhbeck am 06. Juli 2020

Offenes Omelett mit Gemüse-Gröstl

Für 2 Personen

Für das Gröstl:

5 festk. Mini-Kartoffeln	Salz	2 Frühlingszwiebeln
1 Handvoll Pfifferlinge	2 Steinpilze	60 g Zucchini
1 Handvoll Cocktailtomaten	1 TL Fenchelsamen	1 Tl ganzer Kümmel
12 TL Öl	1 kl. getr. rote Chilischote	mildes Chilusalz

Für das Omelett:

4 Eier	4 EL Milch	Salz
1 TL braune Butter	mildes Chilusalz	

Außerdem:

100 g Mozzarellakugeln	12 EL Kräuterpesto	Thai-Basilikumblätter
------------------------	--------------------	-----------------------

Für das Gröstl die Kartoffeln mit Schale in Salzwasser weich garen.

Abgießen, kurz ausdampfen lassen, heiß pellen und in Scheiben schneiden.

Inzwischen die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und schräg in etwa 2 cm-lange Stücke schneiden. In Salzwasser (oder nach Belieben in 50 ml Brühe) etwa 2 Minuten blanchieren, in ein Sieb abgießen kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Die Pfifferlinge gründlich putzen, falls nötig, waschen und trocken tupfen. Die Steinpilze putzen, trocken abreiben und je nach Größe halbieren, vierteln oder in etwa $\frac{1}{2}$ cm dicke Scheiben schneiden. Die Zucchini putzen, waschen, längs halbieren und in $\frac{1}{2}$ bis 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Tomaten waschen und halbieren. Fenchel und Kümmel in eine Gewürzmühle füllen.

Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, $\frac{1}{2}$ TL Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Pilze anbraten. Wieder aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Nochmals etwas Öl in der Pfanne verstreichen und die Kartoffelscheiben darin anbraten. Nach ein paar Minuten Frühlingszwiebeln, Zucchini und Chilischote dazugeben und mitbraten. Pilze und Tomaten hinzufügen und darin kurz erhitzen. Alles mit Chilusalz und der Mischung aus der Gewürzmühle würzen. Zum Servieren die Chilischote wieder entfernen.

Für das Omelett den Backofengrill vorheizen und ein Ofengitter in das untere Drittel des Backofens schieben. Die Eier trennen. Die Eigelbe mit der Milch in einer Schüssel verrühren. Die Eiweiße in einer Schüssel mit 1 Prise Salz mit den Quirlen des Handrührgeräts zu einem cremigen Eischnee aufschlagen. Den Eischnee unter die Eigelbmilch ziehen.

Eine ofenfeste Pfanne bei milder Temperatur erhitzen und $\frac{1}{2}$ TL braune Butter mit einem Pinsel darin verstreichen. Die Hälfte der Eiermasse in der Pfanne verteilen und 1 bis 2 Minuten hell anbacken.

Dann das Omelett unter dem Backofengrill auf der untersten Schiene 2 bis 3 Minuten goldbraun backen, herausnehmen und warm halten. Aus der restlichen Eiermasse auf dieselbe Weise ein zweites Omelett zubereiten. Alternativ gleichzeitig mit zwei kleinen Pfannen arbeiten.

Zum Servieren die Mini-Mozzarellakugeln halbieren. Die Omeletts zusammengeklappt oder in Stücke geschnitten auf vorgewärmten Teller anrichten und mit Chilusalz würzen. Das Gemüsegröstl daneben anrichten und die Mozzarellahälften dazwischenstecken. Etwas Kräuterpesto darum herumträufeln und alles mit Thai-Basilikum sowie nach Belieben mit Dillspitzen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 24. Juni 2020

Rahmknödel 'Valentin'

Für 4 Personen

Für die Schwammerl:

½ l Gemüsebrühe	3 EL getr. Champignons	200 g Sahne
1 2 TL Speisestärke	1 Lorbeerblatt	1 kl. getr. rote Chilischote
1 Knoblauchzehe	2 Scheiben Ingwer	mildes Chilisalz
600 g Pilze	½ Zwiebel	1/2 TL Fenchelkörner
1/2 TL Korianderkörner	1/2 TL schwarze Pfefferkörner	1/2 TL ganzer Kümmel
1 2 TL Öl	1 EL Petersilienblätter	1 2 TL braune Butter
1 Msp. Zitronen-Abrieb		

Für die Semmelknödel:

300 g altbackenes Weißbrot	¼ l Milch	3 Eier
mildes Chilisalz	Muskatnuss	½ Zwiebel
2 EL gemischte Kräuterblätter		

Außerdem:

4 Dillstiele

Für die Schwammerl für die Sauce die Brühe erhitzen und die getrockneten Pilze darin knapp unter dem Siedepunkt 20 Minuten ziehen lassen. In ein Sieb abgießen, dabei die Pilzbrühe auffangen. Die Pilze kurz abkühlen lassen und fein hacken, für die Knödel beiseitestellen.

Die Pilzbrühe mit der Sahne erhitzen. Die Speisestärke mit wenig kaltem Wasser glatt rühren, in die Sauce geben und 2 Minuten köcheln lassen, bis diese sämig bindet. Lorbeerblatt, Chili, Knoblauch, Ingwer und etwas Chilisalz hinzufügen und alles einige Minuten ziehen lassen.

Die Sauce in ein Sieb abgießen, die ganzen Gewürze entfernen.

Die Pilze putzen und falls nötig, trocken abreiben (Pfifferlinge gründlich putzen, falls nötig, waschen und trocken tupfen). Alle Pilze in Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Koriander-, Pfeffer- und Fenchelkörner sowie Kümmel in eine Gewürzmühle füllen. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Zwiebeln leicht andünsten. Die Pilze dazugeben und darin etwa 3 Minuten anbraten. Die Petersilie hinzufügen, mit den Gewürzen aus der Mühle würzen und braune Butter und Zitronenschale dazugeben, warm halten.

Für die Semmelknödel das Weißbrot in möglichst dünne Scheiben schneiden und mit den gehackten Trockenpilzen vom Saucenansatz in eine Schüssel geben. Die Milch aufkochen, nach und nach mit den Eiern verrühren und mit Chilisalz und 1 Prise Muskatnuss würzen. Die Eiermilch mit dem Weißbrot mischen, dabei aber nicht zu fest drücken.

Die Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit 100 ml Wasser weich garen, bis die Flüssigkeit eingekocht ist. Mit den Kräutern zur Weißbrotmasse geben, mit einem Küchentuch bedeckt 20 Minuten ziehen lassen. Danach aus der Knödelmasse mit angefeuchteten Händen 8 Knödel formen und in siedendem Salzwasser etwa 20 Minuten ziehen lassen. Mit dem Schaumlöffel herausheben und abtropfen lassen.

Zum Servieren den Dill waschen, trocken tupfen und die Spitzen abzupfen. Die Sauce in vorgewärmte tiefe Teller verteilen, die Pilze darauf mittig anrichten und die Knödel daraufsetzen. Mit Dillspitzen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 23. Januar 2020

Safran-Risotto mit Rosenkohl-Blättern und Dukkah

Für zwei Personen

Für das Risotto:

150 g Risotto-Reis

$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe

3 cm Ingwer

20 g kalte Butter

20 g Parmesan

600 ml Gemüsefond

10 g Safranfäden

Chilisalz

Salz

Für den Rosenkohl mit Dukkah:

1 Handvoll Rosenkohl

Dukkah

Butter, Salz

Für das Risotto:

Die Safranfäden ca. 15 bis 20 Minuten vor der Verarbeitung in 2 Esslöffel warmem Wasser einweichen.

Risottoreis waschen, kurz abtropfen lassen, dann den Reis in einen Topf geben und mit Fond aufgießen. Safran hinzugeben. Knoblauch abziehen und fein reiben. Ingwer mitsamt der Schale ebenfalls reiben. Knoblauch und Ingwer zum Reis in den Topf geben, dann alles einmal aufkochen lassen und umrühren. Backpapier auf die Größe des Topfes zuschneiden und hineinlegen. Temperatur herunterschalten und Risotto knapp unter dem Siedepunkt ca. 20 Minuten garen, bis das Risotto schön cremig ist, die Reiskörner aber noch einen leichten Biss haben.

Butter unter das Risotto rühren. Parmesan reiben. Risotto vom Herd nehmen und 1 Esslöffel Parmesan unter das Risotto heben. Restlichen Parmesan für die Garnitur verwenden. Risotto mit Chilisalz abschmecken.

Für den Rosenkohl mit Dukkah:

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Rosenkohl putzen, in einzelne Blätter teilen und in Salzwasser etwa 2 Minuten leicht bissfest blanchieren. Abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Butter in einem Topf auslassen und die Rosenkohlblätter darin schwenken. Mit Salz und Dukkah würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 14. Dezember 2020

Sellerie-Rostbraten mit Rahm-Spinat und Schwarzwurzeln

Für zwei Personen

Für den Rostbraten:

15 g getrock. Weißbrotbrösel	1 Knollensellerie	60 g weiche Butter
1 TL Café de Paris-Gewürz	mildes Chilisalز	Öl
Salz		

Für den Rahmspinat:

400 g Babyspinat	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	100 g Sahne
3 EL Gemüsefond	1 Vanilleschote	1 Muskatnuss
Chiliflocken	Salz	

Für die Schwarzwurzeln:

3 Schwarzwurzeln, 20 cm	1 Zitrone	40 ml eiskalter Weißwein
50 g Mehl	12 g Speisestärke	1 TL neutrales Öl
Mehl	mildes Chilisalز	Öl
Salz		

Den Backofen auf 230 Grad (Grillfunktion) vorheizen.

