

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Jörg Sackmann

2022-2024

25 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 26. Dezember 2024.

Inhalt

Maischolle Grenobler Art mit Blattspinat	1
Matjes mit Avocado, Orangen und Knusperbrot	2
Doraden-Filet mit Tomaten-Vinaigrette und Fenchel	3
Forellen-Filet mit Mandeln und Zitronen-Butter	4
Zander in der Kartoffel-Kruste mit Rahm-Sauerkraut	5
Parmesan-Souffl? mit Feldsalat	6
Zwiebel-Tarte mit Feigen	7
K?rbis-P?ree mit Tomaten-Praline	8
Parmesan-Souffl? mit Paprika-Gem?se	9
Buntes Gem?se-Curry mit Nuss-Reis	10
Marinierte Champignons, Apfel, Brunnenkresse	11
Pochiertes Ei, souffliert mit Parmesan und Blattspinat	13
Mille-feuille von der Kartoffel mit H?hnchen-Keule	14
H?hnchen-Ananas-Spie? mit Erdnuss-So?e	15
?berbackene Rinder-Kutteln mit Camembert und Spinat	16
R?llchen vom Tafelspitz mit Zwiebeln und Pastinaken-So?e	18
Fleisch-K?chle cordon bleu, Remoulade, Pommes Allumettes	20
Knusper-Stulle mit Roastbeef	22
Pulled Eisbein mit Krautsalat und Kartoffel-Chips	24
Kleine Schweine-Schnitzel mit Zwetschgen-Haselnuss-So?e	26
Spargel-Lasagne mit Schweine-Filet	27
Kotelett mit Zwiebelcrunch	29
Zucchini-K?se-P?ckchen auf Kiwi-Gurken-Carpaccio	31
Reh-Mdailles mit Rote Bete-Waffeln	32
Strammer Max auf R?sti	34
Index	35

Maischolle Grenobler Art mit Blattspinat

Für 4 Personen

Für die Schollen:

2 Maischollen (á 600 g; küchenfertig)	Salz	weißer Pfeffer
2 EL Sahne	1 EL Mehl	80 g Butter

Für das Topping:

2 Zitronen	4 Tomaten	3 Knoblauchzehen
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	2 Toastbrot-Scheiben	100 g Butter
weißer Pfeffer	Salz	80 g Kapern (abgetropft)

Für den Blattspinat:

2 Knoblauchzehen	800 g Blattspinat	80 g Butter
Salz	weißer Pfeffer	

Maischollen kalt abbrausen, die Filets von beiden Seiten auslösen (nach Belieben die Schollen ggf. bereits vom Fischhändler filetieren lassen). Die Haut an den Filets lassen, mit einem Messer eventuell noch vorhandene, kleine Schuppen entfernen. Filets bis zur weiteren Verwendung kaltstellen.

Für das Topping Zitronen mit einem scharfen Küchenmesser schälen, sodass auch die weiße Haut vollständig mit entfernt wird. Filets zwischen den Trennhäuten ausschneiden.

Wasser in einem Topf aufkochen. Tomaten darin etwa 5 Sekunden blanchieren. Tomaten dann mit einer Schaumkelle herausheben, in kaltes Wasser geben und abschrecken.

Tomaten abziehen und die Kerne entkernen. Tomatenfruchtfleisch fein würfeln.

Knoblauch abziehen und fein schneiden.

Petersilie waschen, trocken schütteln und die Blättchen von den Stielen abzupfen.

Petersilienblätter hacken.

Vom Toastbrot die Rinde entfernen. Toast in ca. 5 mm große Würfel schneiden.

Für den Spinat Knoblauch abziehen und fein würfeln.

Spinat putzen, grobe Stiele entfernen. Spinat gründlich waschen und trocken schleudern.

Für das Topping 60 g Butter in eine Pfanne schmelzen. Toastbrot-Würfelchen darin goldbraun braten. Mit Pfeffer und Salz würzen. Auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen.

Pfanne mit einem Küchenpapier auswischen. 40 g Butter in der Pfanne erhitzen.

Knoblauch darin goldgelb andünsten. Zitronenspalten, Tomatenwürfel, Kapern und Petersilie zugeben und alles kurz durchschwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Spinat die Butter in einem Topf erhitzen. Knoblauch und Spinat zugeben und unter Wenden dünsten, bis der Spinat zusammengefallen ist. Spinat mit Salz und Pfeffer würzen.

Schollenfilets mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hautseite mit etwas Sahne bestreichen und mit Mehl bestäuben.

80 g Butter in einer großen Pfanne erhitzen. Die Filets darin auf der Hautseite goldbraun und knusprig braten. Dann wenden und nur noch ganz kurz braten.

Den Spinat etwas abtropfen lassen und auf vorgewärmten Tellern verteilen.

Maischollenfilets darauf anrichten. Die Tomatenbutter über die Schollenfilets träufeln.

Knusprige Brotwürfel überstreuen und alles servieren. Dazu passen z. B. neue Kartoffeln.

Jörg Sackmann am 17. Mai 2024

Matjes mit Avocado, Orangen und Knusperbrot

Für 4 Personen:

250 g Kastenweißbrot oder Toastbrot	2 Bio-Orangen	1 Bund Dill
80 g Butter	1 TL Fenchelsamen	Pfeffer
Salz	1 Zitrone	2 reife Avocado
Zucker	400 g Naturjoghurt	100 g Feta
4 Matjesfilets á ca. 80 g		

Das Brot in ca. 5-8 mm große Würfel schneiden.

Die Orangen heiß abwaschen, abtrocknen, von einer Orange ca. 1 TL Schale dünn abreiben und beiseitestellen.

Dann mit einem Messer die Orangen so schälen, dass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch haftet und die Fruchtfilets herausschneiden.

Dill abbrausen, trocken schütteln, Dillspitzen abzupfen und die Hälfte davon fein schneiden.

Butter in einer Pfanne schmelzen und die Brotwürfel darin goldbraun anrösten. Orangenschale, Fenchelsamen und etwas Pfeffer zugeben und kurz mitanrösten.

Dann die Pfanne vom Herd ziehen, geschnittenen Dill untermischen und mit Salz abschmecken. Zitrone halbieren und den Saft auspressen.

Avocado halbieren, den Stein entfernen und das Fruchtfleisch aus der Schale lösen. Avocadohälften in feine Scheiben schneiden und mit Zitronensaft beträufeln.

Vorsichtig die Orangenfilets unter die Avocadoscheiben heben und mit 1 Prise Salz und 1 Prise Zucker würzen.

Joghurt mit 1 Prise Salz und Pfeffer würzen, den Feta zerbröseln und unter den Joghurt mischen. Orangen-Avocadosalat auf Teller verteilen, etwas Joghurt-Feta-Mischung darauf geben.

Die Matjesfilets in den gewürzten Brotwürfeln wenden und mit auf den Teller geben. Mit restlichen Dillspitzen garnieren.

Jörg Sackmann am 13. Juni 2023

Doraden-Filet mit Tomaten-Vinaigrette und Fenchel

Für 4 Personen

Für den Fenchel:

2 Fenchelknollen	1 EL Olivenöl	1 TL Fenchelsamen
1/2 TL Kümmel	1 Msp. Anissamen	500 ml Gemüsebrühe
1 Zweig Thymian	1 Lorbeerblatt	Salz

Für die Vinaigrette:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	4 Tomaten
6 EL Olivenöl	2 EL Balsamico-Essig	150 ml Gemüsebrühe
1 TL Dijon Senf	Salz	Piment d'Espelette
1/2 TL Fenchelsamen	1 Bio-Orange	1 Bund Basilikum

Für den Fisch:

4 Doradenfilets mit Haut	1 Bio-Zitrone	2 Knoblauchzehe
Salz	Piment d'Espelette	2 EL Weizenmehl, Type 405
3 EL Olivenöl		

Den Fenchel waschen, das Fenchelgrün abschneiden und beiseitelegen. In einem Topf Olivenöl erhitzen und die Fenchelknollen darin von beiden Seiten kurz anbraten. Dann Fenchelsamen, Kümmel und Anissamen zugeben und Gemüsebrühe angießen. Thymian abbrausen und mit dem Lorbeerblatt ebenfalls zugeben. Die Brühe kurz aufkochen, dann die Hitze reduzieren und den Fenchel ca. 30 Minuten leicht köcheln lassen. In der Zwischenzeit das Fenchelgrün fein schneiden. Für die Tomatenvinaigrette Schalotte und Knoblauch schälen und fein schneiden. Die Tomaten waschen, am Stielansatz kreuzweise einritzen, kurz in kochendes Wasser tauchen, herausnehmen und die Schale abziehen. Dann die Tomaten vierteln, die Kerne austreichen und die Tomatenviertel fein würfeln. In einem Topf 1 EL Olivenöl erhitzen und die Schalotte mit dem Knoblauch darin anschwitzen. Die Tomatenwürfel zugeben, kurz anschwitzen und mit dem weißen Balsamico ablöschen. Dann Gemüsebrühe angießen. Senf, Salz, Piment d'Espelette und im Mörser zerstoßene Fenchelsamen zugeben. Alles leicht köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Orange heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben. Dann mit einem Messer die Orange so schälen, dass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch haftet. Die Orangenfilets mit einem Messer herausschneiden. Orangenschale und Orangenfilets zu den Tomaten geben und weiterköcheln lassen. Die Flüssigkeit im Topf sollte fast vollständig einkochen. Basilikum abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Topf mit den Tomaten vom Herd ziehen, restliches Olivenöl unterrühren, Basilikum untermischen und abschmecken.

Die Doradenfilets abwaschen, abtrocknen und eventuell noch vorhandene Gräten ziehen. Von der Zitrone den Saft auspressen. Knoblauch schälen und andrücken.

Die Doraden mit Salz, Piment d'Espelette und ein paar Tropfen Zitronensaft würzen. Mehl auf einen Teller geben und die Fischfilets auf der Hautseite mehlieren. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, angedrückte Knoblauchzehen mit in die Pfanne geben und die Fischfilets zunächst auf der Hautseite knusprig braten. Dann wenden und kurz auf der Fleischseite fertig braten.

Den geschmorten Fenchel der Länge nach aufschneiden und auf Tellern verteilen, ganz leicht salzen und mit Fenchelgrün bestreuen. Gebratenes Doradenfilet dazugeben und die Tomaten-Vinaigrette angießen.

