

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Kevin von Holt

2023-2024

41 Rezepte

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

Inhalt

Panna-Cotta auf Blaubeer-Spiegel	1
Gebratener Lachs auf Karotten-Salat mit Pesto	2
Roulade vom Zander mit gr?nem Spargel	3
Schwedischer Kartoffel-Auflauf	4
Fischst?bchen auf Orangen-Kartoffel-Stampf und Spinat	5
Saibling mit Kresse-So?e und Pilz-Nudel-Salat	6
Lachs in Pfefferkruste, Zitronen-Kr?uter-Butter, Couscous	7
Gef?llte Mai-Scholle auf Kartoffel-Gurken-Gem?se	8
Forellen-Filet mit Gurken-Salsa und Kartoffel-Stampf	9
Rosenkohl-Salat mit Granatapfel und Mandeln	10
Gef?llte Cannelloni mit Ricotta-Spinat-Sao?e	11
Linsen-K?fte mit Pfannenbrot und Soja-Joghurt-Dip	12
Tomaten-Pie mit Kr?uter-Pesto	14
Spargel-Creme mit Mair?bchen-Salat	15
Kartoffel-Lauch-Tortilla	16
Spinat-Strudel mit Estragon-Mayonnaise	17
Ziegenk?se-Strudel mit Fris?e-Salat	18
Wraps mit Enten-Brust, Radicchio und K?rbis-Salsa	19
Poularden-Brust mit Pastinaken-P?ree, Ingwer-Karotten	20
Kreolische Reispfanne	21
H?hnchen-Clubsandwich Caesar	22
H?hnchen-Cordon bleu mit Gem?se-Bulgur	23
H?hnchen-Nuss-Schnitzel mit Sommerwiesen-Risotto	24
Knusperh?hnchen auf Grillgem?se mit Kirsch-Ketchup	25
H?hnchen-Schnitzel, Haselnuss, Apfel-Schalotten-Chutney	26

Gewürz-Kebab mit Tomaten-Minz-Salsa	27
Moussaka	28
Pasta mit Riesling-Schaum und Herzmuscheln	29
Minutensteaks mit Pistazien-Kruste, Orangen-Couscous	30
Steak-Sandwich mit Salzzitronen und Süßkartoffel-Chips	31
Rosenkohl-Salat mit Granatapfel und Mandeln	32
Harzer-Blaubeer-Schmand-Schnitzel mit Haselnuss-Nudeln	33
Crèmesuppe vom Grünkohl mit Chorizo	34
Sellerie-Schaumsüßchen mit Walnüssen, Apfel-Spieß	35
Pilzcreme-Suppe mit Thymian-Quarknocken	36
Frühling-Eintopf mit Brot-Chips	37
Wild-Ragout mit Esskastanien	38
Wild-Burger mit Rotkohl-Salat und gebratenen Pilzen	39
Thai-Currywurst mit Kartoffel-Ecken	40
Süßkartoffel-Quiche mit Chorizo und Wildkräuter-Salat	41
Gebackene Risotto-Bällchen mit gebratenem Radicchio	42

Index

43

Panna-Cotta auf Blaubeer-Spiegel

Für 6 Personen

Für die Panna Cotta:

250 ml Milch 250 g Sahne 75 g Zucker
5 Blatt Gelatine

Für den Blaubeer-Spiegel:

300 g Blaubeeren 150 g Zucker 100 ml Rotwein
1 Vanilleschote

Milch und Sahne in einem Topf mit Zucker langsam aufkochen lassen.

Die Gelatine in einer Schale mit kaltem Wasser ein paar Minuten einweichen.

Tipp: Wer die Panna Cotta später nicht stürzen möchte, nimmt nur 4 Blatt Gelatine.

Die gekochte Sahne-Milch vom Herd ziehen, sie darf nicht mehr kochen, wenn die Gelatine dazukommt.

Eingeweichte Gelatine gut ausdrücken, zur heißen Flüssigkeit geben und unter Rühren darin auflösen.

Dann alles in 6 kleine Dessertgläser oder- schälchen füllen und kaltstellen bis die Sahne-Milch fest ist.

Tipp:

Die Panna Cotta lässt sich gut am Vortag vorbereiten und abgedeckt im Kühlschrank gelagert werden.

Für den Blaubeerspiegel die Blaubeeren abrausen und gut abtropfen lassen.