Butter schaumig rühren und Café de Paris-Gewürz unterrühren. Mit Chilisalز würzen und Brösel unterrühren. Die Masse mithilfe von Backpapier zu einer Rolle von 2 bis 3 cm Durchmesser formen und $\frac{1}{2}$ Stunde zum Durchkühlen in den Kühlschrank oder für 10 Minuten in den Tiefkühler legen.

Sellerie schälen, 2 große 1,5 cm dicke Scheiben abschneiden und diese 10-15 Minuten in Salzwasser fast weichkochen. Scheiben mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Eine Grillpfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, etwas Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Scheiben auf beiden Seiten hell grillen. Scheiben nebeneinander auf ein Backblech legen. Die gekühlte Gratiniermasse aus dem Kühlfach nehmen, in dünne Scheiben schneiden und leicht überlappend auf die Selleriescheiben legen. Die gratinierten Sellerie-Scheiben auf der mittleren Schiene im Backofen etwa 4 Minuten goldbraun backen.

Für den Rahmspinat:

Spinat waschen, trockenschleudern und grobe Stiele entfernen. Die Hälfte vom Spinat im Fond kurz erhitzen, Sahne angießen und kurz köcheln lassen. Spinat und Sahne in einen Rührbecher geben, mit dem Stabmixer pürieren und dann wieder in die Pfanne gießen. Restliche Spinatblätter hinzufügen. Knoblauch abziehen, in Scheiben schneiden und zum Spinat geben. 3 cm der Vanilleschote abtrennen und auch zum Spinat geben. Einige Minuten ziehen lassen. Muskatnuss reiben und 1 Msp. auffangen. Mit Salz, Chiliflocken und Muskat würzen.

Für die Schwarzwurzeln:

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen und zum Kochen bringen.

Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Ein Glas mit lauwarmen Wasser füllen und Zitronensaft hinzufügen. Schwarzwurzeln unter fließendem kaltem Wasser gründlich bürsten, schälen, in je 2 bis 4 Stücke schneiden und sofort in das Zitronenwasser legen. Dabei am besten mit Einweghandschuhen arbeiten. Schwarzwurzeln abgießen und in kochendem Salzwasser je nach Dicke 4 bis 5 Minuten leicht bissfest garen. Dünnere Stücke der Wurzelspitze 2 Minuten später dazugeben.

Schwarzwurzeln abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Für die Panade Mehl und Speisestärke mischen und mit 60 ml eiskaltem Wasser, Weißwein und Öl verrühren. Mit Chilisalز würzen.

Öl in der Fritteuse oder in einem hohen Topf auf 180 Grad erhitzen. Schwarzwurzelstücke in Mehl wenden, durch den Backteig ziehen, etwas abtropfen lassen und im heißen Fett 2 bis 3 Minuten knusprig ausbacken. Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Chilisalز

bestreuen.

Für den perfekten Garpunkt Schwarzwurzeln schälen, in Wasser einlegen und wenn sie gegart sind, in eiskaltem Wasser abschrecken.

Für die Apfel-Spalten:

Apfel waschen, trockentupfen, von Kernen und Scheidewänden befreien und in Spalten schneiden. Puderzucker in einer Pfanne bei mittlerer Hitze hell karamellisieren. Apfelspalten von beiden Seiten darin andünsten und Butter hineinschmelzen lassen.

Rahmspinat mittig auf einem warmen Teller verteilen. Sellerierostbraten daraufsetzen und Apfelspalten und gebackene Schwarzwurzelstücke anlegen. Das Gericht servieren.

Alfons Schuhbeck am 10. Januar 2020

Spaghetti mit Gemüse-Bolognese

Für 4 Personen

Für die Bolognese:

1 kleine Zwiebel	1 Karotte	1 rote Paprikaschote
$\frac{1}{2}$ kleine Fenchelknolle	2 Stangen Staudensellerie	$\frac{1}{4}$ Zucchini (ca. 70 g)
4 Frühlingszwiebeln	1 TL Puderzucker	1 EL Tomatenmark
$\frac{1}{2}$ l Gemüsebrühe	150 g passierte Tomaten	50 g feines Sojagranulat
1 Lorbeerblatt	$\frac{1}{4}$ TL getr. Oregano	$\frac{1}{4}$ TL Rosmarin
$\frac{1}{4}$ TL Thymian	$\frac{1}{4}$ TL Bohnenkraut	2 gerieb. Knoblauchzehen
$\frac{1}{2}$ TL geriebener Ingwer	$\frac{1}{2}$ - 1 TL Zitronen-Abrieb	1 Msp. Orangen-Abrieb
mildes Chilisalز	Pfeffer	

Für die Nudeln:

400 g Spaghetti	Salz	3 Scheiben Ingwer
300 ml Gemüsebrühe	1 EL kalte Butter	

Außerdem:

4 EL Parmesanspäne

Für die Bolognese Zwiebel und Karotte putzen, schälen und in 2 mm große Würfel schneiden. Die Paprikaschote längs vierteln, entkernen und waschen, die Viertel mit dem Sparschäler schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Fenchel putzen, waschen und samt Strunk in 2 mm große Würfel schneiden. Staudensellerie und Zucchini putzen, waschen und in 2 mm große Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und samt dem Grün in dünne Ringe schneiden. Den Puderzucker in einer großen tiefen Pfanne oder einem Topf bei mittlerer Hitze karamellisieren. Zwiebel, Karotte, Paprika, Fenchel und Staudensellerie darin andünsten. Das Tomatenmark dazugeben und kurz mitrösten. Die Brühe dazugießen, die passierten Tomaten hinzufügen und das Sojagranulat einstreuen. Alles mit einem Blatt Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt etwa 30 Minuten garen.

Nach 15 Minuten Garzeit das Lorbeerblatt hinzufügen. Zuletzt die Zucchiniwürfel und Frühlingszwiebeln unterrühren. Kräuter, Knoblauch, Ingwer, Zitronen- und Orangenschale hinzufügen und alles noch einige Minuten ziehen lassen. Die Sauce mit Chilisalز und Pfeffer würzen und nach Belieben etwas kalte Butter hinzufügen.

Für die Nudeln die Spaghetti in reichlich kochendem Salzwasser mit dem Ingwer, 3 Minuten kürzer als auf der Packung angegeben, garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, den Ingwer wieder entfernen.

Zum Servieren die Brühe in einer tiefen Pfanne erhitzen. Die vorgegarten Spaghetti dazugeben und etwa 2 Minuten garen, bis sie fast die gesamte Flüssigkeit aufgenommen haben. Zuletzt die kalte Butter unterrühren.

Die Spaghetti auf vorgewärmte Pastateller verteilen und die Gemüsebolognese darauf anrichten. Mit Parmesanspänen bestreut servieren.

Alfons Schuhbeck am 16. Juni 2020

Verschiedenes

Heurigen-Büffet

Für 4 Personen

$\frac{1}{2}$ Zwiebel	$\frac{1}{2}$ TL Kapern (in Lake)	3 Sardellenfilets
$\frac{1}{2}$ Essiggurke	250 g Frischkäse	50 g weiche Butter
1 TL Dijon-Senf	Salz	Pfeffer
1 geriebene Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ TL geriebener Ingwer	2 TL edelsüßes Paprikapulver
$\frac{1}{2}$ TL Räucherpaprikapulver	gemahlener Kümmel	$\frac{1}{2}$ TL Zitronen-Abrieb

Eieraufstrich:

10 Safranfäden	1 Msp. gemahlene Kurkuma	4 hart gekochte Eier
1 EL Mayonnaise (ca. 25 g)	100 g Frischkäse	1 TL Dijon-Senf
1 Msp. gerieb. Knoblauch	1 Msp. gerieb. Ingwer	50 g weiche Butter
mildes Chilisalz	2 EL Zwiebelwürfel	2 EL Essiggurkenwürfel
1 EL Schnittlauchröllchen		

Eingelegter Radi:

20 g Salz	80 g Zucker	80 ml Weißweinessig
1 EL Gewürztee	500 g weißer Rettich	

Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Kapern, Sardellenfilets und die Essiggurke abtropfen lassen und fein hacken. Den Frischkäse und die weiche Butter glatt rühren und Senf, Zwiebel, Kapern, Sardellen und Essiggurke untermischen. Alles mit Salz, Pfeffer, Knoblauch, Ingwer, Paprikapulver, Räucherpaprika, 1 Prise Kümmel und Zitronenschale würzen. Den Liptauer in eine kleine Schüssel geben und nach Belieben mit Kapernäpfeln, Dillspitzen und Sardellenfilets garnieren.

Eieraufstrich:

Die Safranfäden und die Kurkuma in einer Tasse in 1 EL heißem Wasser etwa 10 Minuten einweichen. Inzwischen die Eier pellen und in kleine Würfel schneiden.

In einem hohen Rührbecher Mayonnaise, Frischkäse, Senf, Knoblauch, Ingwer und weiche Butter mit dem Safran-Kurkuma-Wasser mit dem Stabmixer verrühren und alles mit Chilisalz würzen. Dann Eier, Zwiebel und Gurke unterrühren. Den Aufstrich in eine kleine Schüssel füllen und mit den Schnittlauchröllchen bestreuen.

Eingelegter Radi:

In einem Topf $\frac{1}{2}$ l Wasser mit Salz, Zucker und Essig einmal aufkochen.