Jörg Sackmann am 11. April 2023

Forellen-Filet mit Mandeln und Zitronen-Butter

Für 4 Personen:

Für Kartoffeln und Salat:

600 g kleine Kartoffeln	Salz	150 g Babyspinat
2 EL Zitronensaft	4 EL Olivenöl	weißer Pfeffer
1 Prise Zucker		

Für die Zitronenbutter:

2 Tomaten	2 Bio-Zitronen	1/2 Bund glatte Petersilie
1/2 Bund Schnittlauch	150 g Butter	Salz
40 g Kapern		

Für den Fisch:

1 Ei	2 EL Mehl	120 g Mandelblättchen
4 Forellenfilets à 150 g	Salz	weißer Pfeffer
Zitronensaft	60 g Butterschmalz	

Die Kartoffeln gut waschen und in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser ca. 20 Minuten weich garen.

In der Zwischenzeit für den Salat den Spinat gut waschen und abtropfen lassen.

Für die Zitronenbutter die Tomaten am Stielansatz kurz einritzen, mit kochendem Wasser überbrühen, dann häuten. Tomaten vierteln, den Strunk und die Kerne entfernen. Tomatenviertel fein schneiden.

Die Zitronen heiß abwaschen, abtrocknen. Von einer Zitrone $\frac{1}{4}$ TL Zitronenschale abreiben.

Dann beide Zitronen so schälen, dass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch haftet. Über einer Schüssel die Fruchtfleis aus den Trennhäuten schneiden, dabei den abtropfenden Saft auffangen. Den Saft zur Seite stellen und später fürs Salatdressing und den Fisch verwenden. Die Zitronenfilets fein würfeln.

Petersilie und Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln. Petersilienblättchen abzupfen und fein schneiden.

Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

Gegarte Kartoffeln abgießen, kurz ausdampfen lassen und pellen.

Für die Fischfilets das Ei in einem tiefen Teller verquirlen, ebenfalls Mehl und Mandelblättchen jeweils in einen tiefen Teller geben.

Die Fischfilets entgräten, mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft würzen. Fischfilets auf der ehemaligen Hautseite mit Mandeln panieren. Dazu diese Seite zunächst ins Mehl drücken, dann diese Seite durchs verquirlte Ei ziehen und zuletzt in die Mandelblättchen drücken. Anschließend diese Seite ein zweites Mal wie beschrieben panieren.

Für die Zitronenbutter die Butter in einen Topf geben, schmelzen und bräunen. Leicht salzen und die abgeriebene Zitronenschale zugeben. Kapern, Zitronen- und Tomatenwürfel zugeben und in der Butter erhitzen. Zuletzt Petersilie und Schnittlauch untermischen.

Für das Salatdressing Zitronensaft mit Olivenöl in einer Schüssel verrühren, mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Forellenfilets auf der Mandelseite bei mittlerer Hitze goldbraun braten, dann wenden und kurz auf der Fleischseite fertig braten.

Den Spinat mit dem Dressing marinieren.

Forellenfilet auf Tellern anrichten, die Zitronenbutter angießen. Spinatsalat und Kartoffeln dazu servieren.

Jörg Sackmann am 21. März 2023

Zander in der Kartoffel-Kruste mit Rahm-Sauerkraut

Für 4 Personen

Für das Sauerkraut:

2 Äpfel	2 Schalotten	500 g Sauerkraut, frisch
4 Stängel Estragon	30 g Butterschmalz	100 ml trockener Wermut
300 ml Apfelsaft, naturtrüb	3 Lorbeerblätter	weißer Pfeffer
200 g Sauerrahm	100 g Sahne	2 EL Butter
1 TL Honig	Salz	

Für den Fisch:

500 g kleine Kartoffeln, festk.	2 Stängel Estragon	1 Eiweiß
4 Zanderfilets (à 180 g)	1 EL körniger Senf	Salz
80 g Butterschmalz		

Für das Sauerkraut die Äpfel waschen, schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen, dann die Apfelveiertel in dünne Scheiben schneiden.

Die Schalotten schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

Das Sauerkraut in ein Sieb geben, kurz mit kaltem Wasser abbrausen und abtropfen lassen.

Estragon abbrausen und trocken schütteln.

In einem Topf Butterschmalz schmelzen und die Schalotten darin anschwitzen, die Apfelscheiben zugeben und kurz mit anschwitzen.

Mit Wermut und Apfelsaft ablöschen, das Sauerkraut dazugeben. Estragonzweige und Lorbeerblätter zugeben und mit etwas Pfeffer würzen. Das Sauerkraut zugedeckt ca. 20 Minuten bei milder Hitze köcheln lassen.

In der Zwischenzeit für den Fisch die Kartoffeln waschen und schälen.

Estragon abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

Das Eiweiß leicht verquirlen.

Die Kartoffeln in 2-3 mm feine Scheiben schneiden.

Die Zanderfilets abbrausen, trocken tupfen.

Die Zanderfilets auf einer Seite mit Senf bestreichen, Estragon darauf streuen und die Kartoffelscheiben dachziegelartig darauf legen, mit dem Eiweiß bestreichen und leicht salzen.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Zanderfilets darin auf der Kartoffelseite goldbraun braten. Dann wenden und noch kurz auf der Fleischseite fertig garen.

In der Zwischenzeit den Sauerrahm unter das Sauerkraut mischen und weitere 5 Minuten köcheln lassen.

Die Sahne halbsteif schlagen.

Butter und Honig unter das Sauerkraut mischen und mit Salz abschmecken, den Estragon und Lorbeerblätter herausnehmen. Zuletzt die Sahne unterheben.

Tipp: 1/3 vom Kraut kann man mit ca. 100 ml Sahne pürieren, passieren und abschmecken, mit dem Pürierstab aufschäumen und als Sahne um den Fisch geben.

Sauerkraut auf der Tellermitte anrichten und den Fisch mit der Kartoffelkruste obenauf geben.

Jörg Sackmann am 01. Februar 2022

Parmesan-Soufflé mit Feldsalat

Für 4 Person

Dauer: 45 Minuten

Schwierigkeitsgrad: mittel

Feine Küche

Zutaten:

Für den Feldsalat:

100 g Süßkartoffel	1 Orange	1 EL Olivenöl
50 ml weißer Balsamico	200 ml Gemüsebrühe	1 Sternanis, gemörsert
1 Prise Piment d'Espelette	Salz	100 ml Olivenöl, kalt gepresst
Pfeffer	150 g Feldsalat	1 Bund Schnittlauch

Für das Parmesan-Soufflé:

5 Eier	100 g weiche Butter	250 g Sauerrahm
120 g Weizenmehl, 405	250 g geriebener Parmesan	Salz
Piment d'Espelette	1 Prise Zucker	Butter
Mehl		

Für das Dressing Süßkartoffel schälen und in 5 mm große Würfel schneiden.

Die Orange heiß waschen, trocken tupfen, etwas Schale abreiben. Orange halbieren und den Saft auspressen.

In einem Topf Olivenöl erhitzen und die Süßkartoffelwürfel darin anschwitzen. Orangensaft und 1 Spritzer Balsamico zugeben und die Flüssigkeit fast vollständig einkochen lassen.

Dann Gemüsebrühe, Orangenabrieb, Sternanis, Piment d'Espelette und 1 Prise Salz zugeben und die Süßkartoffel darin weichkochen.

Anschließend Sternanis aus dem Topf nehmen, die Süßkartoffel fein pürieren und durch ein Sieb passieren.

2 EL vom Püree mit restlichem Balsamico und Olivenöl zu einem Dressing mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Soufflés den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Eier trennen. Butter schaumig aufschlagen, Eigelbe einzeln gründlich unterrühren.

Sauerrahm unterrühren. Mehl und Parmesan mischen und unterrühren. Mit etwas Salz und Piment d'Espelette würzen.

Eiweiß, je 1 Prise Salz und Zucker in einer Schüssel cremig, nicht zu fest, aufschlagen.

Dann vorsichtig nach und nach unter die Parmesanmasse heben.

Soufflé-Förmchen (à 250 ml Inhalt) mit Butter ausstreichen und mit Mehl ausstäuben. Die Förmchen etwa zur Hälfte mit der Soufflé-Masse füllen.

Die Förmchen in eine große, tiefe Auflaufform setzen. Heißes Wasser angießen, sodass die Förmchen etwa zu 2/3 im Wasser stehen. In den heißen Backofen schieben, Soufflés 1520 Minuten goldbraun backen.

In der Zwischenzeit den Feldsalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen.

Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Feldsalat und Schnittlauch in eine Schüssel geben. Das Dressing darüber geben und untermischen.

Gebackene Parmesan-Soufflés vorsichtig aus den Förmchen lösen. Feldsalat auf Teller geben und die Soufflés darauf anrichten.

Jörg Sackmann am 19. Dezember 2024

Zwiebel-Tarte mit Feigen

Für 4 Personen

3 Zwiebeln	80 g Butter	Salz
1 TL Zucker	250 g Filoteig	1 Orange
200 g saure Sahne	200 g Mascarpone	1 Ei
2 Eigelbe	1 TL Honig	Pfeffer
6 frische Feigen	1 EL eingel., grüne Pfefferkörner	2 EL Pinienkerne
150 g Blauschimmel-Käse	2 EL Balsamico-Creme	

Die Zwiebeln schälen, vierteln und in dünne Streifen schneiden.

In einer Pfanne Butter schmelzen.

Etwas mehr als die Hälfte der geschmolzenen Butter aus der Pfanne in eine kleine Schüssel gießen und zunächst beiseitestellen.

Die Zwiebelstreifen zur restlichen Butter in der Pfanne geben und glasig anschwitzen.

Dann mit einer Prise Salz und Zucker würzen und goldbraun karamellisieren. Die Pfanne vom Herd ziehen.

Eine Tarteform (26 cm Durchmesser) mit etwas geschmolzener Butter ausfetten.

Die Teigblätter einzeln auf der Arbeitsfläche ausbreiten, jeweils mit etwas geschmolzener Butter bepinseln und die Form damit auslegen, dabei dürfen sich mehrere Teigschichten überlappen. Auch am Rand etwas Teig überlappen lassen.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die karamellisierten Zwiebeln auf den Teig in die Form geben.

Orange heiß waschen, trocken reiben und ca. 1 TL Schale dünn abreiben.

Saure Sahne, Mascarpone, Ei, Eigelbe, abgeriebene Orangenschale und Honig in eine Schüssel geben und mit dem Schneebesen glatt verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen und die Masse über die Zwiebeln in der Form geben.

Die Feigen vorsichtig waschen, putzen, vierteln. Geviertelte Feigen ebenfalls auf der Tarte verteilen und leicht in die Mascarpone-Ei-Masse drücken.

Pfefferkörner und Pinienkerne grob hacken und über die Tarte streuen.

Die Tarte in den vorgeheizten Ofen geben und zunächst 20 Minuten backen.

In der Zwischenzeit den Käse in 1 cm große Würfel schneiden.

Nach 20 Minuten die Tarte aus dem Ofen nehmen, mit dem Käse bestreuen und nochmals 10 Minuten in den Ofen geben.