Zucker in einem Topf goldgelb karamellisieren, dann die Blaubeeren zugeben und mit Rotwein ablöschen.

Die Vanilleschote der Länge nach halbieren, das Mark herausstreichen und mit in den Topf zu den Beeren geben. Alles ca. 5 Minuten köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren. Anschließend die Beerenauce abkühlen lassen.

Zum Anrichten etwas abgekühlte Beerenauce mittig auf Dessertteller geben und die Panna Cotta darauf stürzen.

Kevin von Holt am 19. August 2024

Gebratener Lachs auf Karotten-Salat mit Pesto

600 g Lachsfilet mit Haut	2 Chilischoten	1 Limette
150 ml helle Sojasauce	2 EL Rapsöl	1 TL Rübensirup
Pfeffer	Salz	Pflanzenöl

Für den Salat:

1 Bund Karotten mit Grün	3 EL Sesamöl	1 EL Mirin (Reisessig)
1 TL Rübensirup	Salz	Pfeffer
1 Zitrone	125 ml Olivenöl	100 g Cashewkerne
1/2 Bund Minze		

Das Lachsfilet kalt abbrausen, trocken tupfen und evtl. noch vorhandene Gräten entfernen. Dann das Lachsfilet in 4 gleich große Tranchen schneiden.

Für die Marinade Chili waschen, der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und die Chilis fein schneiden.

Von der Limette den Saft ausdrücken.

In einer tiefen Form Sojasauce, Rapsöl, Limettensaft, Rübensirup, Pfeffer, Salz und fein geschnittene Chili zu einer Marinade mischen.

Die Lachsstücke mit der Fleischseite in die Marinade legen, dabei darauf achten, dass die Haut trocken bleibt und nicht mit Marinade bedeckt wird. Den Fisch in der Marinade zugedeckt ca. 3 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

Währenddessen von den Karotten das Grün entfernen, gut waschen, trocken schleudern oder gut abtropfen lassen und für das Pesto beiseitelegen.

Für den Salat die Karotten waschen und schälen. Dann die Karotten mit einem breiten Sparschäler der Länge nach in lange Scheiben abschälen bzw. schneiden.

Aus dem Sesamöl, Reisessig, Rübensirup, Salz und Pfeffer ein Dressing rühren.

Karottenscheiben in eine Schüssel geben, das Dressing untermischen und mindestens 15 Minuten ziehen lassen.

Für das Pesto das Karottengrün grob schneiden und in einen Mixbecher geben.

Von der Zitrone den Saft auspressen und über das Karottengrün geben.

Ebenfalls Olivenöl, Cashewkerne, etwas Salz und Pfeffer zugeben und mit einem Pürierstab zu einem feinen Pesto mixen. Das Pesto evtl. mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Lachs eine Pfanne mit etwas Pflanzenöl erhitzen. Den Lachs aus der Marinade nehmen und in der heißen Pfanne auf der Hautseite braten, bis der Fisch zur Hälfte durchgezogen bzw. gegart ist.

Die Minze abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Fein geschnittene Minze über den Salat streuen.

Den gebratenen Lachs, Karottensalat und Pesto anrichten und genießen.

Kevin von Holt am 12. Juni 2024

Roulade vom Zander mit grünem Spargel

Für 4 Personen

1 Zitrone	4 Zanderfilets	100 g Sahne
Salz	Pfeffer	12 grüne Spargelstangen
4 Nori-Blätter	300 g Langkornreis	1 Zwiebel
2 EL Butter	400 ml Hühnerbrühe	1 Msp. Safranfäden

Die Zitrone heiß waschen und abtrocknen.

Die Zanderfilets abbrausen, trocken tupfen und noch evtl. vorhandene Gräten entfernen.

Die Filets zwischen einem aufgeschnittenen Gefrierbeutel oder 2 Lagen Frischhaltefolie vorsichtig und gleichmäßig plattieren.

Dann die Folie entfernen und die schmalere Schwanzstücke abschneiden. Diese Fischabschnitte mit gut gekühlter Sahne, Salz und Pfeffer in einen Cutter geben. Etwas Zitronenschale darüber reiben und alles kurz zu einer feinen Farce pürieren.

Die Farce und die Fischfilets nochmals kurz kaltstellen.

Spargel waschen, abtropfen lassen, im unteren Drittel schälen und die eventuell holzigen Enden abschneiden.

In einem Topf mit kochendem Salzwasser die Spargelstangen 2 Minuten blanchieren.