Dann vom Herd nehmen, den Gewürztee einstreuen und etwa 10 Minuten ziehen lassen.

Anschließend den Tee durch ein Sieb gießen. Inzwischen den Rettich putzen, schälen und in 2 bis 3 mm dünne Scheiben schneiden oder hobeln. Den Rettich in ein großes Einmachglas (ca. 1 l Inhalt) geben und mit so viel heißem Fond übergießen, dass er damit vollständig bedeckt ist. Alles durchrühren und im Kühlschrank mehrere Stunden, am besten 1 Tag, durchziehen lassen. Zum Servieren den Rettich herausnehmen und abtropfen lassen, nach Belieben mit Kerbelblättern garnieren. Er hält sich im Kühlschrank mehrere Tage und passt zu jeder Brotzeit.

Alfons Schuhbeck am 14. September 2020

Kopfsalat-Pesto

Für 4-6 Personen

80 g Kopfsalatblätter	1 EL Mandelblättchen	1 Bund Petersilie
Salz	$\frac{1}{2}$ geriebene Knoblauchzehe	1 Msp. geriebener Ingwer
1 EL geriebener Parmesan	40 ml Gemüsebrühe	40 ml mildes Olivenöl
40 ml Rapsöl	mildes Chilisalz	

Die Salatblätter waschen und trocken tupfen. Die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Die Petersilie waschen und trocken tupfen. Die Blätter abzupfen und in kochendem Salzwasser 2 Minuten blanchieren, in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und mit den Händen gut ausdrücken.

Salatblätter, Petersilie, Knoblauch, Ingwer, Parmesan, Mandelblättchen, Brühe, Olivenöl und Öl in einem hohen Rührbecher mit dem Stabmixer oder im Blitzhacker grobkörnig pürieren. Das Pesto mit Chilisalz abschmecken.

Alfons Schuhbeck am 28. Januar 2020

Vorspeisen

Forelle mit Lauch-Tomaten-Gemüse

Für 4 Personen

Für das Gemüse:

1 dünne Stange Lauch	2 Stangen Staudensellerie	$\frac{1}{2}$ Fenchel
4 Tomaten	80 ml Gemüsebrühe	1 Lorbeerblatt
1 kl. getr. rote Chilischote	3 cm Vanilleschote	1 Knoblauchzehe (Scheiben)
2 Scheiben Ingwer	1 EL Butter	1 EL Kerbelblätter
1 EL Dillspitzen	mildes Olivenöl	1 Spr. Zitronensaft
mildes Chilisalz		

Für den Fisch:

4 Forellenfilets	1 TL Öl	2 EL doppelgriff. Mehl
Salz	Pfeffer	

Für das Gemüse den Lauch längs halbieren, gründlich waschen und schräg in etwa $\frac{1}{2}$ cm breite Streifen schneiden. Staudensellerie und Fenchel putzen, waschen und ebenfalls in $\frac{1}{2}$ cm breite Streifen schneiden. Das Fenchelgrün zum Garnieren beiseitestellen. Die Tomaten kreuzweise einritzen, überbrühen, kalt abschrecken und häuten, dann vierteln und entkernen.

Das Fruchtfleisch längs in $\frac{1}{2}$ bis 1 cm breite Streifen schneiden.

Lauch, Sellerie und Fenchel in einem Topf mit der Brühe offen bei milder Hitze etwa 5 Minuten dünsten. Lorbeer, Chilischote, Vanille, Knoblauch und Ingwer hinzufügen. Die Tomatenfilets dazugeben, alles kurz erhitzen und 1 bis 2 Minuten ziehen lassen. Lorbeer, Chilischote und Vanille nach Belieben wieder entfernen. Die Butter unterrühren und alles mit Kerbel, Dill und Fenchelgrün garnieren, warm halten.

Für den Fisch die Forellenfilets waschen und trocken tupfen. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen.

Den Fisch mit der Hautseite kurz in das doppelgriffige Mehl legen, dann auf der Hautseite im Öl bei mittlerer Hitze etwa 3 Minuten kross braten. Den Fisch wenden, die Pfanne vom Herd nehmen und den Fisch in der Nachhitze der Pfanne saftig und glasig durchziehen lassen. Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Zum Servieren das Gemüse auf vorgewärmte Teller verteilen. Etwas Olivenöl und den Zitronensaft über das Gemüse träufeln und die Fischstücke daraufsetzen, mit Chilisalz bestreuen.

Alfons Schuhbeck am 16. Oktober 2020

Grenadiermarsch

Für 4 Personen

200 g Rinderfilet	2 ½ TL Öl	2 cl Anislikör
300 g gemischte Pilze	150 g Kochschinken	3 Frühlingszwiebeln
500 g gegarte Kartoffeln	1 TL Zitronen-Abrieb	250 g Fusilli
Salz	100 g TK-Erbesen	mildes Chilisalز
1 TL getr. Majoran	einige Cornichons	

Das Fleisch in größere Würfel schneiden. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und ½ TL Öl mit einem Pinsel darin verstreichen, das Fleisch anbraten.

Dann mit dem Anislikör flambieren (dazu den Likör vorher in einem Topf erwärmen, in eine Schöpfkelle geben und anzünden). Das Fleisch herausnehmen und auf einem vorgewärmten Teller beiseitestellen.

Die Pilze putzen, trocken abreiben und in grobe Stücke schneiden.

Das Schwarzgeräucherte in etwa ½ cm kleine Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Die Kartoffeln in Würfel schneiden.

Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und 1 TL Öl mit einem Pinsel darin verstreichen.

Die Pilze anbraten, das Schwarzgeräucherte dazugeben und kurz mitbraten.

Frühlingszwiebeln und Zitronenschale hinzufügen. Alles herausnehmen und beiseitestellen.

Währenddessen die Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

Erneut die Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und das übrige (1 TL) Öl mit einem Pinsel darin verstreichen. Die Kartoffeln goldbraun anbraten. Dann Nudeln und Erbsen dazugeben und alles mit Chilisalز und Majoran würzen. Zuletzt die Fleischwürfel und den Pilz-Mix untermischen, alles nochmals kurz erwärmen und abschmecken.

Zum Servieren den Grenadiermarsch auf vorgewärmten Tellern anrichten. Die Cornichons halbieren und daraufsetzen. Nach Belieben mit Mini-Basilikum garnieren und mit brauner Butter beträufeln.

Alfons Schuhbeck am 02. Oktober 2020

Kraut-Nudel-Fleckerl mit Schinken

Für 4 Personen

Für die Fleckerl:

250 g Farfalle	Salz	1 Lorbeerblatt
2 Scheiben Ingwer	1 kl. getr. rote Chilischote	2 Kardamomkapseln
$\frac{1}{2}$ TL gemahlene Kurkuma	600 g Spitzkohl	2 Schalotten
200 g Kochschinken	150 g Champignons	2 Tomaten
200 ml Hühnerbrühe	mildes Chilisalz	getr. Majoran
1 gerieb. Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ TL geriebener Ingwer	$\frac{1}{2}$ TL Zitronen-Abrieb
1 EL Petersilienblätter	1 EL Minzeblätter	1 EL Dillspitzen
2 EL braune Butter		

Für die Röstzwiebeln:

Öl	3 Schalotten	2 EL doppelgr. Mehl
$\frac{1}{2}$ TL edelsüßes Paprikapulver	Salz	

Für die Fleckerl die Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser mit Lorbeerblatt, Ingwer, Chilischote, Kardamom und Kurkuma etwa 2 Minuten kürzer als auf der Packung angegeben garen, dabei ab und zu umrühren. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, die ganzen Gewürze wieder entfernen.

Inzwischen vom Spitzkohl die äußeren Blätter und den harten Strunk entfernen. Die Blätter waschen, trocken schleudern und in etwa 2 cm große Rauten schneiden. Schalotten schälen und in Ringe schneiden. Schinken in etwa $1\frac{1}{2}$ cm große Rauten schneiden. Pilze putzen, trocken abreiben und in etwa $\frac{1}{2}$ cm dünne Scheiben schneiden. Tomaten kreuzweise einritzen, überbrühen, kalt abschrecken und häuten, längs in $\frac{1}{2}$ bis 1 cm breite Streifen schneiden und entkernen.

Für die Röstzwiebeln reichlich Öl in einer Fritteuse oder einem großen Topf auf 170°C erhitzen. Die Schalotten schälen und in dünne Ringe schneiden. Das Mehl mit dem Paprikapulver mischen, die Schalotten darin wenden und überschüssiges Mehl abschütteln.

Dann die Schalotten im Öl knusprig braun frittieren. Mit dem Schaumlöffel herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen.

Den Spitzkohl in einer großen Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze andünsten. Schalotten, Nudeln und etwas Brühe dazugeben und alles knapp unter dem Siedepunkt einige Minuten ziehen lassen. Dann Schinken und Pilze hinzufügen und alles kurz köcheln lassen. Tomaten dazugeben und erhitzen. Alles mit Chilisalz, 1 Prise Majoran, Knoblauch, Ingwer und Zitronenschale würzen. Petersilie, Minze und Dill dazugeben, die braune Butter unterrühren und alles kurz schwenken.

Zum Servieren die Kraut-Nudel-Fleckerl auf vorgewärmten Tellern oder in einer Gusseisenpfanne anrichten und mit den Röstzwiebeln garnieren. Nach Belieben mit Minze und Dill sowie mit Scheiben von schwarzen Nüssen (eingelegten unreifen Walnüssen) garnieren.