Die gebackene Tarte nach dem Backen etwas stocken und lauwarm abkühlen lassen.

Dann vorsichtig aus der Form lösen, nach Belieben mit etwas Balsamico-Creme beträufeln und servieren.

Jörg Sackmann am 09. September 2024

Kürbis-Püree mit Tomaten-Praline

Für 4 Personen

Für die Tomatenpralinen:

12 Kirschtomaten	2 EL Olivenöl	2 Zweige Majoran
1 Bio-Orange	50 g Zucker	60 ml Estragonessig
1 EL Ingwersaft	2 EL Tomatenmark	1 EL süße Chilisauce
Salz	Pfeffer	1/2 TL Piment, gemahlen
1 Gewürznelke	1/2 TL Cayennepfeffer	

Für das Kürbispüree:

20 g frischer Ingwer	1 Zweig Rosmarin	2 EL Honig
1 kg Muskatkürbis	100 ml Olivenöl	Salz
150 ml Gemüsebrühe	Pfeffer	

Für die Tomatenpralinen die Tomaten waschen, abtrocknen.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, die Tomaten zugeben und braten, bis die Haut aufplatzt.

Dann auf Küchenpapier geben und abtropfen lassen.

Majoran abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Die Orange heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben.

Orange halbieren und den Saft auspressen.

Zucker in einem Topf goldgelb karamellisieren, dann mit Essig ablöschen und unter Rühren aufkochen. Abgeriebene Orangenschale und -saft, Ingwersaft, Tomatenmark und Chilisauce zugeben und leicht einköcheln lassen. Dann mit Salz, Pfeffer, Piment, Gewürznelke und Cayennepfeffer würzen und den Topf vom Herd nehmen.

Majoran und Kirschtomaten in den Sud geben und ca. 2-3 Stunden marinieren.

Für den Kürbis Ingwer schälen und in ganz kleine Würfel schneiden.

Rosmarin abbrausen, trocken schütteln, die Nadeln abstreifen und diese sehr fein schneiden.

Rosmarin und Ingwer in einem kleinen Schälchen mit der Hälfte vom Honig vermischen und etwas ziehen lassen.

Kürbis waschen, halbieren, die Kerne mit einem Löffel herausstreichen. Kürbishälften vierteln, schälen und Kürbis in etwa 2 cm große Würfel schneiden.

Etwa 1/3 vom Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Kürbiswürfel darin ca. 2 Minuten anschwitzen. Mit etwas Salz würzen und den restlichen Honig zugeben, alles gut vermischen und zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 3 Minuten köcheln lassen.

Dann die Hälfte der Gemüsebrühe zugeben und alles 5 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Anschließend restliche Gemüsebrühe zugeben und zugedeckt ca.

10 Minuten weiter köcheln lassen, bis der Kürbis weich ist.

Den weich gegarten Kürbis durch eine Flotte Lotte (oder mit einem Kartoffelstampfer) passieren, dabei das restliche Olivenöl zugeben. Das Kürbispüree mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Kürbispüree auf Teller geben, mit der Honig-Ingwer-Paste beträufeln und die marinierten Kirschtomaten darum herumgeben.

Jörg Sackmann am 07. November 2023

Parmesan-Soufflé mit Paprika-Gemüse

Für 4 Personen:

Für das Gemüse:

2 rote Paprikaschoten	2 grüne Paprikaschoten	1 Zwiebel
2 Tomaten	3 EL Olivenöl	3 EL Weißweinessig
1 TL brauner Zucker	1 Zweig Rosmarin	2 Zweige Thymian
25 g grüne Oliven	Pfeffer	

Für das Parmesan-Soufflé:

5 Eier	100 g weiche Butter	250 g Sauerrahm
120 g Weizenmehl, 405	250 g gerieb. Parmesan	Salz
Piment d'Espelette	1 Prise Zucker	Butter, Weizenmehl

Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Paprika waschen, vierteln, entkernen und mit den Schalenseiten nach oben auf einem Backblech oder in einer großen Auflaufform verteilen.

Im heißen Backofen ca. 15 Minuten rösten, bis die Haut an den meisten Stellen dunkel wird und Blasen wirft, dabei den Röstzustand immer wieder kontrollieren.

Anschließend das Blech aus dem Ofen nehmen. Die Backofen-Temperatur auf 180 Grad Ober- und Unterhitze reduzieren.

Die Paprika mit einem nassen Küchentuch bedecken und abkühlen lassen. Dann die Schalen der Paprika abziehen.

Für das Parmesan-Soufflé die Eier trennen.

Butter schaumig aufschlagen, Eigelbe einzeln gründlich unterrühren. Sauerrahm unterrühren. Mehl und Parmesan mischen und unterrühren. Mit etwas Salz und Piment d'Espelette würzen. Eiweiße, je 1 Prise Salz und Zucker in einer Schüssel cremig, nicht zu fest, aufschlagen. Dann vorsichtig nach und nach unter die Parmesanmasse heben.

Souffléförmchen (à 250 ml Inhalt) mit Butter ausstreichen und mit Mehl bestäuben. Die Förmchen etwa zur Hälfte mit der Soufflémasse füllen.

Die Förmchen in eine große, tiefe Auflaufform setzen. Heißes Wasser angießen, sodass die Förmchen etwa zu 2/3 in Wasser stehen. In den heißen Backofen schieben, Soufflé 15-20 Minuten goldbraun backen.

In der Zwischenzeit geschälte Paprika in etwa 1 cm große Würfel schneiden.

Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden.

Die Tomaten überbrühen, abziehen, entkernen und würfeln.

2 EL Olivenöl in der Pfanne erhitzen. Die Zwiebelwürfel darin bei geringer Hitze glasig andünsten. Essig und Zucker zufügen. Alles ca. 5 Minuten sacht köcheln lassen.

Rosmarin und Thymian abbrausen, trocken schütteln, die Nadeln und Blättchen abstreifen und grob schneiden.

Tomatenwürfel, Rosmarin und Thymian unter die Zwiebeln mischen und alles weitere 5 Minuten köcheln lassen.

Oliven grob würfeln.

Paprika und Oliven unter die Tomaten-Zwiebel-Mischung rühren. Paprikagemüse mit Salz, Pfeffer und etwas Olivenöl abschmecken.

Parmesan-Soufflés in den Förmchen direkt aus dem Ofen auf Tellern anrichten. Das Paprikagemüse dazureichen.

Jörg Sackmann am 18. Juli 2023

Buntes Gemüse-Curry mit Nuss-Reis

Für 4 Personen

1 Schalotte	1 EL Olivenöl	150 g Langkornreis
450 ml Gemüsebrühe	400 g Karotten	1 Zwiebel
1 Peperoni	1 Stück Ingwer (3 cm)	500 g Brokkoli
2 EL Sonnenblumenöl	2 EL Currypulver	1 TL rote Currypaste
350 ml Kokosmilch, ungesüßt	½ Bund Lauchzwiebeln	8 Walnusskernhälften
2 EL Mandelblättchen	50 g helle Trauben	Salz
Pfeffer	1 Prise Zucker	

Schalotte schälen und fein würfeln. In einem Topf in 1 EL heißem Olivenöl anschwitzen. Reis dazugeben und Brühe angießen. Alles aufkochen und den Reis ca. 20 Minuten köcheln lassen. Dabei immer mal wieder umrühren.

Karotten schälen und in etwa 2 cm große Würfel schneiden.

Zwiebel schälen und in 1 cm große Würfel schneiden.

Peperoni halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein hacken.

Ingwer schälen und fein schneiden. Brokkoli putzen, in kleine Röschen teilen, waschen und abtropfen lassen. Stiele schälen und fein schneiden.

In einem Topf das Sonnenblumenöl erhitzen. Currypulver und die Currypaste zugeben und unter Rühren anrösten.

Peperoni und Ingwer zugeben und kurz anschwitzen. Zwiebel mit anschwitzen. Dann Karotten zugeben, kurz anschwenken und mit der Kokosmilch ablöschen. Ca. 4 Minuten köcheln lassen.

Dann Brokkoli zugeben und weitere 4 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse mit noch leichtem Biss gegart ist.

Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden.

Walnusskerne grob zerbrechen, mit Mandeln in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.

Auf einen Teller geben.

Die Trauben waschen, abtropfen lassen und, je nach Größe, evtl. halbieren.

Sobald der Reis gar ist und die gesamte Flüssigkeit aufgenommen hat, Nüsse und Mandeln untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Trauben unter das Curry mischen und mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken.

Gemüsecurry und Reis anrichten. Mit Lauchzwiebelringen bestreut servieren.

Jörg Sackmann am 01. November 2022

Marinierte Champignons, Apfel, Brunnenkresse

Für 4 Personen

Für die marinierten Pilze:

600 g Champignons	1 Zwiebel	5 g frischer Ingwer
1 Bio-Zitrone	4 EL Olivenöl	40 ml heller Balsamico
50 ml weißer Portwein	100 ml Gemüsebrühe	2 Stängel frischer Koriander
2 Stängel glatte Petersilie	3 Zweige Zitronenthymian	1 EL Butter
Salz	Piment d'Espelette	1 Prise Zucker
1 TL Speisestärke	2 EL Sauerrahm	

Für den Apfel:

1 Schalotte	2 Sternanis	3 Gewürznelken
2 Äpfel	1 EL Butter	40 ml Balsamico
1 EL Muscovado-Zucker	50 ml Apfelsaft	

Für die Brunnenkresse:

1 Bund Brunnenkresse	1 EL groben Dijonsenf	2 EL Balsamico
Salz	Pfeffer	Zucker
4 EL Olivenöl		

Zusätzlich:

3 Champignons	60 g Parmesan	1 Baguette
---------------	---------------	------------

Für die marinierten Champignons die Pilze putzen.

Zwiebel schälen und fein würfeln. Ingwer schälen und fein reiben.

Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen, die Zwiebelwürfel darin anschwitzen.

Dann mit Balsamico und Zitronensaft ablöschen, den Portwein und die Gemüsebrühe zugeben und die Flüssigkeit um die Hälfte einkochen lassen.

Champignons und Ingwer zugeben und abgedeckt die Pilze sacht ca. 15 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit Koriander, Petersilie und Zitronenthymian abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

Nach der Kochzeit der Pilze den Deckel abnehmen, die Butter einschwenken, die Kräuter und etwas Zitronenschale zugeben, mit Salz, Piment d'Espelette und einer Prise Zucker abschmecken. Die Pfanne vom Herd ziehen und die Pilze in der Marinade noch etwas ziehen lassen.

Für den Apfel die Schalotte schälen und fein würfeln.

Sternanis und Gewürznelken in einen Teebeutel geben und mit Küchengarnt verschließen.