Alfons Schuhbeck am 06. September 2020

Nuggets

Für 4 Personen

Für das Gemüse:

400 g grüner Spargel	2 Karotten	$\frac{1}{2}$ Salatgurke
50 ml Gemüsebrühe	1 Knoblauchzehe	2 Scheiben Ingwer
1 EL kalte Butter	mildes Chilusalz	

Für die Chilisauce:

1 geh. EL Speisestärke (15 g)	1 mittelscharfe rote Chilischote	50 g Zucker
1 TL Salz	3 EL Weißweinessig	$\frac{1}{2}$ geriebene Knoblauchzehe
$\frac{1}{2}$ TL fein geriebener Ingwer	1 Msp. mildes Currypulver	1 EL Tomatenketchup

Für die Nuggets:

4 Hähnchenbrustfilets	1 EL Brathähnchengewürz	2 Eier
2 EL Sahne	50 g Mehl	50 g Cornflakes
50 g Weißbrotbrösel	Öl	mildes Chilusalz

Für das Gemüse den Spargel waschen, nur im unteren Drittel schälen und die holzigen Enden entfernen. Die Stangen schräg in 5 bis 6 cm lange Stücke schneiden. Die Karotten putzen, schälen, längs vierteln und in 5 bis 6 cm lange Stücke schneiden. Die Gurke schälen, längs halbieren und die Kerne mit einem Teelöffel entfernen. Die Gurkenhälften erst in 5 bis 6 cm lange Stücke, dann in lange Stifte schneiden.

Spargel, Karotten und Brühe in eine große, tiefe Pfanne geben, mit einem Blatt Backpapier bedecken und das Gemüse knapp unter dem Siedepunkt 10 bis 12 Minuten ziehen lassen. Dann Knoblauch und Ingwer hinzufügen und die kalte Butter unterrühren. Vom Herd nehmen, die Gurkenstifte unterrühren, und kurz erwärmen. Mit Chilusalz würzen, warm halten.

Für die süßscharfe Chilisauce die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren. Die Chili längs halbieren, entkernen, waschen und in kleine Würfel schneiden. 375 ml Wasser mit Chili, Zucker, Salz, Essig, Knoblauch, Ingwer und Curry aufkochen, die Stärkemischung dazugeben und köcheln lassen, bis diese sämig bindet. Vom Herd nehmen, das Ketchup unterrühren, alles mit dem Stabmixer kräftig pürieren und abkühlen lassen.

Für die Nuggets die Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen, quer in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden und mit dem Brathähnchengewürz würzen. Die Eier in einen hohen Rührbecher füllen, die Sahne hinzufügen und alles mit dem Stabmixer verrühren, in einen tiefen Teller geben. Das Mehl in einen weiteren tiefen Teller geben.

Die Cornflakes in einen Gefrierbeutel geben und mit dem Nudelholz zu Bröseln zerkleinern. Die Weißbrotbrösel mit den Cornflakes mischen und ebenfalls in einen tiefen Teller geben.

Die Hähnchenstücke erst im Mehl wenden, dann durch die Eiermischung ziehen und zuletzt im Weißbrot-Cornflakes-Mix wenden. Das Öl fingerhoch in eine Pfanne geben, bei mittlerer Temperatur erhitzen und die Hähnchenstücke darin auf jeder Seite etwa 3 Minuten knusprig goldbraun braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Mit etwas Chilusalz würzen.

Das Gemüse auf vorgewärmte Teller oder in Schalen verteilen und die Hähnchen-Nuggets darauflegen. Die süßscharfe Chilisauce dazu reichen.

Alfons Schuhbeck am 03. Februar 2020

Pfifferling-Bruschetta mit Schinken

Für ca. 8 Scheiben:

200 g kleine feste Pfifferlinge	100 g gekochter Hinterschinken	2 Artischockenherzen
2 EL Zwiebelwürfel	1 TL braune Butter	6 EL Portwein
$\frac{1}{2}$ - 1 TL geschnitt. Rosmarinnadeln	$\frac{1}{2}$ gerieb. Knoblauchzehe	1 Msp. Zitronen-Abrieb
1 Prise gemahl. Kümmel	mildes Chilisalز	8 Scheiben Baguette
$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	1 - 2 EL mildes Olivenöl	

Die Pfifferlinge ganz kurz waschen, abtropfen lassen und putzen.

Gegebenenfalls etwas zerkleinern. Den Schinken in 0,5 cm große Würfel schneiden. Die Artischocken vierteln.

Die Zwiebel in einer Pfanne in der braunen Butter etwas andünsten.

Die Pfifferlinge dazu geben und 2 Minuten mitbraten. In eine kleine Schüssel füllen und mit den Schinkenwürfeln mischen.

Portwein mit Rosmarin, Knoblauch, Zitronenabrieb, Kümmel und einer Prise Chilisalز auf 1 bis 2 EL einkochen lassen und unter die Pilze mischen.

Baguettescheiben in der Pfanne oder im Backofen auf beiden Seiten goldbraun rösten. Mit Knoblauch einreiben und mit Olivenöl beträufeln.

Anrichten: Die Pilze auf den Baguettescheiben verteilen.

Alfons Schuhbeck am 26. Oktober 2020

Regensburger Dom-Spätzle

Für 4 Personen

Für die Gurken:

1 Salatgurke	4 Dillstiele	100 ml Weißweinessig
60 g Zucker	$\frac{1}{2}$ TL Salz	5 Scheiben Ingwer
1 Lorbeerblatt	1 getr. rote Chilischote	$\frac{1}{2}$ -1 TL gelbe Senfkörner
$\frac{1}{2}$ TL Koriander	$\frac{1}{2}$ TL Fenchelkörner	

Für die Spätzle:

100 g Magerquark	2 Eier	20 g Weizengrieß
1 Lorbeerblatt	3 Scheiben Ingwer	Salz, Muskatnuss
		1 getr. rote Chilischote

Für den Salat:

2 EL Weißweinessig	2 EL Öl	Salz, Pfeffer
milde Chiliflocken	100 g Cocktailtomaten	1 rote Zwiebel
4 Radieschen	50 g tiefgek. Erbsen	4 Regensburger Würste

Außerdem:

1 Handvoll Feldsalat	1 EL Dillspitzen	1-2 EL essbare Blüten
----------------------	------------------	-----------------------

Für die eingelegten Gurken die Salatgurke schälen, längs halbieren und die Kerne mit einem Teelöffel entfernen. Die Gurkenhälften in $\frac{1}{2}$ cm große Würfel schneiden. Den Dill waschen. Den Essig mit 200 ml Wasser, Zucker und Salz in einen Topf geben und Ingwer, Lorbeerblatt und Chili hinzufügen. Senf-, Koriander- und Fenchelkörner in einen Einwegteebeutel füllen, das Säckchen verschließen und ebenfalls dazugeben. Das Ganze einmal aufkochen, die Gurken mit den Dillstielen hinzufügen und im Sud einmal aufkochen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Vor der Verwendung abseihen, den Sud auffangen und für die Marinade aufheben, alle Gewürze entfernen.

Für die Spätzle Mehl, Grieß, Quark, Eier, etwas Salz und 1 Prise Muskatnuss in der Küchenmaschine oder mit den Knethaken des Handrührgeräts zu einem glatten Teig verrühren. Dabei nur so lange wie nötig rühren, damit der Teig nicht zu zäh wird.

In einem großen Topf reichlich Salzwasser mit Lorbeerblatt, Ingwer und Chili aufkochen. Den Spätzlehobel kurz ins Wasser tauchen, den Teig in mehreren Portionen einfüllen und die Spätzle ins siedende Wasser hobeln. Die Spätzle sollten dabei eher Knöpfe als lange Spätzle werden. Sobald die Spätzle an die Oberfläche steigen, einmal kurz aufkochen lassen. Mit dem Schaumlöffel herausnehmen, abtropfen und lauwarm abkühlen lassen. 4 Für den Salat inzwischen für die Marinade 50 ml Gurkeneinlegesud mit 200 ml Wasser, Essig und Öl in einer Salatschüssel gründlich verrühren und mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Chiliflocken kräftig würzen. Die Tomaten waschen, vierteln und die Viertel quer halbieren. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Radieschen putzen, waschen und in etwa $\frac{1}{2}$ cm große Würfel schneiden. Die Spätzle mit allen eingelegten Gurken, Erbsen, Tomaten, Zwiebel und Radieschen mit der Marinade mischen und den Salat etwa 10 Minuten ziehen lassen. Nach Belieben nochmals abschmecken.

Währenddessen den Feldsalat verlesen, waschen und trocken tupfen.

Den Dill und die Gänseblümchen waschen und trocken tupfen. Die Regensburger Würste enthäuten und in dünne Scheiben schneiden.

Zum Servieren die Wurstscheiben leicht überlappend auf Teller verteilen. Den Salat mit dem Schaumlöffel herausheben und mittig auf die Wurstscheiben legen. Die Wurstscheiben mit etwas Marinade beträufeln und alles mit Feldsalat, Dillspitzen und Gänseblümchen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 09. Februar 2020

Saure Zipfel 'Weiß-blau'

Für 4 Personen

2 Zwiebeln	3 angedrückte Wacholderbeeren	5 Pimentkörner
$\frac{1}{2}$ TL schwarze Pfefferkörner	14 Nürnberger Rostbratwürstel	1 TL Puderzucker
$\frac{1}{2}$ l Hühnerbrühe	1 kleines Lorbeerblatt	1 Knoblauchzehe (Scheiben)
1 EL Weißweinessig	1 Spritzer Weißwein	Salz
Zucker	getr. Majoran	milde Chiliflocken
Muskatnuss	30 g kalte Butter	

Außerdem:

1 EL Schnittlauchröllchen	essbare blaue Blüten	4 Sauerkleeblätter
---------------------------	----------------------	--------------------

Die Zwiebeln schälen und in $1\frac{1}{2}$ cm große Blätter schneiden. Die Wacholderbeeren, Piment- und Pfefferkörner in einen Einwegteebeutel füllen und das Säckchen verschließen. Die Rostbratwürstel schräg in 1 cm breite Stücke schneiden.

Den Puderzucker in einem Topf bei milder Hitze hell karamellisieren, die Zwiebeln hinzufügen und darin andünsten. Die Brühe mit Lorbeerblatt, Gewürzsäckchen und Knoblauch dazugeben und die Zwiebeln knapp unter dem Siedepunkt etwa 10 Minuten ziehen lassen. Dann die Wurstscheiben dazugeben und im Sud kurz erhitzen, jedoch nicht kochen lassen.

Den Sud mit Essig, Wein, Salz sowie je 1 Prise Zucker, Majoran, Chiliflocken und Muskatnuss würzen. Das Gewürzsäckchen und die ganzen Gewürze wieder entfernen. Den Sud durch ein Sieb in einen Topf gießen, Zwiebeln und Würstel beiseitestellen und warm halten. Die kalte Butter mit dem Stabmixer unter den Sud rühren.

Zum Servieren das Zwiebel-Würstel-Gemisch auf vorgewärmte tiefe Teller verteilen. Den Buttersud nochmals mit dem Stabmixer aufschäumen und etwas Sud sowie etwas Schaum über die Würstel verteilen. Mit Schnittlauch bestreuen und mit Blüten und Sauerklee garnieren.

Alfons Schuhbeck am 13. Januar 2020

Tomaten-Kapern-Bruschetta

Für 8 Scheiben:

4 Tomaten	2 Trockenaprikosen	1 Schalotte, gewürfelt
4 Sardellen, geschnitten	1 TL Kapern, gehackt	1 EL frische Kräuter
1 - 2 TL Rotweinessig	1 EL Olivenöl	mildes Chilisalz
8 Scheiben Baguette	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	1 - 2 EL mildes Olivenöl
Blüten, Dillspitzen		

Tomate waschen, entstrunken, vierteln, die Kerne entnehmen und anderweitig verwenden. Die Tomatenzungen in Würfel schneiden. Die Trockenaprikosen in kleine Würfel schneiden. Tomaten mit Aprikosen, Schalotten, Sardellen, Kapern, Kräutern, Essig und Olivenöl mischen. Mit Chilisalz würzen.

Baguettescheiben in der Pfanne oder im Backofen auf beiden Seiten goldbraun rösten. Mit Knoblauch einreiben und mit Olivenöl beträufeln.

Anrichten: Die Tomatenmischung auf den Baguettescheiben verteilen.

Mit Blüten und Dillspitzen dekorieren.

Alfons Schuhbeck am 26. Oktober 2020

Wild

Gebratene Wachtel auf Maronen-Soße mit Blumenkohl

Für zwei Personen

Für die Wachtel:

4 Wachtelbrustfilets, mit Haut 4 Wachtelkeulen, mit Haut mildes Chilusalz, Öl

Für die Maronensauce:

80 g vorgegarte Maronen	1 Orange	10 g kalte Butter
4 EL Sahne	1,5 EL roter Portwein	100 ml Geflügelfond
$\frac{1}{4}$ TL Zartbitterkuvertüre	$\frac{1}{2}$ TL Puderzucker	3 cm Vanilleschote
Salz	Pfeffer	

Für den Blumenkohl:

100 g lila Blumenkohl	100 g Romanesco	100 g Brokkoli
1 EL Butter	50-100 ml Geflügelfond	mildes Chilusalz
Salz		

Für die Wachtel:

Die Wachtelbrustfilets und Wachtelkeulen waschen und trockentupfen.

Von den Keulen nach Belieben die Oberschenkelknochen auslösen.

Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen. Brustfilets und Keulen darin auf der Hautseite einige Minuten goldbraun anbraten, wenden und auf der anderen Seite kurz braten. Mit Chilusalz würzen.

Für die Maronensauce:

Maronen grob hacken. Fond in einen Topf geben, erwärmen und die Maronen hineingeben. Sahne angießen und köcheln lassen. Mit dem Stabmixer zu einer cremigen Sauce pürieren. Schokolade reiben und $\frac{1}{4}$ Teelöffel in die Sauce geben. Orange waschen, trockentupfen, Schale abreiben und 1 Messerspitze davon in die Sauce geben. Sauce mit Portwein und Puderzucker abschmecken. Vanilleschote der Länge nach halbieren und zur Sauce in den Topf geben, 1 bis 2 Minuten in der Sauce ziehen lassen, dann wieder entfernen. Kalte Butter mit dem Stabmixer unterrühren. Maronensauce mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Blumenkohl:

Blumenkohl, Romanesco und Brokkoli in Röschen teilen, dann halbieren oder in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Alle drei Kohlsorten in Salzwasser blanchieren, abgießen und in kaltem Wasser abschrecken.

Anschließend mit Fond und Butter in einer Pfanne einige Minuten dünsten. Alles mit Chilusalz würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 18. Dezember 2020

Hirsch-Gulasch mit gebratener Polenta

Für 4 Personen

Gulasch:

1 kg Hirschfleisch (Schulter)	2 Zwiebeln	1/2 kleine Karotte
120 g Knollensellerie	300 ml Rotwein	1 TL Puderzucker
1 EL Tomatenmark	200 ml Hühnerbrühe	1 Lorbeerblatt
1 TL Wacholderbeeren	1 TL Koriander	1 TL schwarze Pfefferkörner
1/2 Vanilleschote	2 Scheiben Ingwer	1 Knoblauchzehe (Scheiben)
1 TL Zartbitterschokolade	1 Msp. Orangen-Abrieb	mildes Chilisalز

Für die Garnitur:

100 g kl. Pfifferlinge	100 g Steinpilze	1/2 TL Öl
Salz	Pfeffer	80 g kl., kernlose Trauben
1 TL Butter		

Polenta:

75 ml Milch	75 ml Gemüsebrühe	1 Lorbeerblatt
1/2 TL geriebener Ingwer	1/2 fein gerieb. Knoblauchzehe	1 Msp. Zitronen-Abrieb
Salz	75 g Instant-Polenta	1/2 TL Rosmarinnadeln
1 Eigelb	1 EL geriebener Parmesan	Pfeffer
1 EL Öl		

Das Fleisch in etwa 3 cm große Würfel schneiden.

Die Zwiebeln schälen, die Karotte und den Sellerie putzen und schälen.

Das Gemüse in etwa 1 cm große Würfel schneiden.

Den Rotwein auf ein Drittel einkochen lassen.

Den Puderzucker in eine große tiefe Pfanne stäuben, bei mittlerer Temperatur erhitzen und hell karamellisieren.

Das Gemüse darin einige Minuten andünsten. Das Tomatenmark hineinrühren und etwas mitbraten, bis am Topfboden ein dunkelbrauner Film anlegt.

Das Fleisch dazugeben, mit der Brühe auffüllen und die Rotweinreduktion hinzufügen.

Das Fleisch soll dabei gut bedeckt sein. Mit einem Blatt Backpapier bedecken.

Das Hirschgulasch bei milder Hitze knapp unter dem Siedepunkt etwa 2 1/2 Stunden weich schmoren.

Lorbeer, Wacholderbeeren, Koriander- und Pfefferkörner anmörsern und etwa 30 Minuten vor Ende der Garzeit mit Vanille, Ingwer und Knoblauch hinzufügen.

Zum Schluss die Fleischstücke aus der Sauce fischen. Die Sauce durch ein Sieb gießen und das Gemüse dabei etwas ausdrücken.

Die Schokolade mit dem Orangenabrieb hineinrühren und mit Chilisalز würzen. Die Fleischstücke in die Sauce zurückgeben und erhitzen.

Garnitur für das Gulasch: Die Pilze putzen, große Exemplare zerkleinern. Weintrauben waschen, abtropfen lassen und halbieren, ggf. entkernen.

Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen, die Pilze darin anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Weintrauben in einer Pfanne bei milder Hitze in der Butter kurz erhitzen.

Polenta: Die Milch mit Brühe, Lorbeer, Ingwer, Knoblauch Zitronenschale und 1 Prise Salz in einem Topf aufkochen. Die Polenta unter Rühren einrieseln und etwas köcheln lassen, bis ein dicker Brei entstanden ist.

Vom Herd nehmen, Rosmarin, Ei und Parmesan unterrühren Ei, Knoblauch und mit Salz und Pfeffer würzen.

Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Tablett geben, mit einem zweiten Backpapier belegen und mit einem Rollholz etwa 1,5 cm dick ausrollen. Auskühlen und im Kühlschrank durchkühlen lassen.

Die Polentaplatte mithilfe des Backpapiers aus der Form heben und in beliebige Stücke wie z.B. Rauten schneiden.

Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, 1 TL Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Polentaschnitten darin bei mittlerer Hitze goldbraun braten.

Anrichten: Das Gulasch auf vorgewärmte Teller verteilen. Mit Pilzen und Weintrauben dekorieren und die Polenta anlegen.