Die Äpfel waschen, schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und die Apfelviertel in kleine Würfel (ca. 5 mm) schneiden.

In einer Pfanne Butter erhitzen und die Schalottenwürfel darin anschwitzen.

Dann mit Balsamico ablöschen, den Zucker und den Gewürzbeutel zugeben. Die Apfelwürfel zugeben und mit dem Apfelsaft ablöschen.

Apfelwürfel kurz darin schwenken, dann die Pfanne vom Herd ziehen. Vor dem Anrichten das Gewürzsäckchen entfernen.

Die Brunnenkresse verlesen, waschen und abtropfen lassen.

Senf mit Balsamico, je 1 Prise Salz, Pfeffer und Zucker in einer Schüssel vermischen, dann das Olivenöl mit dem Schneebesen unterrühren.

Kurz vor dem Servieren die Brunnenkresse mit der Vinaigrette marinieren.

Die marinierten Champignons aus der Marinade nehmen und halbieren.

Stärke mit 1 EL der Marinade verrühren.

Restliche Marinade in einen Topf geben und aufkochen, die angerührte Stärke zugeben und unter Rühren kurz mitkochen.

Den Topf vom Herd nehmen, Sauerrahm unterrühren und restliches Olivenöl untermixen.
Die halbierten Pilze wieder in die Sauce geben.

Die zusätzlichen Champignons putzen, fein schneiden oder hobeln.

Parmesan ebenfalls fein hobeln.

Die marinierten Champignons in der Tellermitte anrichten, die Apfelwürfel darum verteilen. Die marinierte Brunnenkresse dazwischen verteilen. Mit gehobelten Champignons und Parmesan bestreuen und servieren. Das Baguette oder Ciabatta (frisch oder geröstet) dazu geben.

Jörg Sackmann am 13. September 2022

Pochiertes Ei, souffliert mit Parmesan und Blattspinat

Für 4 Personen

Für das Brot:

150 g Baguette 60 g Butter Salz, Pfeffer

Für den Blattspinat:

3 Schalotten 1 Knoblauchzehe 2 Tomaten
200 g Blattspinat 1 EL Olivenöl Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Für die pochierten Eier:

700 ml Wasser 200 ml Weißweinessig 4 Eier (gekühlt)

Für den Parmesanschaum:

50 g sehr weiche Butter 2 Eier (Größe M) 150 g Sauerrahm
100 g Parmesan Salz , Piment d'Espelette 1 Prise Zucker

Außerdem:

Butter

Das Baguette in etwa 1 cm feine Würfel schneiden. Butter in eine Pfanne geben, erhitzen und leicht bräunen.

Die Baguettewürfel zugeben und knusprig braten. Auf einen mit Küchenpapier belegten Teller geben und würzen. Schalotten und Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden.

Tomaten kreuzweise einschneiden, kurz mit kochendem Wasser überbrühen, abschrecken und die Schale abziehen. Tomaten nach Belieben entkernen und in feine Würfel schneiden.

Spinat verlesen, gründlich waschen und trocken schleudern.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Schalotten- und Knoblauchwürfel darin andünsten. Tomatenwürfel zugeben, kurz unterschwenken.

Dann den Blattspinat zugeben, unter Wenden kurz zusammenfallen lassen. Spinat Tomatenmischung mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, etwas abtropfen lassen.

In einem weiten Topf 700 ml Wasser und Essig bis kurz vors Sieden erhitzen.

Die Eier einzeln in kleine Schälchen oder Tassen aufschlagen. Essigwasser mit einem Kochlöffel durchrühren, sodass darin ein Strudel entsteht.

Eier nach und nach in das siedende Wasser gleiten lassen. Bei etwa 90 Grad (knapp unter der Siedegrenze) ca. 5 Minuten ziehen lassen. So bleiben die Eier innen schön cremig.

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze inklusive Grillfunktion vorheizen.

Währenddessen für den Parmesanschaum die Butter in eine Rührschüssel geben und mit den Schneebesens des Handrührgerätes schaumig aufschlagen. Eier trennen. Eigelbe einzeln gründlich unter die Butter rühren.

Dann Sauerrahm und Parmesan unterrühren. Mit etwas Salz und Piment d'Espelette würzen.

Eiweiß, je 1 Prise Salz und Zucker cremig (nicht zu steif!) aufschlagen. Vorsichtig portionsweise unter die Parmesanmasse heben.

Die pochierten Eier mit der Schaumkelle aus dem Topf heben, in eine Schüssel mit eisgekühltem gesalzenem Wasser geben und kurz abschrecken. Eier abtropfen lassen. Nach Belieben abstehende Eiweißteile abschneiden. Vier ofenfeste Gläser oder Gratinformen (à ca. 300 ml Inhalt) mit Butter austreichen. Spinat in den Förmchen verteilen. Brotwürfel darüber streuen.

Pochierte Eier salzen und in die Förmchen verteilen. Etwa 4-5 cm hoch Parmesanschaum auffüllen. Förmchen auf dem Gitterrost in den heißen Backofen schieben. Im heißen Backofen 2-3 Minuten gratinieren. Förmchen vorsichtig aus dem Backofen nehmen, auf Teller setzen und die Soufflés sofort servieren.

Jörg Sackmann am 24. Mai 2022

Mille-feuille von der Kartoffel mit Hähnchen-Keule

Für 4 Personen:

5 Schalotten	100 g Petersilienwurzel	100 g Karotten
1 rote Chilischote	1 Zweig Thymian	4 Hähnchenkeulen
Salz	Pfeffer	2 EL Pflanzenöl
2 EL Tomatenmark	1 EL Aprikosenkonfitüre	250 ml Rotwein
4 Pfefferkörner	3 Pimentkörner	2 Gewürznelken
1 TL geräuch Paprikapulver	600 ml Geflügelbrühe	8 Rosenkohlröschen
700 g Kartoffeln	50 ml Olivenöl	4 EL Butter
2 EL Crème-fraîche	1 TL Speisestärke	

Schalotten schälen und der Länge nach halbieren.

Petersilienwurzeln und Karotten waschen, putzen und schälen, dann schräg in ca. 1 cm breite Scheiben schneiden.

Chilischote waschen, der Länge nach aufschneiden, die Kerne entfernen und Chili fein schneiden. Thymianzweig abbrausen und trocken schütteln.

Aus den Hähnchenkeulen die Knochen auslösen, dann das Fleisch inklusive Haut leicht plattieren, mit Salz und Pfeffer würzen.

In einem Schmortopf das Pflanzenöl erhitzen und die ausgelösten Hähnchenkeulen darin von beiden Seiten anbraten, dann herausnehmen.

Schalotten, Petersilienwurzel und Karotten im Bratfett anbraten. Tomatenmark zugeben und anrösten. Dann Aprikosenkonfitüre untermischen und den Rotwein angießen.

Die Hähnchenkeulen wieder zugeben sowie Pfefferkörner, Pimentkörner, Gewürznelken, Chili, Thymianzweig und Paprikapulver.

So viel Geflügelbrühe angießen, dass die Hähnchenkeulen zu zwei Drittel in der Flüssigkeit liegen. Zugedeckt ca. 30 Minuten schmoren. Währenddessen nach und nach weitere Geflügelbrühe angießen.

In der Zwischenzeit Rosenkohl putzen und die eventuell unschönen Außenblätter entfernen. Dann die Blätter von den Röschen lösen. Das geht einfach, wenn man den Strunk etwas abschneidet. Rosenkohlblätter waschen und gut abtropfen lassen.

Die Kartoffeln waschen, schälen und in dünne Scheiben schneiden oder hobeln.

Das gegarte Fleisch aus dem Schmorfond nehmen.

Die Gemüsescheiben und Schalotten ebenfalls aus dem Schmorfond heben.

Schmorfond inklusive Gewürze etwas einkochen, dann durch ein Sieb in einen Topf passieren.

In einer großen Pfanne Olivenöl erhitzen und die Kartoffelscheiben darin bei mittlerer Hitze goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Hälfte der Butter in einer Pfanne erhitzen und die Rosenkohlblätter darin bei milder Hitze braten, mit Salz würzen.

Crème fraîche zum Schmorfond geben, aufkochen und die Sauce abschmecken.

Speisestärke mit 1 EL Wasser anrühren, zur Sauce geben, aufkochen und die Sauce damit binden. Zuletzt die restliche Butter unterrühren.

Fleisch in Scheiben schneiden.

Die goldbraun gebratenen Kartoffelscheiben mit den Gemüsescheiben, Schalotten und dem Fleisch schichtweise anrichten. Mit der Sauce leicht übergießen und mit den Rosenkohlblättern garnieren.

Jörg Sackmann am 24. Januar 2023

Hähnchen-Ananas-Spieß mit Erdnuss-Soße

Für 4 Personen

Für den Spieß:

400 g Brokkoli	Salz	6 Champignons
250 g frische Ananas	$\frac{1}{2}$ Bund frischer Koriander	4 Hähnchenbrustfilets
1 TL Erdnusspaste	4 EL Erdnussöl	Pfeffer
Piment-d´Espelette		

Für die Sauce:

3 Schalotten	10 g frischer Ingwer	1 Bio-Limette
2 EL Erdnussöl	40 ml Balsamico	3 EL Aprikosenkonfitüre
1 TL Tomatenmark	250 ml Geflügelfond	1 EL Erdnussmus /-paste
1 TL Speisestärke	Salz	Piment-d´Espelette

zusätzlich:

300 g Pak Choi (Senfkohl)	100 g geröstete Erdnüsse	2 EL Erdnussöl
Salz	Pfeffer	

Den Brokkoli putzen, waschen und in kleine Röschen teilen.

Brokkoliröschen kurz (ca. 2 Minuten) in kochendem Salzwasser blanchieren, herausnehmen, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen.

Die Champignons putzen und in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden.

Ananas schälen, in 1 cm große Scheiben schneiden, diese vierteln, den harten Strunk in der Mitte ausschneiden. Die Viertel in etwa 1 cm große Stücke schneiden.

Koriander abrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

Die Hähnchenbrustfilets abwaschen, trocken tupfen und der Länge nach in dünne Scheiben schneiden. Diese leicht plattieren.

Erdnusspaste mit 1 EL Erdnussöl vermischen. Die Fleischscheiben leicht salzen, mit der angerührten Erdnusspaste beträufeln und mit Koriander bestreuen, dann schneckenförmig aufrollen. Den Backofen auf 150 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Dann jeweils 3 Hähnchenrollen, 3 Ananasstücke, 3 Brokkoliröschen und 3 Champignonscheiben abwechselnd auf Schaschlikspieße aufstecken.

Restliches Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen.

Die Fleischspieße mit Pfeffer und Piment d Espelette würzen und in der Pfanne von allen Seiten kräftig anbraten. Dann in eine Auflaufform geben und im Ofen ca. 8 Minuten fertig garen.

Für die Sauce die Schalotten schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Ingwer schälen und fein schneiden.

Die Limette heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und die Limette auspressen.

In einem Topf Erdnussöl erhitzen, die Schalotten darin anschwitzen. Mit Balsamico ablöschen, Aprikosenkonfitüre und Tomatenmark einrühren. Ingwer, Limettensaft zugeben, mit Geflügelfond auffüllen, einige Minuten köcheln lassen. Das Erdnussmus unter die Sauce rühren.

Stärke mit 1 EL Wasser anrühren, zu Sauce geben und kurz aufkochen. Die Sauce mit Salz und Piment d Espelette würzen und abschmecken.

Den Pak Choi putzen, waschen und in Streifen schneiden. Die Erdnüsse grob hacken.

In einer Pfanne Erdnussöl erhitzen und den Pak Chao darin kurz anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zuletzt die Erdnüsse zugeben und unterschwenken.

Zum Anrichten Pak Choi auf Teller geben, darauf je einen Spieß setzen und die Sauce angießen.

Jörg Sackmann am 04. Januar 2022

Überbackene Rinder-Kutteln mit Camembert und Spinat

Für 4 Personen

Für die Kutteln:

600 g Rinder-Kutteln	Salz	2 Zwiebeln
1 Lauchstange	2 Äpfel	2 EL Rapsöl
2 EL Butter	60 ml weißer Balsamico	Zucker
200 ml Weißwein	500 ml Rinderbrühe	5 Korianderkörner
5 Pfefferkörner	2 Pimentkörner	2 Knoblauchzehen
1/2 Bio-Zitrone	2 Lorbeerblätter	1 Zweig Zitronenthymian
250 g Sahne	150 g Crème-fraîche	2 Eigelbe

Für den Spinat:

800 g Blattspinat	1 kleine Zwiebel	2 EL Butter
Salz	Pfeffer	

zusätzlich:

250 g Camembert	4 EL Preiselbeeren	Pfeffer
1 Baguette		

Die Kutteln unter fließendem kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen und in 3 cm lange und 5 mm breite Streifen schneiden.

In einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser die Kuttelstreifen 2 Minuten blanchieren, abschütten, kalt abspülen und abtropfen lassen.

Die Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

Lauch putzen, waschen, das harte Grün entfernen. Das Weiße und Hellgrüne vom Lauch ebenfalls in dünne Streifen schneiden.

Die Äpfel schälen, entkernen und in feine Streifen schneiden.

In einem Topf Rapsöl erhitzen und die gut abgetropften Kuttelstreifen darin kurz anbraten.

Butter, Zwiebel- und Lauchstreifen zugeben und mitanschwitzen.

Mit Balsamico ablöschen und diesen fast vollständig einkochen lassen.

Kutteln mit Salz und Zucker würzen, die Apfelstreifen zugeben und den Weißwein angießen.

Diesen ebenfalls fast vollständig einkochen lassen, dann die Rinderbrühe angießen.

Koriander-, Pfeffer- und Pimentkörner im Mörser grob zerstoßen.

Knoblauch schälen und andrücken.

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben.

Zitronenschale, gemörserte Gewürzkörner, Knoblauch, Lorbeerblätter und Zitronenthymianzweig in einen Papierteebeutel füllen und mit Küchengarn verschließen. Das Gewürzsäckchen zu den Kutteln geben und diese bei milder Hitze ca. 30 Minuten zugedeckt leicht köcheln lassen.

In der Zwischenzeit den Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen.

Die Zwiebel schälen und fein würfeln.

In einer tiefen Pfanne Butter erhitzen, die Zwiebelwürfel darin anschwitzen, Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Nach 30 Minuten Kochzeit der Kutteln bei geöffnetem Deckel und etwas stärkerer Hitze die Flüssigkeit im Topf um etwa die Hälfte einkochen.

2/3 der Sahne und die Crème fraîche zugeben, weitere ca. 5 Minuten köcheln lassen.

Zuletzt die restliche Sahne mit den Eigelben verquirlen. Den Topf vom Herdziehen, das Gewürzsäckchen entfernen und die Ei-Sahne unter die heißen Kutteln rühren. Die Kutteln in der Sauce abschmecken.

Vom Backofen die Grillfunktion oder Oberhitze auf 220 Grad einschalten.

Spinat in Portions-Auflauf-Formen oder tiefe Porzellanteller verteilen. Darauf die Kutteln geben.

Camembert in dünne Scheiben schneiden und über die Kutteln geben. Im vorgeheizten Ofen den Käse goldbraun gratinieren.

Anschließend aus dem Ofen nehmen, Preiselbeeren obenauf geben und mit Pfeffer bestreuen. Dazu Baguettescheiben servieren.

Tipp: Besonders fein schmeckt es mit gerösteten Brotscheiben. Dazu das Baguette in dünne Scheiben schneiden und diese in einer Pfanne mit etwa Butter von beiden Seiten goldbraun rösten.

Jörg Sackmann am 01. März 2022

Röllchen vom Tafelspitz mit Zwiebeln und Pastinaken-Soße

Für 4 Personen:

Für die Fleischröllchen:

800 g Kalbstafelspitz	Salz	Pfeffer
2 EL Olivenöl	2 Zweige Thymian	2 Knoblauchzehen
80 g Staudensellerie	80 g Pastinaken	3 EL Butter
100 ml Wasser	1 Prise Zucker	2 Zweige frischer Majoran
2 EL Erdnusspaste	100 ml Portwein	30 g Sahne

Für die Zwiebeln:

6 rote Zwiebeln	4 Korianderkörner	2 Gewürznelken
3 Wacholderbeeren	6 Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt
1 Zweig Thymian	200 ml Rotwein	25 ml dunkler Balsamico
20 g Sauerkirschkonfitüre		

Für die Sauce:

300 g Pastinaken	80 g Butter	Salz
500 ml Gemüsebrühe	300 g Sahne	

Für den Tafelspitz den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das Fleischstück trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, das Fleisch darin auf jeder Seite jeweils etwa 2 Minuten kräftig anbraten.

Thymianzweige abbrausen und trocken schütteln. Knoblauchzehen andrücken.

Dann das Fleisch auf ein Backblech geben und im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen 5 Minuten garen.

Anschließend die Backofentemperatur auf 100 Grad reduzieren, Knoblauch und Thymian mit aufs Backblech geben, das Fleisch im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene ca. 1,5 Stunde garen, bis die Kerntemperatur ca. 70 Grad beträgt.

Staudensellerie putzen und waschen, Pastinaken waschen und schälen.

Staudensellerie und Pastinaken in ca. 7 cm lange und 0,5 cm dicke Stifte schneiden.

Die Hälfte der Butter in einer Pfanne erhitzen und die Gemüestifte darin farblos anschwitzen, Wasser zugeben und das Gemüse gar dünsten. Gemüestreifen mit Salz und einer Prise Zucker würzen.

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden.

Korianderkörner, Gewürznelken, Wacholderbeeren, Pfefferkörner, Lorbeerblatt und den Thymianzweig in einen Teebeutel geben und diesen verschließen.

Die Zwiebeln mit Rotwein und Balsamico in einen Topf geben und aufkochen. Den Teebeutel mit den Gewürzen zugeben, alles köcheln lassen, bis die Flüssigkeit um etwa die Hälfte eingekocht ist.

Zuletzt die Konfitüre untermischen, den Topf vom Herd ziehen, ca. 10 Minuten ziehen lassen, dann den Gewürz-Teebeutel entfernen.

Für die Sauce die Pastinaken waschen, schälen und klein schneiden. Butter in einen Topf geben und bräunen.

Pastinaken mit ca. 300 ml Wasser und einer Prise Salz in einem Topf weich dünsten.

Sobald die Pastinaken gegart sind und noch etwas Wasser im Topf ist, dieses abgießen.

Gemüsebrühe und Sahne zugeben und aufkochen. Die braune Butter zugeben, alles fein pürieren, die Sauce durch ein Sieb passieren und abschmecken.

Für die Erdnusspaste den Majoran abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden.

In einem Topf Erdnusspaste mit der restlichen Butter erwärmen. Mit Portwein ablöschen, diesen

fast vollständig einkochen lassen. Majoran und Sahne untermischen.

Den gegarten Tafelspitz gegen die Faser in sehr dünne Scheiben schneiden.

Die Scheiben mit der eingekochten Erdnusspaste bestreichen, die Gemüsestreifen quer auf die Fleischscheiben legen und zu Röllchen aufrollen.

Fleischröllchen, Zwiebeln und Sauce anrichten.

Jörg Sackmann am 20. Dezember 2022

Fleisch-Küchle cordon bleu, Remoulade, Pommes Allumettes

Für 4 Personen

700 g Kartoffeln, vorw. festk. 1 l Frittier-Öl Salz, Pfeffer

Fleischküchle:

100 g Brötchen vom Vortag 130 ml Milch Salz
Pfeffer 1 Zwiebel 1 EL Butter
500 g Kalbfleisch 1 Bund glatte Petersilie 50 g gekochter Schinken
2 Eier 1 Msp. scharfer Senf Muskatnuss
60 g Raclette-Käse

Remoulade:

1 Eigelb (extrafrisch) 110 ml Olivenöl 20 ml weißer Balsamico
1/2 TL scharfer Senf Salz Pfeffer
2 Bund Brunnenkresse 2 Schalotten 2 EL Sauerrahm
1 TL Meerrettich 1 Spritzer Zitronensaft

Für die Pommes Allumettes Kartoffeln schälen und der Länge nach in etwa 0,5 cm dicke Scheiben schneiden oder hobeln. Dann in feine Stifte schneiden. Ca. 15 Minuten in reichlich kaltem Wasser wässern.

Inzwischen für die Fleischküchle Brötchen in Würfel schneiden und in eine Schüssel geben.

Milch erwärmen, mit Salz und Pfeffer würzen und über die Brötchenstücke träufeln.

Zugedeckt kurz ziehen lassen.

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Etwas abkühlen lassen.

Währenddessen Fleisch gegebenenfalls sauber parieren, kalt abrausen, trocken tupfen und in grobe Stücke schneiden. Petersilie abrausen, trocken schütteln und grob hacken.

Schinken würfeln.

Den Backofen auf etwa 160 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen.

Zwiebeln, Schinken, Petersilie und Fleischwürfel durch den Fleischwolf in eine Schüssel drehen.

Eingeweichte Brötchenwürfel, Eier, Senf, Salz, Pfeffer und Muskat zum Fleisch geben.

Alles gründlich vermengen, bis eine Bindung entsteht und nochmals kräftig würzen.

Den Käse in 46 Stücke schneiden.