Alfons Schuhbeck am 26. November 2020

Kaiser-Gulasch vom Hirsch mit Sellerie-Püree

Für 4 Personen

Für das Gulasch:

1 kg Hirschfleisch	2 Zwiebeln	½ kleine Karotte
120 g Knollensellerie	1 TL Puderzucker	1 EL Tomatenmark
50 ml Portwein	300 ml Rotwein	80 ml Blaubeersaft
100 g geräuch. Wammerl	200 ml Hühnerbrühe	1/2 TL Fenchelsamen
1/2 TL Koriander	1/2 TL Pfefferkörner	1 TL Wacholderbeeren
1 Knoblauchzehe	2 Scheiben Ingwer	Salz
1 Lorbeerblatt	½ Vanilleschote	1 Stück Zartbitterschokolade
1 EL Preiselbeeren		

Für das Püree:

300 g Knollensellerie	200 g mehlig. Kartoffeln	125 ml Gemüsebrühe
1 Lorbeerblatt	1 kl. getr. rote Chilischote	2 EL braune Butter
mildes Chilusalz	Muskatnuss	

Außerdem:

80 g kleine Pfifferlinge	80 g rote, grüne Weintrauben	1 TL Öl
mildes Chilusalz	1 TL Butter	400 g Rosenkohl
Salz	1 EL braune Butter	Muskatnuss

Für das Gulasch das Fleisch von Fett und groben Sehnen befreien und in etwa 3 cm große Würfel schneiden. Zwiebeln, Karotte und Sellerie putzen, schälen und alles etwa 1 cm groß würfeln. Den Puderzucker in einer großen tiefen Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und hell karamellisieren. Das Tomatenmark unterrühren und kurz mitrösten.

Port- und Rotwein dazugießen und auf ein Drittel einkochen lassen. Blaubeersaft, Wammerl, Gemüse und Fleisch hinzufügen und alles mit so viel Brühe auffüllen, dass das Fleisch gut bedeckt ist. Das Gulasch mit einem passenden Stück Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt etwa 2 Stunden weich dünsten.

Inzwischen Fenchel, Koriander und Pfeffer im Mörser leicht zerdrücken. Den Wacholder in einer Pfanne ohne Fett vorsichtig erhitzen, bis er zu glänzen beginnt.

Die gemörserten Gewürze dazugeben. Den Würz-Mix mit Knoblauch, Ingwer, Lorbeerblatt und Vanille etwa 30 Minuten vor Ende der Garzeit ins Gulasch geben. Anschließend die Fleischstücke aus der Sauce fischen und die Sauce durch ein Sieb in einen Topf gießen, das Gemüse ausdrücken. Schokolade und Preiselbeeren unter die Sauce rühren. Die Fleischstücke wieder in die Sauce setzen und alles mit Salz abschmecken, warm halten.

Währenddessen für das Püree Sellerie und Kartoffeln schälen und etwa 1 cm groß würfeln.

Brühe, Lorbeer und Chili in einem Topf erhitzen und Sellerie und Kartoffeln darin mit geschlossenem Deckel etwa 20 Minuten weich garen. In ein Sieb abgießen, dabei den Kochsud auffangen, Lorbeer und Chili entfernen. Sellerie und Kartoffeln mit dem Stabmixer pürieren, dabei so viel Kochsud wie nötig hinzufügen. Mit brauner Butter, Chilusalz und Muskatnuss abschmecken.

Die Pilze putzen und trocken abreiben. Die Trauben waschen und halbieren. Die Pilze in einer Pfanne im Öl bei mittlerer Temperatur anbraten und mit Chilusalz würzen. Die Trauben in einer Pfanne in der Butter bei milder Hitze kurz erhitzen. Den Rosenkohl putzen und äußere Blätter entfernen, den Rosenkohl waschen und halbieren. Dann in wenig Salzwasser 4 bis 5 Minuten blanchieren, in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. In einer Pfanne in der braunen Butter andünsten, mit Chilusalz und Muskatnuss würzen. Zum Servieren das Gulasch mit dem Selleriepüree auf vorgewärmte Teller verteilen. Mit Pilzen, Trauben und nach Belieben mit 40 g Walnüssen garnieren. Den Rosenkohl danebensetzen.

Gut passen auch selbst gemachte Sellerie-Chips noch dazu.

Alfons Schuhbeck am 07. September 2020

Reh-Ragout 'Jennerwein'

Für 4 Personen

Für das Rehragout:

750 g Rehfleisch (Schulter)	1 TL Puderzucker	1 EL Tomatenmark
$\frac{1}{4}$ l kräftiger Rotwein	2 Zwiebeln	$\frac{1}{2}$ Karotte
80 g Knollensellerie	600 ml Hühnerbrühe	1 2 TL Speisestärke
1 EL Johannisbeergelee	1 TL Zartbitterschokolade	$\frac{1}{2}$ TL Wildgewürz
Salz	1 2 TL Aceto balsamico	

Für den Rehrücken:

400 g Rehrückenfilet	$\frac{1}{2}$ TL Öl	50 g Panko (asiat. Paniermehl)
20 g gemahl. Haselnusskerne	$\frac{1}{2}$ - 1 TL Wildgewürz	1 TL mildes Chilisalz
2 EL braune Butter		

Für das Püree:

750 g Knollensellerie	1 mehligk. Kartoffel	150 ml Milch
1 EL braune Butter	1 EL kalte Butter	mildes Chilisalz

Muskatnuss

Außerdem: 4 Scheiben Frühstücksspeck

Für das Rehragout das Rehfleisch waschen, trocken tupfen und von groben Sehnen befreien. Das Fleisch in etwa 1 $\frac{1}{2}$ bis 2 cm große Würfel schneiden. Den Puderzucker in einem Topf bei milder Hitze hell karamellisieren. Das Tomatenmark unterrühren und kurz mitdünsten. Den Wein dazugießen und sämig einköcheln lassen. Das Rehfleisch mit dem Gemüse dazugeben und mit der Brühe aufgießen. Mit einem Blatt Backpapier bedecken und das Fleisch knapp unter dem Siedepunkt 1 $\frac{1}{4}$ Stunden weich schmoren.

Die Sauce durch ein Sieb in einen Topf gießen, Fleisch und Gemüse beiseitestellen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren, in die Sauce geben und köcheln lassen, bis diese sämig bindet.

Johannisbeergelee und Schokolade unterrühren und die Sauce mit Wildgewürz, Salz und etwas Essig würzen, warm halten. Zum Servieren das Fleisch und nach Belieben auch das Gemüse wieder in der Sauce erwärmen.

Für den Rehrücken den Backofen auf 100 °C vorheizen. Auf die mittlere Schiene ein Ofengitter und darunter ein Abtropfblech schieben. Das Filet waschen und trocken tupfen. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und das Rehrückenfilet rundum kurz anbraten. Auf das Ofengitter legen und im Ofen 50 Minuten rosa durchziehen lassen.

Inzwischen für die Brösel den Panko in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Sobald die Brösel leicht gebräunt sind, die Haselnüsse dazugeben und etwas mitrösten, bis sie fein zu duften beginnen und alles goldbraun ist. Die Bröselmischung in eine Schüssel füllen, das Wildgewürz unterrühren und mit Chilisalz würzen. Zum Servieren den fertigen Rehrücken mit der braunen Butter rundum bestreichen und in den Gewürzbröseln wenden, warm halten.

Für das Püree den Sellerie putzen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Kartoffel schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Milch in einem Topf erhitzen und Sellerie- und Kartoffelwürfel darin mit geschlossenem Deckel etwa 20 Minuten weich garen. Die Gemüsewürfel mit dem Schaumlöffel herausnehmen und mit dem Stabmixer pürieren, dabei so viel Kochflüssigkeit wie nötig hinzufügen. Die braune und die kalte Butter unterrühren und das Püree mit Chilisalz und etwas Muskatnuss abschmecken, warm halten.

Die Speckscheiben in einer Pfanne ohne Fett bei milder Hitze knusprig braten, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Das Rehragout auf vorgewärmten Tellern anrichten, den Rehrücken schräg in Scheiben schneiden

und danebenlegen. Je 2 Nocken Selleriepüree danebensetzen und die Speckscheiben ins Püree stecken.

Nach Belieben mit je 50 g kernlosen hellen und dunklen Trauben, die man in einer Pfanne in 1 bis 2 TL Butter kurz erhitzt, sowie mit 1 bis 2 EL Walnusskernen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 09. Februar 2020

Wurst-Schinken

Bratwürstel auf Kokos-Curry-Kraut

Für zwei Personen

Für die Bratwürstel:

12 Nürnberger Rostbratwürstel Öl

Für das Kraut:

500 g Sauerkraut

1-2 EL Butter

175 ml Geflügelfond

2 Wacholderbeeren

1 TL Zucker

1 Zwiebel

75 g Kokosmilch

2 EL Apfelmus

$\frac{1}{2}$ TL schwarze Pfefferkörner

Öl

1 kl. getrock. Chilischote

50 ml Weißwein

1 kleines Lorbeerblatt

$\frac{1}{2}$ -1 EL mildes Currypulver

Salz

Für die Garnitur:

1 Granatapfel

Für die Bratwürstel:

Die Bratwürstel in einer Pfanne bei mittlerer Hitze langsam in etwas Öl auf beiden Seiten anbraten. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das Kraut:

Zwiebel abziehen, in kleine Würfel schneiden und in einem Topf bei milder Hitze in Öl glasig anschwitzen. Sauerkraut hinzufügen, etwas mitschwitzen lassen, dann mit Weißwein ablöschen und etwas einköcheln lassen. Mit Fond und Kokosmilch aufgießen. Apfelmus und Curry hinzugeben und Sauerkraut bei milder Hitze ca. 30 Minuten schmoren lassen. Pfefferkörner und Chilischote in ein Gewürzsäckchen füllen und 15 Minuten vor Garzeitende mit dem abgezupften Lorbeerblatt und den Wacholderbeeren in das Kraut einlegen. Kraut mit Salz und Zucker abschmecken. Butter einrühren und Gewürzsäckchen entfernen.