Aus der Masse mit leicht angefeuchteten Händen 46 Frikadellen formen. Dabei jeweils mittig ein Stück Käse mit einformen.

Das Rapsöl in einer Pfanne erhitzen. Die Frikadellen darin von beiden Seiten kurz anbraten.

Frikadellen dann in eine weite Auflaufform legen und im heißen Backofen ca. 8 Minuten fertig garen. Die Frikadellen sollten gar, aber innen noch schön saftig sein.

Inzwischen für die Remoulade Eigelb, 100 ml Olivenöl, Balsamico und Senf in einen hohen Mixbecher geben. Mit dem Pürierstab oder Schneebesen kräftig zu einer dicklichen Mayonnaise verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Brunnenkresse verlesen, waschen und gründlich trocken schleudern.

Schalotten fein würfeln. Übriges Öl in einem Topf erhitzen, die Schalottenwürfel darin glasig andünsten. Brunnenkresse, bis auf etwa 2 EL, zugeben und kurz andünsten.

Gedünstete Brunnenkresse kurz abtropfen lassen.

Brunnenkresse, fein mixen, Mayonnaise kurz untermischen. Sauerrahm und Meerrettich unterrühren. Den Dip mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Übrige Brunnenkresseblätter fein schneiden und unter den Dip rühren.

Die Kartoffelstifte abtropfen lassen und auf einem sauberen Geschirrtuch ausbreiten. Mit Küchenpapier zusätzlich trocken tupfen.

Das Frittierfett/-öl in einer Fritteuse oder einem weiten Topf auf etwa 180 Grad erhitzen.

Kartoffelstifte darin portionsweise goldbraun und knusprig frittieren.

Kartoffelstifte auf Küchenpapier geben und kurz überschüssiges Fett abtropfen lassen.

Pommes Allumettes mit Salz und Pfeffer würzen.

Fleischküchle, Brunnenkresse-Remoulade und Pommes Allumettes anrichten und sofort servieren.

Jörg Sackmann am 12. April 2022

Knusper-Stulle mit Roastbeef

Für 4 Personen

Für die Stulle:

150 g Salatgurke	100 g weißer Rettich	100 ml Wasser
60 ml weißer Balsamico	1,5 EL Zucker	Salz
600 g Roastbeef	1 EL Butterschmalz	Pfeffer
600 g Bauernbrot	60 g Butter	1 kleiner Romanasalat
1 Ochsenherztomate	8 Kirschtomaten	120 g Bacon

Für die Würzsauce:

1 rote Chilischote	4 Stängel Basilikum	4 Stängel glatte Petersilie
2 Eigelbe	1 EL Senf, mittelscharf	1 EL Worcestershiresauce
1 EL Tomatenmark	3 EL Balsamico	200 ml Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Gurke waschen, halbieren, die Kerne austreichen. Gurkenhälften in etwa 5 mm feine Scheiben schneiden.

Rettich waschen, schälen und in dünne Scheiben schneiden.

In einem Topf Wasser, Balsamico, Zucker und eine Prise Salz aufkochen. Gurken- und Rettichscheiben zugeben und untermischen. Den Topf vom Herd ziehen und das Gemüse 1 Stunde im Sud ziehen lassen.

Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das Roastbeef parieren (Fett und Sehnen entfernen), leicht salzen.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und das Roastbeef darin rundherum anbraten.

Dann auf ein Backofengitter geben und im vorgeheizten Ofen 5 Minuten garen.

Anschließend herausnehmen, mit Pfeffer würzen und zugedeckt auskühlen lassen.

Das Brot in 12 ca. 7 mm feine Scheiben schneiden. Die Brotscheiben dünn mit Butter bestreichen.

Eine große Pfanne erhitzen und die Brotscheiben darin nacheinander von beiden Seiten knusprig braten, herausnehmen und auf einer Platte verteilen.

Für die Würzsauce die Chilischote waschen, der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und Chili fein schneiden.

Basilikum und Petersilie abbrausen trocken schütteln, die Blätter abzupfen. Einige Kräuterblätter für die Garnitur beiseitelegen. Restliche Blätter grob schneiden.

Eigelbe, Senf, Worcestershiresauce, Tomatenmark, Balsamico, Chilischote und geschnittene Kräuter in einen Pürierbecher geben und zu einer feinen Creme mixen.

Anschließend das Olivenöl langsam zu einer dickflüssigen Sauce mit dem Pürierstab oder Schneebesen unterrühren. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Romanasalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen.

Die Ochsenherztomate waschen, halbieren, den Strunkansatz entfernen und die Tomatenhälften in Scheiben schneiden.

Kirschtomaten waschen, abtropfen lassen.

Die Speckscheiben in einer Pfanne knusprig braten, herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Im Bratfett in der Pfanne die Kirschtomaten kurz warm schwenken, mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Hälfte der gebratenen Speckscheiben in Streifen schneiden.

Gurke und Rettich aus der Marinade nehmen und abtropfen lassen.

Das Roastbeef in dünne Scheiben aufschneiden.

Zum Anrichten 2/3 der gerösteten Brotscheiben mit der Würzsauce bestreichen. Die bestrichenen Brotscheiben jeweils mit Roastbeef, Speckstreifen, Salatblatt, Tomatenscheibe, Gurke

und Rettich belegen, darauf noch etwas Würzsauce geben. Dann jeweils 2 belegte Brotscheiben aufeinanderlegen und darauf jeweils eine unbelegte Scheibe geben. Auf jede Stulle eine Scheibe Speck und 2 Kirschtomaten geben, diese mit einem Zahnstocher fixieren. Restliche Kräuter überstreuen und servieren.

Jörg Sackmann am 30. August 2022

Pulled Eisbein mit Krautsalat und Kartoffel-Chips

Für 4 Personen

Für das Fleisch:

1 kg Eisbein, gepökelt	2 Zwiebeln	2 Lorbeerblätter
2 Gewürznelken	1 Knoblauchzehe	1 Bund Suppengrün
10 Pfefferkörner	Pflanzenöl	Salz, Pfeffer

Für den Krautsalat:

600 g Weißkohl	Salz	2 EL Kümmel
1 Bio-Limette	Pfeffer	3 EL Rapsöl

Für die Chips:

2 Kartoffeln, festkochend	250 g Frittierfett	Salz
---------------------------	--------------------	------

Für die Senfcreme:

2 Schalotten	4 EL Rapsöl	100 ml Eisbeinfond
3 EL mittelscharfer Senf	20 ml weißer Balsamico	Salz, Pfeffer

Das Eisbein in einen großen Topf geben, mit kaltem Wasser bedecken und langsam zum Kochen bringen.

In der Zwischenzeit die Zwiebeln abziehen und jeweils mit einem Lorbeerblatt und einer Gewürznelke spicken.

Die Knoblauchzehe abziehen. Das Suppengrün putzen, waschen und grob zerkleinern.

Nach dem Aufkochen des Wassers, den dabei entstandenen Schaum entfernen.

Das Suppengemüse, die gespickten Zwiebeln, Knoblauchzehe und angedrückte Pfefferkörner zum Eisbein in den Topf geben. Das Eisbein ca. 2 Stunden leicht köchelnd weichkochen. Es ist weich, wenn sich das Fleisch leicht vom Knochen lösen lässt.

In der Zwischenzeit für den Krautsalat vom Weißkohl äußere, eventuell angetrocknete Hüllblätter entfernen. Den Kohl vierteln, den harten Strunk entfernen und die Kohlviertel in sehr feine Streifen schneiden oder hobeln.

Die Kohlstreifen in eine Schüssel geben, leicht salzen, mit der Hand gut durchkneten und ca. 1 Stunde ziehen lassen.

Anschließend die Kohlstreifen kurz kalt abbrausen und gut abtropfen lassen oder trockenschleudern.

Kümmel in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten.

Die Limette heiß waschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben. Limette halbieren und den Saft auspressen.

Weißkohlstreifen mit Salz, Pfeffer, Öl, angerösteten Kümmel, Limettensaft und -abrieb würzen, abschmecken und beiseitestellen.

Für die Chips die Kartoffeln waschen, schälen und mit dem Gemüsehobel in hauchdünne Scheiben schneiden.

Die Kartoffelscheiben 10 Minuten in lauwarmes Wasser legen, dann abgießen und auf einem sauberen Küchentuch sehr gut abtrocknen.

In einem hohen Topf das Frittierfett gut erhitzen. Die Kartoffelscheiben darin portionsweise goldgelb frittieren, mit einer Siebkelle herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.

Sobald das Eisbein weichgekocht ist, aus dem Topf nehmen. Knochen und Schwarte entfernen und das Fleisch klein zupfen.

Vom Kochfond 100 ml abnehmen, durch ein Sieb geben und für die Senfcreme beiseitestellen.

Für die Senfcreme die Schalotten abziehen und fein würfeln.

In einer Pfanne 1 EL Rapsöl erhitzen und die Schalotten darin goldgelb anschwitzen.

Eisbeinfond mit Senf und restlichem Öl vermischen, die angeschwitzten Schalotten und Balsamico untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Vor dem Anrichten, das gezupfte Fleisch in einer Pfanne in etwas heißem Öl kurz scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das gezupfte Fleisch zusammen mit dem Weißkrautsalat anrichten. Die Senfcreme darüber träufeln. Mit Kartoffelchips garniert servieren.

Jörg Sackmann am 17. Oktober 2023

Kleine Schweine-Schnitzel mit Zwetschgen-Haselnuss-Soße

Für 4 Personen:

Für die Schnitzel:

Salz	Chilipulver	Kreuzkümmel, gemahlen
Korianderkorn	Pfefferkörnern	Muskatnuss
Rohrzucker	Sauerteigbrot	Butter
Schweinelende	Pflanzenöl	Hartkäse, 8 Monate gereift

Für die Sauce:

80 g Haselnusskerne	300 g frische Zwetschgen	100 g getrock. Pflaumen
1 Orange	2 rote Zwiebeln	60 ml Olivenöl
1 EL Rohrzucker	3 EL dunkler Balsamico	100 ml dunkler Portwein
200 ml Geflügelbrühe		

Salz, Chilipulver, Kreuzkümmel, Koriander, Pfefferkörner, Muskat und Zucker im Mörser zu einem fein Gewürzsalz zerstoßen.

Das Sauerteigbrot in etwa 1 cm große Würfel schneiden.

In einer Pfanne Butter erhitzen und die Brotwürfel darin knusprig anbraten, anschließend auf Küchentrepp abtropfen lassen.

Die Schweinelende parieren (Fett und Sehnen ablösen) und in 12 dünne Scheiben schneiden, diese dünn plattieren.

Für die Sauce die Haselnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann etwas abkühlen und grob hacken.