Für die Garnitur:

Granatapfel halbieren und 1 Esslöffel Kerne herauslösen.

Granatapfelkerne für die Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren

Alfons Schuhbeck am 15. Dezember 2020

Gebratene Pfifferlinge auf geröstetem Ciabatta mit Bacon

Für zwei Personen

Für Ciabatta und Bacon:

80 g Bacon	1 Ciabatta	Öl
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Pfifferlinge:

200 g kleine Pfifferlinge	1 kleine rote Zwiebel	½ Bund Schnittlauch
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für Ciabatta und Bacon:

Das Ciabatta in Scheiben schneiden und diese in einer Pfanne bei milder Hitze von beiden Seiten goldbraun rösten, dann herausnehmen. Vor dem Servieren mit Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen.

Bacon in Streifen schneiden und in der Brot-Pfanne bei milder Hitze einige Minuten anbraten. Dabei nach Bedarf einige Tropfen Öl hinzufügen. Bacon aus der Pfanne nehmen und die Pfanne für die Pilze aufgestellt lassen.

Für die Pfifferlinge:

Zwiebel abziehen, fein würfeln und in der Pfanne mit dem verbliebenen Fett des Bacons anschwitzen. Pfifferlinge ganz kurz waschen, abtropfen lassen und putzen. Gegebenenfalls etwas zerkleinern. Pilze zu den Zwiebeln in die Pfanne geben, durchschwenken und goldgelb braten. Bacon hinzugeben und schwenken.

Schnittlauch abrausen, trockenwedeln und in feine Röllchen schneiden.

Ca. 1 Esslöffel Schnittlauch zu den Pilzen geben und verrühren. Pilze vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer würzen und schließlich auf das Ciabatta geben. Mit Olivenöl beträufeln.

Pfifferlinge haben den perfekten Garpunkt erreicht, sobald sie zu glänzen beginnen. Wenn Pfifferlinge beim Braten ihre Flüssigkeit verlieren, ist es ein Zeichen dafür, dass sie zu lange gegart wurden. Salzen sollten Sie die Pilze erst ganz zum Schluss, damit sie vorher kein Wasser ziehen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 01. Oktober 2020

Kartoffel-Gröstl mit Wiener Würstchen

Für zwei Personen

Für die Kartoffelgröstl:

2 Paar Wiener Würstchen	4 festk. Kartoffeln	1 Handvoll Champignons
$\frac{1}{2}$ rote Zwiebel	2 Zweige glatte Petersilie	2 Zweige Majoran
gemahlener Kümmel	Öl	Chilisalz
Salz	Pfeffer	

Für die Kartoffelgröstl mit Wiener Würstl:

Die Kartoffeln mit Schale in Salzwasser garen. Kurz abkühlen lassen, dann pellen. Vollständig auskühlen lassen und schließlich in Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und klein würfeln. Eine große Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, etwas Öl darin verteilen und die Kartoffelscheiben darin goldbraun anbraten. Nach ein paar Minuten die Zwiebeln dazugeben und mitbraten. Champignons putzen, klein schneiden und mit in die Pfanne geben. Wiener Würstchen schräg in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Ebenfalls in die Pfanne geben und mitbraten. Majoran und Petersilie abrausen, trockenwedeln und hacken. Mit in die Pfanne geben und schwenken. Alles mit Salz, Chilisalz, Pfeffer und Kümmel würzen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 02. Juni 2020

Linguine alla carbonara

Für 4 Personen

Schaumsauce:

200 g Frühstücksspeck	150 ml Geflügelbrühe	8 Eigelbe
50 g fein gerieb. Parmesan		

Nudeln:

500 g Linguine	Salz	1 Lorbeerblatt
1 getrock. milde Chilischote	2 Scheiben Ingwer	1 fein gerieb. Knoblauchzehe
1 TL gehackte Rosmarinnadeln	Pfeffer	

Außerdem:

Kresse

Den Speck in Streifen schneiden und in einer großen tiefen Pfanne ohne weitere Fettzugabe bei milder Hitze langsam ausbraten. Den Speck aus der Pfanne nehmen.

Den Bratsatz mit der Brühe ablöschen und die Pfanne vom Herd nehmen.

Während die Nudeln kochen, die Brühe aus der Pfanne zusammen mit den Eigelben in einen großen breiten Topf geben. Mit einem feinmaschigen Schneebesen oder dem Handrührgerät bei milder Hitze zu einem cremigen Schaum aufschlagen.

Den Parmesan unterrühren.

Für die Nudeln die Nudeln in Salzwasser mit Lorbeer, Chilischote und Ingwer al dente kochen, auf ein Sieb abgießen, kurz abtropfen lassen und mit Brühe, Knoblauch und Rosmarin nochmals kurz erhitzen.

Anrichten: Auf Pastatellern verteilen, die Schaumsauce darauf anrichten und mit Speck bestreuen. Mit Kresse dekorieren.

Alfons Schuhbeck am 16. November 2020

Mühlviertler Speck-Knödel mit warmem Kraut-Salat

Für 4-6 Personen:

Für die Knödel:

500 g mehligk. Kartoffeln	Salz	50 g Speisestärke
50 g doppelgriff. Mehl	75 g Hartweizengrieß	4 EL braune Butter
1 Ei	mildes Chilisalz	Pfeffer
1 TL Öl	Muskatnuss	50 g Karreespeck (Würfel)
50 g Lauch (Würfel)	50 g Champignons (Würfel)	getr. Bohnenkraut
Räucherpaprika	Butter	

Für den Guss:

100 g Frischkäse	150 g Sahne	3 Eigelb
mildes Chilisalz	Muskatnuss	

Für den Salat:

500 g Spitzkohl	Salz	½ rote Paprikaschote
½ gelbe Paprikaschote	1 EL ganzer Kümmel	1 EL Puderzucker
5 EL Rotweinessig	125 ml Gemüsebrühe	Zucker, mildes Chilisalz
1 EL mildes Olivenöl	1 EL Öl	1 EL Dillspitzen
1 TL Korianderkörner	1 TL Pfefferkörner	1 TL ganzer Kümmel

Für die Knödel die Kartoffeln waschen und in einem Topf in Salzwasser weich garen. Abgießen, kurz ausdampfen lassen, noch heiß pellen und durch die Kartoffelpresse drücken. Mit Speisestärke, Mehl, Grieß, brauner Butter und Ei glatt verkneten. Die Masse mit Chilisalz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und zugedeckt etwa 30 Minuten ruhen lassen, damit sie etwas fester wird. Inzwischen für die Füllung eine große Pfanne bei milder Temperatur erhitzen und das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen. Die Speckwürfel einige Minuten anbraten. Lauch- und Pilzwürfel dazugeben und alles andünsten. Mit je 1 Prise Bohnenkraut, Räucherpaprika und Salz würzen, vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.

Für den Guss Frischkäse, Sahne und Eigelbe in einem hohen Rührbecher mit Chilisalz und Muskatnuss würzen und mit dem Stabmixer gleichmäßig fein pürieren. Den Backofen auf 180°C vorheizen. Eine Auflaufform mit Butter einfetten.

Aus der Kartoffelmasse mit angefeuchteten Händen 8 Knödel formen.

Jeden Knödel in der Hand etwas flach drücken, etwa 15 g Füllung daraufgeben und mit Knödelt Teig umschließen. Jeweils zu einem glatten Knödel formen und diese nebeneinander in die Form setzen. Die Knödel mit dem Frischkäse-Eigelb-Guss übergießen und im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 30 Minuten backen.

Währenddessen für den Salat vom Kohl die äußeren Blätter und den harten Strunk entfernen. Den Kohl auf der Gemüsereibe fein hobeln, in einer Metallschüssel leicht mit Salz würzen. Paprika halbieren, entkernen, waschen und klein würfeln. Kümmel in der Pfanne mit Puderzucker hell karamellisieren, vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Essig mit Brühe, 1 Prise Zucker und Chilisalz mischen.

Den Spitzkohl in einem Topf ohne Fett andünsten, die Paprika dazugeben und kurz mitdünsten. Den Essigsud dazugießen und alles kurz erhitzen, dann in eine Schüssel füllen und beide Ölsorten unterrühren.

Den Krautsalat mit Dill und der Mischung aus der Gewürzmühle würzen und noch etwa 10 Minuten ziehen lassen. Beim Servieren mit 2 EL gehackten Walnüssen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 27. Dezember 2020

Nürnberger Bratwurst-Gulasch

Für 4 Personen

Kartoffeln, Bratwürste:

800 g festk. Kartoffeln	Salz	1 Lorbeerblatt
1 kl. getr. rote Chilischote	$\frac{1}{2}$ TL gemahlene Kurkuma	1 EL braune Butter
mildes Chilisalz	1 EL Öl	400 g Nürnberg. Bratwürste

Für die Sauce:

1 Zwiebel Paprikaschote	1 rote Paprikaschote	1 gelbe Paprikaschote
1 orange Paprikaschote	$\frac{1}{2}$ TL Puderzucker	2 EL Tomatenmark
600 ml Gemüsebrühe	100 g pass. Tomaten (Dose)	mildes Chilisalz
1-2 TL Petersilienblätter	1-2 TL Schnittlauchröllchen	

Für das Gulaschgewürz:

2 TL Paprikapulver (edelsüß)	$\frac{1}{2}$ TL Räucherpaprika	$\frac{1}{4}$ TL gemahlene Kurkuma
2 gerieb. Knoblauchzehen	$\frac{1}{2}$ TL geriebener Ingwer	$\frac{1}{2}$ -1 TL Zitronen-Abrieb
1 TL gemahlener Kümmel	1 TL getr. Majoran	

Die Kartoffeln schälen, waschen und in etwa 2 $\frac{1}{2}$ cm große Würfel schneiden. In einem Topf in Salzwasser mit Lorbeerblatt, Chili und Kurkuma 20 bis 30 Minuten weich garen. In ein Sieb abgießen und kurz ausdampfen lassen, Lorbeer und Chili herausnehmen und nach Belieben beim Braten wieder dazugeben.

Für die Sauce die Zwiebel schälen und in etwa 2 cm große Rauten schneiden. Die Paprikaschoten längs halbieren, entkernen und waschen. Die Paprikahälften mit dem Sparschäler schälen und in Rauten schneiden. Die Zwiebelrauten in einen Topf geben, mit Puderzucker bestäuben und alles bei milder Hitze etwas andünsten. Die Paprikarauten hinzufügen und kurz andünsten. Das Tomatenmark dazugeben und etwas mitdünsten, dann die Brühe mit den passierten Tomaten hinzufügen. Alles mit einem Blatt Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt etwa 20 Minuten weich garen.

Inzwischen für das Gulaschgewürz beide Paprikasorten und Kurkuma mit wenig Wasser glatt verrühren und Knoblauch, Ingwer, Zitronenschale, Kümmel und Majoran hinzufügen.

Die Sauce mit etwa drei Vierteln des Gulaschgewürzes abschmecken, einige Minuten ziehen lassen und mit Chilisalz würzen. Zuletzt Petersilie und Schnittlauch unterrühren. Nach Geschmack mit dem restlichen Gulaschgewürz würzen, warm halten.

Zum Servieren die Kartoffelwürfel in einer Pfanne in der braunen Butter bei milder Hitze braten, dabei nach Belieben Lorbeerblatt und Chili wieder hinzufügen, mit Chilisalz würzen. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Bratwürste rundum goldbraun anbraten. Das Gulasch auf vorgewärmte tiefe Teller verteilen und die Kartoffelwürfel darauf anrichten. Die Bratwürste schräg halbieren und daraufsetzen. Nach Belieben mit Majoranblättchen garnieren.

Alfons Schuhbeck am 03. Januar 2020

Weißwurst-Salat 'Schöne Münchnerin'

Für 4 Personen

1 EL Dijon-Senf	1 EL süßer Senf	2 3 EL Weißweinessig
2 ½ EL Öl	mildes Chilusalz	½ rote Zwiebel
8 Weißwürste	1 Laugenbreze	1 EL braune Butter
1 Mini-Romana-Salat	1 Hand Mini-Feldsalat	1 Hand Castelfranco-Salat
2 Radieschen	2 Cornichons	1 EL Schnittlauchröllchen

Für die Marinade 150 ml Wasser mit den beiden Senfsorten, Essig und 2 EL Öl in einen hohen Rührbecher geben. Alles mit dem Stabmixer verrühren und mit Chilusalz kräftig würzen.

Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Weißwürste häuten und in 3 bis 4 mm dicke Scheiben schneiden. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das übrige Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Wurstscheiben auf jeder Seite kurz anbraten. Die Marinade hinzufügen und untermischen, alles etwas ziehen lassen und nach Belieben nochmals nachwürzen.

Inzwischen die Breze in Scheiben schneiden und in einer Pfanne in der braunen Butter etwas anrösten, herausnehmen und beiseitestellen.

Alle Salatsorten gründlich putzen (den Feldsalat verlesen), waschen und trocken schleudern, bei Bedarf in mundgerechte Stücke zupfen. Die Radieschen putzen und waschen. Die Cornichons in Scheiben schneiden.

Zum Servieren die Salatblätter auf tiefe Teller verteilen. Den Weißwurstsalat etwas abtropfen lassen und auf den Blättern verteilen.

Die Brezenchips darüberstreuen, die Radieschen darüberhobeln und die Cornichons daraufsetzen. Den Salat nochmals mit etwas Marinade beträufeln und mit Schnittlauch bestreuen.

Alfons Schuhbeck am 23. Januar 2020

Index

- Aprikosen, 10
Artischocke, 60, 116
Aubergine, 49
Avocado, 56
- Bacon, 129
Bauch, 76, 77
Beeren, 5
Biskuit, 11
Blätterteig, 94
Blumenkohl, 43, 61, 120
Bohnen, 49, 68
Bouillabaisse, 19
Brät, 40, 41
Brühe, 109
Braten, 64, 72, 76, 77
Brathähnchen, 26
Bratkartoffeln, 68
Bratklops, 32–34
Bratwurst, 128, 132
Brokkoli, 88, 120
Brot, 115
Bruschetta, 116, 118
Butter, 108
- Carbonara, 130
Chili, 82
Curry, 90, 91
- Eier, 88, 91, 96, 101, 102
Erbsen, 20, 88, 90, 113, 117
- Feld-Salat, 117
Filet, 42, 68, 79
Filet-Steak, 63
Fisch, 108
Fisch-Filet, 112
Fleisch, 40, 61, 69, 74, 85
Fleisch-Filet, 113
- Gans, 27
Garnelen, 56
Geflügel, 84, 114, 115, 118
Gnocchi, 95
- Grünkohl, 21, 24, 36, 77
Grillenkäse, 92
Gulasch, 61, 121, 123, 132
Gurke, 20, 34, 65, 66, 88, 90, 93, 108, 115, 117
- Hähnchen-Brust, 26, 28
Hühner-Brust, 28
Hirsch, 121, 123
Huhn, 27
- Jakobsmuscheln, 54
- Käse, 94–96, 103, 106
Kürbis, 43, 97
Kabeljau-Filet, 20–22
Kalb, 32–35
Karree, 48
Kartoffel, 90, 92, 94, 95, 97, 99, 101
Kartoffeln, 113
Kirschen, 8
Klops, 36
Knödel, 2, 9, 13, 102, 131
Knoblauch, 82
Kotelett, 48
Kraut, 97, 114
- Lachs, 49
Lachs-Filet, 23
Lauch, 131
Linsen, 51
- Möhren, 20, 27, 40, 62, 64–66, 68, 69, 72, 74–76, 78, 84, 90, 91, 93, 99, 106, 115, 121, 123, 125
- Mandeln, 4, 5, 9
Maronen, 120
Mascarpone, 11
Mayonnaise, 108
mit-Alkohol, 108
Mousse, 8, 10, 12
Mozzarella, 101
- Nudeln, 40, 49, 55, 69, 84, 106, 114, 130

Obst, 108
 Orangen, 4, 6, 11

 Paprika, 21, 35, 40, 43, 49, 63, 78, 79, 82, 93,
 97, 106, 131
 Pesto, 109
 Pflaumen, 5, 8
 Pilze, 22, 36, 45, 51, 56, 64, 65, 68, 72, 75,
 84, 90, 94, 101, 102, 113, 114, 116,
 121, 123, 129–131
 Polenta, 51, 121
 Porterhouse, 60

 Quark, 99

 Röllchen, 45
 Rösti, 94
 Rücken, 51, 66
 Radieschen, 32, 34, 76, 117, 133
 Reh-Ragout, 125
 Reis, 42, 91, 103
 Rettich, 16, 24, 27, 36, 62, 108
 Riesen-Garnelen, 55, 57
 Rind, 85
 Rinder-Hack, 34
 Romanesco, 120
 Rosenkohl, 103, 123
 Rostbraten, 68
 Rote-Bete, 54
 Rotkraut, 2, 72
 Roulade, 65, 66

 Saibling-Filet, 16
 Salat, 131, 133
 Saltimbocca, 42
 Sauerkraut, 128
 Schaschlik, 79
 Schinken, 113, 114, 116
 Schmarrn, 6
 Schnitzel, 43
 Schoko, 4
 Schoten, 35, 51, 56, 91, 95, 96
 Schulter, 64
 Schwarzwurzeln, 77, 104
 Schwein, 35
 Schweine-Hals, 72, 78
 Seeteufel, 19
 Sellerie, 19, 27, 40, 62, 64–66, 68, 69, 72, 74,
 75, 78, 84, 93, 104, 106, 112, 121,
 123, 125
 Senf, 82

 Spaghetti, 106
 Spanferkel, 75
 Spargel, 42, 45, 56, 60, 66, 99, 115
 Speck, 130, 131
 Spinat, 17, 43, 60, 62, 84, 104
 Spitzkohl, 97, 114, 131
 Steak, 63
 Strudel, 97

 Tafelspitz, 62
 Tiramisu, 11
 Tomaten, 82
 Trüffel, 94

 Vegan, 92

 Würstchen, 130
 Wachteln, 120
 Weißkohl, 76, 78
 Weißwurst, 133
 Wiener-Schnitzel, 45
 Wild, 121, 123, 125
 Wirsing, 27, 36
 Wolfsbarsch, 19
 Wurst, 85
 Wurst-Gulasch, 132

 Zander-Filet, 17, 24
 Zucchini, 22, 28, 49, 66, 92, 101, 106