Die Zwetschgen abwaschen, abtrocknen, halbieren, Steine entfernen und die Fruchthälften jeweils in dünne Streifen schneiden.

Die getrockneten Pflaumen ebenfalls in Streifen schneiden.

Die Orange heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale dünn abreiben. Anschließend die übrige Schale mit einem Messer so abschneiden, dass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch haftet. Die Orangenfilets mit einem Messer zwischen den Trennwänden herausschneiden.

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

In einer tiefen Pfanne die Hälfte vom Olivenöl erhitzen, die Zwiebelstreifen darin ca. 1 Minute anschwitzen.

Rohrzucker darüber streuen und karamellisieren lassen. Mit Balsamico ablöschen und diesen fast vollständig einkochen lassen.

Dann die Zwetschgen- und Pflaumenstreifen, Orangenfilets und -schale zugeben und Portwein angießen. Diesen um etwas mehr als die Hälfte einkochen lassen.

Die Geflügelbrühe zugeben und die Sauce noch ein paar Minuten leicht köcheln lassen.

In der Zwischenzeit in einer möglichst großen Pfanne etwas Öl erhitzen und die Fleischscheiben darin kurz von beiden Seiten braten und mit dem Gewürzsalz würzen. (Nur so viel Scheiben auf einmal braten, wie in die Pfanne passen. Restliche Scheiben nach und nach braten, die gebratenen Fleischscheiben auf einen Teller geben.) Restliches Olivenöl unter die Sauce rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken (falls noch etwas vom Gewürzsalz übrig ist, kann auch damit abgeschmeckt werden) und die gehackten Nüsse untermischen.

Jeweils 3 kleine Schnitzel auf einem Teller anrichten, Zwetschgensauce darüber geben und geröstete Brotwürfel darüber streuen. Zuletzt etwas Hartkäse darüber hobeln und servieren.

Jörg Sackmann am 05. September 2023

Spargel-Lasagne mit Schweine-Filet

Für 4 Personen

Für den Nudelteig:

250 g Hartweizenmehl	1 Ei	3 Eigelb
2 EL Olivenöl	Salz	1 EL Wasser

Für das Fleisch:

1/2 Bio-Orange	3 Stängel Estragon	1 EL grober scharfer Senf
2 EL Olivenöl	1 TL Kaffeesatz	1 Prise brauner Zucker
Salz	Pfeffer	600 g Schweinefilet
150 g dünne Speck-Scheiben		

Für den Sugo:

1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen	80 g Staudensellerie
3 Stängel Estragon	2 EL Olivenöl	2 EL Tomatenmark
500 g stückige Tomaten	1 TL Zucker	150 ml Wasser
Salz	Pfeffer	

Für den Spargel:

6 Lauchzwiebeln	600 g weißer Spargel	150 g Parmesan
80 g Butter	Salz	Pfeffer
2 EL Balsamico	20 ml Ahornsirup	

Für den Nudelteig Mehl, Ei, Eigelbe, 1 EL Öl, eine Prise Salz und Wasser in eine Schüssel geben zu einem glatten Teig kneten. Ist der Teig zu fest, noch etwas Wasser zugeben. Den Teig abgedeckt etwa 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Für das Fleisch die Orange heiß abwaschen, abtrocknen und ca. 1 TL Schale fein abreiben.

Estragon abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

Groben Senf mit Olivenöl, Kaffeesatz, abgeriebener Orangenschale und Estragon in einer Schüssel zu einer Marinade verrühren, mit braunem Zucker, Salz und Pfeffer würzen.

Das Schweinefilet mit der Marinade rundum bestreichen, dann mit den Speckscheiben umwickeln.

Abgedeckt das vorbereitete Schweinefilet 30 Minuten kalt stellen.

In der Zwischenzeit für den Tomatensugo Zwiebel und Knoblauch schälen. Zwiebel fein schneiden, Knoblauch andrücken.

Staudensellerie putzen, waschen und in feine Würfel schneiden.

Estragon abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig anschwitzen.

Knoblauch und Staudensellerie zugeben und kurz mitandünsten. Dann das Tomatenmark unterrühren und kurz mitdünsten.

Die stückigen Tomaten, Estragon und Zucker zugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Dann mit dem Wasser ablöschen und die Sauce ca. 30 Minuten offen leicht köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Eine Pfanne erhitzen und das vorbereitete Fleisch darin von allen Seiten anbraten.

Dann das Fleisch in eine Auflaufform geben, den entstanden Bratensatz darüber gießen und im vorgeheizten Ofen ca. 8-10 Minuten garen.

Den Backofen ausschalten, die Backofentür etwas öffnen und das Fleisch in der Restwärme ca. 30 Minuten ruhen lassen.

Den vorbereiteten Nudelteig mit der Nudelmaschine oder mit einem Rollholz dünn ausrollen und mit einem Teigschneider 10 x 6 cm große Lasagneblätter ausschneiden.

Die Teigblätter in kochendem Salzwasser bissfest garen. Abbeißen, abtropfen lassen, mit Öl beträufeln und warm halten.

Lauchzwiebeln putzen, waschen und in ca. 6 cm lange Stücke schneiden.

Spargel schälen und die eventuell holzigen oder angetrockneten Enden abschneiden.

Spargel schräg in je 3 Stücke schneiden. Dicke Stangen der Länge nach halbieren.

Käse in feine breite Späne hobeln.

In einer großen Pfanne die Butter erhitzen und die Spargelstücke darin langsam anbraten, die Lauchzwiebeln zugeben und leicht schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Balsamico und Ahornsirup ablöschen.

Das gegarte Schweinefilet in dünne Scheiben aufschneiden.

Auf den Tellern im Wechsel nach und nach Lasagne-Blätter und Spargel-Zwiebellauch-Gemüse mit Fleischscheiben, Tomatensugo und Käse aufschichten. Mit einem Nudelblatt abschließen. Etwas Tomatensugo darauf geben und mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreut servieren.

Jörg Sackmann am 09. Mai 2023

Kotelett mit Zwiebelcrunch

Für 4 Personen

Für den Crunch:

2 Äpfel (Braeburn)	1 TL Puderzucker	1 TL Zitronensaft
1 TL Wasser	2 Zwiebeln	1 Zweig Thymian
2 EL Mehl	Salz	Pfeffer
200 ml Pflanzenöl		

Für den Kartoffelstampf:

400 g Frühkartoffeln	Salz	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian	2 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe
4 EL Olivenöl	50 ml weißer Balsamico	100 ml Apfelsaft
Salz	Piment d'Espelette	

Für den Joghurdip:

1/2 Bio-Zitrone	1 Knoblauchzehe	300 g Joghurt aus Schafsmilch
1 TL Honig	1 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Für das Fleisch:

4 Schweinekoteletts (à 200 g)	Salz	Pfeffer
3 EL Olivenöl	1 Zweig Rosmarin	

Für den Crunch den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Die Äpfel waschen, schälen, halbieren, entkernen und die Apfelhälften in feine dünne Scheiben schneiden.

Puderzucker, Zitronensaft und Wasser vermischen, über die Apfelscheiben geben und gut durchmischen.

Dann die Apfelscheiben auf 2-3 mit Backpapier ausgelegte Backbleche geben und im vorgeheizten Ofen ca. 2 Stunden trocknen lassen.

Die Zwiebeln schälen, vierteln und in feine Streifen schneiden.

Thymian abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen.

Mehl mit den Thymianblättchen, je 1 Prise Salz und Pfeffer mischen, über die Zwiebelstreifen geben und gut durchmischen.

In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Zwiebelstreifen darin goldbraun und knusprig braten. Dann die Zwiebeln auf Küchenpapier abtropfen und abkühlen lassen.

Für den Stampf die Kartoffeln gut waschen und in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser ca. 30 Minuten zugedeckt weichkochen. Anschließend abgießen, kurz ausdampfen lassen und pellen.

In der Zwischenzeit für den Joghurt und den Kartoffelstampf Rosmarin und Thymian abbrausen, trocken schütteln, die Nadeln und Blättchen abstreifen und fein schneiden.

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben.

Knoblauch schälen und fein schneiden.

Den Joghurt in eine Schüssel geben und die Hälfte der geschnittenen Kräuter (Rest ist für den Kartoffelstampf), Zitronenabrieb, Knoblauch, Honig und Olivenöl untermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den gewürzten Joghurt bis zum Servieren kalt stellen.

Von den Koteletts den Fettrand mit einem scharfen Messer mehrmals einstreichen. Die Koteletts mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Rosmarinzweig und die Koteletts einlegen. Die Koteletts von jeder Seite jeweils ca. 5 Minuten bei mittlerer Hitze braten, dann die Pfanne vom Herd ziehen und die Koteletts darin zugedeckt ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Für den Kartoffelstampf die Zwiebeln schälen und in etwa 1 cm große Würfel schneiden.

Knoblauch schälen und fein schneiden.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln zugeben und andünsten.
Dann mit Balsamico und Apfelsaft ablöschen. Knoblauch, Rosmarin und Thymian zugeben und die Zwiebeln weich garen.

Die Kartoffeln mit einer Presse oder einer Gabel zerdrücken und locker unter die Zwiebeln mischen. Restliches Olivenöl untermischen und mit Salz und Piment d'Espelette würzen.

Getrocknete Äpfel zerbrechen und knusprig gebratene Zwiebeln fein schneiden. Beides mischen. Die Pfanne mit dem Fleisch nochmals erhitzen und die Koteletts auf jeder Seite ca. 1 Minute kräftig braten.

Kotelett und Kartoffelstampf anrichten, den Crunch aufstreuen und den Joghurtdip dazu reichen.

Jörg Sackmann am 03. Mai 2022

Zucchini-Käse-Päckchen auf Kiwi-Gurken-Carpaccio

Für 4 Personen

Kiwi-Gurken-Carpaccio:

2 Bio-Zitronen	50 g Puderzucker	Salz
Piment d'Espelette	60 ml Olivenöl	4 Kiwis
1 Salatgurke	8 Kapuzinerkresse-Blätter	

Für die Zucchini-Käse-Päckchen:

250 g Zucchini	1 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer	60 g Walnusskerne	1 EL Zucker
200 g Weichkäse	1 Strudelteigrolle (ca. 300 g)	500 g Frittierfett

Für die Marinade die Zitronen heiß abwaschen, abtrocknen, dann etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

Zitronensaft mit Puderzucker in einen Topf geben und ein paar Minuten köcheln lassen, dann etwas Zitronenschale untermischen und mit Salz und Piment d'Espelette abschmecken.

Den Topf vom Herd nehmen und langsam das Olivenöl unterrühren.

Kiwis schälen und die Früchte in dünne Scheiben schneiden.

Die Gurke abwaschen, trocken tupfen und in 2 mm dicke Scheiben hobeln.

Die Teller abwechselnd kreisförmig mit den Kiwi- und Gurkenscheiben belegen und mit der Zitronen-Olivenöl-Marinade beträufeln.

Kapuzinerkresse-Blätter abbrausen, trocken schütteln, in feine Streifen schneiden und über die Gurken- und Kiwischeiben streuen.

Die Zucchini abwaschen und die Enden abschneiden. Zucchini in kleine Würfel schneiden.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Zucchini darin anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Walnusskerne grob zerbrechen. Walnüsse in eine Pfanne ohne Fett geben, Zucker überstreuen und die Nüsse karamellisieren lassen.

Den Käse in Stücke schneiden.

Käse, Zucchini und Walnusskerne in eine Schüssel vermischen, mit etwas Pfeffer würzen.

Den Strudelteig entrollen und in 8 Quadrate von ca. 15 cm Kantenlänge schneiden. Dann die Quadrate schräg halbieren, dass aus jedem Quadrat 2 Dreiecke entstehen. Die Dreiecke mit der langen Kante nach unten auf die Arbeitsplatte legen.

In die Mitte der Dreiecke jeweils 2 EL der Füllung geben. Die Teigränder mit etwas Wasser bestreichen, die obere Spitze und die beiden Seitenspitzen umklappen, so dass kleine Teigpäckchen entstehen.

In einem Topf das Frittierfett erhitzen und die Teigpäckchen darin portionsweise knusprig ausbacken. Mit einer Siebkelle herausnehmen und kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Gebackene Zucchini-Päckchen auf die vorbereiteten Teller mit dem Kiwi-Gurken-Carpaccio geben und servieren.

Jörg Sackmann am 19. Juli 2022

Reh-Mdaillons mit Rote Bete-Waffeln

Für 4 Personen

Für Waffeln, Gemüse:

grobes Salz	2 Rote Bete, mittelgroß	1 Weiße Bete, mittelgroß
1 Gelbe Bete, mittelgroß	3 Schalotten	120 g kalte Butter
40 ml Sherryessig	Salz	1 Prise Kreuzkümmel
1 Bio-Orange	200 ml Gemüsebrühe	Pfeffer
2 Eier	120 g weiche Butter	50 g Zucker
80 g Weizenmehl, 405	70 g Speisestärke	1 TL Backpulver
2 EL Olivenöl		

Für die Knusperstreusel:

100 g Butter	50 g Zucker	120 g Weizenmehl, 405
1 EL Roh-Rohrzucker	1 Msp. Backnatron	1 Msp. Zimt, gemahlen
1 Msp. Ingwerpulver	1 Msp. Gewürznelke, gemahlen	1 EL schwarzer Pfeffer

Für Fleisch und Sauce:

500 g ausgel. Rehrücken	3 Schalotten	1 Knoblauchzehe
2 Zweige Thymian	1 Zweig Rosmarin	4 EL Pflanzenöl
2 EL Preiselbeeren	100 ml Portwein	250 ml Rotwein
2 Lorbeerblätter	3 Wacholderbeeren	250 ml Wildfond
80 g Butter	Salz	Pfeffer

Außerdem:

Waffeleisen	Speiseöl
-------------	----------

Den Backofen auf 190 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Den Boden einer Auflaufform etwa 5 mm hoch mit grobem Salz bestreuen.

Die Bete Knollen gut abwaschen und auf das Salz in der Auflaufform geben. Im vorgeheizten Backofen je nach Größe der Knollen ca. 35-60 Minuten weich garen.

Die weich gegarten Bete-Knollen aus dem Ofen nehmen, leicht abkühlen lassen und schälen.

Die Rote Beten in etwa 2 cm große Würfel schneiden. Die gelbe und weiße Bete in Spalten schneiden und beiseitestellen.

Schalotten schälen und fein schneiden.

In einem Topf ca. 1/3 der Butter schmelzen und die Schalotten darin anschwitzen. Dann die gewürfelte Rote Bete zugeben und mit Essig ablöschen. Mit Salz und Kreuzkümmel würzen.

Die Orange heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und mit in den Topf zu den Bete-Würfeln geben. Gemüsebrühe angießen und die Flüssigkeit vollständig einkochen lassen.

Zuletzt restliche Butter zugeben und alles zu einem weichen Püree mixen, abschmecken.

Für die Knusperstreusel Butter in Würfel schneiden und mit Zucker, Mehl, Rohrzucker, Backnatron, Zimt, Ingwer-, Gewürznelkenpulver und gemahlenem Pfeffer in einer Schüssel zu Streuseln verkneten.

Die Streusel auf ein mit Backpapier belegtes Backblech verteilen und im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad ca. 10 Minuten goldbraun backen.

Den Rehrücken parieren, kalt abspülen, trocken tupfen und in Medaillons von jeweils ca. 40 g schneiden.

Für die Sauce die Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln.

Thymian und Rosmarin abrausen, trocken schütteln.

In einem Topf die Hälfte vom Öl erhitzen und die Schalotten darin anschwitzen.

Knoblauch und Preiselbeeren zugeben und mit Portwein und Rotwein ablöschen.

Die Kräuterzweige, Lorbeerblätter und Wacholderbeeren zugeben. Die Flüssigkeit um etwa die Hälfte einkochen lassen.

Anschließend den Wildfond zugeben, nochmals aufkochen, ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen. Dann den Topf vom Herd ziehen.

Für die Waffeln die Eier trennen. Das Eiweiß zu Schnee schlagen.

Weiche Butter mit Zucker und Eigelben aufschlagen.

Mehl mit Stärke und Backpulver mischen und unter die Buttermasse rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Rote Bete-Püree unterziehen und das geschlagene Eiweiß unterheben.

Waffeleisen erhitzen, ausfetten und darin aus dem Teig nach und nach knusprige Waffeln ausbacken.

Die Rehmedaillons mit Salz und Pfeffer würzen. Restliches Öl in einer Pfanne erhitzen.

Die Medaillons darin von beiden Seiten je 2-3 Minuten kurz anbraten. Dann die Pfanne vom Herd ziehen, Medaillons zugedeckt noch einige Minuten ziehen lassen.

In einer weiteren Pfanne Olivenöl erhitzen. Die Bete-Spalten darin kurz warm schwenken, mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Sauce durch ein Sieb in einen Topf passieren und erneut aufkochen. Dann den Topf vom Herd ziehen und die Butter unter die Sauce mixen, abschmecken.

Medaillons auf Teller verteilen und die Streusel darüber geben, etwas Sauce angießen und die Waffeln und Bete-Spalten anlegen.

Jörg Sackmann am 19. Dezember 2023

Strammer Max auf Rösti

Für den Rosenkohlsalat:

12 Rosenkohl-Röschen	Salz	1 Schalotte
1 Birne, reif	3 EL Olivenöl	1 EL heller Balsamico
1 TL Senf, scharf	Pfeffer, weiß	

Für die Rösti:

600 g Kartoffeln, festk.	Salz	Pfeffer
2 EL Butterschmalz	80 g gekochter Schinken	80 g Emmentaler Käse
1 Bund Schnittlauch		

Für die Spiegeleier: :

2 EL Butterschmalz	4 Eier	Salz
--------------------	--------	------

Den gesamten Rosenkohl putzen, waschen, abtropfen lassen und die Rosenkohlröschen in Blätter zerteilen.

Die Rosenkohlblättchen für den Salat in kochendem, gut gesalzenem Wasser kurz blanchieren. Direkt in eisgekühltem Wasser abschrecken und dann sehr gut abtropfen lassen.

Für die Rösti die Kartoffeln waschen, schälen und grob reiben.

Die Kartoffelraspel mit Salz und Pfeffer würzen und 2 Minuten stehen lassen.

Dann die Kartoffelspäne in ein sauberes Geschirrtuch geben und auspressen. Mit Hilfe eines Anrichterings (etwa 10 cm Durchmesser) Rösti formen. Dazu den Ring auf eine glatte Arbeitsfläche geben, etwa 1/4 der Kartoffelmasse einfüllen und gut festdrücken. Den Ring entfernen und weitere Rösti formen.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen, die Rösti vorsichtig mit einer Palette in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze ca. 10-15 Minuten goldbraun und knusprig braten, zwischendurch gelegentlich wenden.

In der Zwischenzeit für den Salat die Schalotte schälen und in sehr feine Würfel schneiden.

Die Birne waschen, trockenreiben oder schälen, das Kerngehäuse entfernen und die Birne in kleine Würfel schneiden.

Olivenöl mit Balsamico, der gewürfelten Schalotte und dem Senf verrühren und mit Salz, Pfeffer und dem gemahlene Kümmel abschmecken. Die Birnen darin marinieren.

Schinken in feine Streifen schneiden. Käse grob reiben.

Schnittlauch abrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Für die Spiegeleier eine große beschichtete Pfanne leicht erhitzen. Butterschmalz darin schmelzen und die Eier vorsichtig in die Pfanne aufschlagen. Nur jeweils das Eiweiß leicht mit Salz würzen. Die Eier bei mittlerer Hitze langsam garen.

In der letzten Minute die Rösti mit Schinken und Käse bestreuen.

Die vorbereiteten, blanchierten Rosenkohl-Blättchen zu den marinierten Birnen geben und gut vermischen.

Jeweils ein Rösti auf vorgewärmte Teller setzen und ein Spiegelei darauf geben. Mit Schnittlauch bestreuen. Den Salat dazu anrichten.

Jörg Sackmann am 07. Februar 2023

Index

Avocado, 2
Brokkoli, 10, 15
Carpaccio, 31
Cordon-bleu, 20
Curry, 10
Doraden-Filet, 3
Eisbein-Haxe, 24
Fenchel, 3
Filet, 26, 27
Filoteig, 7
Fleisch, 20
Forellen-Filet, 4
Gurke, 22, 31
H?hnchen-Brust, 15
H?hnchen-Schenkel, 14
K?rbis, 8
K?se, 31
Kotelett, 29
Kraut, 24
Lasagne, 27
M?hren, 10, 14
Matjes, 2
Nudeln, 27
Pak-Choi, 15
Paprika, 9
Pastinaken, 18
Pilze, 11, 15
Pulled-Pork, 24
R?llchen, 18
R?sti, 34
Reh-R?cken, 32
Reis, 10
Rettich, 20, 22
Rind, 16
Roastbeef, 22
Rosenkohl, 14, 34
Rote-Bete, 32
Sauerkraut, 5
Schinken, 34
Schnitzel, 26
Scholle, 1
Schoten, 9
sonstige, 6
Spargel, 27
Spie?e, 15
Spinat, 1, 4, 13, 16
Staudensellerie, 18, 27
Tafelspitz, 18
Wei?kohl, 24
Zander-Filet, 5
Zucchini, 31