Herausnehmen, die Spargelköpfe abschneiden und beiseitestellen.

Jeweils 3 Spargelstangen fest in ein Noriblatt einwickeln.

Hitzestabile Frischhaltefolie auf der Arbeitsfläche ausbreiten. Darauf nebeneinander die plattierten Fischfilets auslegen und mit der Farce gleichmäßig bestreichen.

Die Spargelpäckchen mittig, als Kern, auflegen und alles mit Hilfe der Folie straff aufwickeln und die Seiten gut verschließen.

In einem Bräter mit passendem Dampfeinsatz etwas Wasser aufkochen. Zanderroulade in den Dampfeinsatz legen und zugedeckt ca. 25 Minuten garen.

In der Zwischenzeit den Reis in ein Sieb geben und unter fließendem Wasser abspülen und abtropfen lassen.

Die Zwiebel schälen und fein schneiden.

Von der Zitrone noch etwas Schale abreiben und ca. 10 ml Saft auspressen.

In einem Topf Butter schmelzen und die fein geschnittene Zwiebel darin glasig anschwitzen.

Dann den Reis zugeben und unter Rühren kurz mit anschwitzen.

Zitronenabrieb zugeben und mit der Brühe ablöschen.

Safranfäden einrühren und den Reis ca. 15 Minuten bei geringer Hitze gar köcheln lassen. Bei Bedarf noch weitere 50 -100 ml Wasser während des Garens zugeben.

Den Reis mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die gegarte Roulade vorsichtig aus der Folie wickeln, dann in Scheiben schneiden.

Zanderroulade und Safranreis auf Teller verteilen. Mit den Spargelspitzen garnieren und anrichten.

Kevin von Holt am 28. Mai 2024

Schwedischer Kartoffel-Auflauf

Für 4 Personen

Für den Auflauf:

2 Zwiebeln	1 EL Butterschmalz	600 g Kartoffeln, vorw. festk.
80 g würzig eingel. Sardinenfilets	3 EL Butter	250 g Sahne
Salz	Pfeffer	2 EL Semmelbrösel

Für den Salat:

500 g Rote Bete, gekocht, geschält	2 Äpfel	50 g Cornichons
1 rote Zwiebel	100 g Mayonnaise	100 g Crème-fraîche
1 TL scharfer Senf	Salz	Pfeffer

Die Zwiebeln schälen, fein würfeln.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Zwiebeln darin glasig andünsten.

Anschließend die Pfanne vom Herd ziehen.

Die Kartoffeln waschen, schälen und in feine Stäbchen schneiden, dafür kann man auch einen Küchenhobel mit passender Klinge verwenden.

Die eingelegten Fischfilets abgießen, dabei den Sud auffangen. Die Filets sehr fein schneiden.

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Eine Auflaufform mit etwas Butter einfetten.

Ca. 1/3 der Kartoffelstäbchen in die Auflaufform geben. Die Hälfte der gedünsteten Zwiebeln und der Fische darauf verteilen, mit etwas Fisch-Sud beträufeln. Die Schicht wiederholen und mit Kartoffeln abschließen. Die Sahne mit etwas Salz und Pfeffer würzen und über die Kartoffeln gießen. Semmelbrösel und restliche Butter in Flöckchen darauf verteilen.

Den Auflauf in den vorgeheizten Ofen geben und ca. 45-50 Minuten garen.

In der Zwischenzeit für den Salat die gekochte Rote Bete in ca. 1 cm große Würfel schneiden und in eine Schüssel geben.

Äpfel waschen, entkernen und ebenfalls in 1 cm große Würfel schneiden.

Die Cornichons würfeln und mit den Apfelwürfeln zur Roten Bete geben.

Die rote Zwiebel schälen und fein schneiden.

Für das Dressing Mayonnaise, Crème fraîche und Senf vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und die rote Zwiebel untermischen.

Das Mayo-Dressing zum gewürfelten Gemüse geben und gut untermischen. Bis zum Servieren im Kühlschrank 30-60 Minuten durchziehen lassen.

Den goldgelb gegarten Auflauf aus dem Ofen nehmen, auf Teller verteilen.

Rote-Bete-Salat nochmals abschmecken und dazu servieren.

Kevin von Holt am 12. März 2024

Fischstäbchen auf Orangen-Kartoffel-Stampf und Spinat

Für 4 Personen

Für den Kartoffelstampf:

800 g Kartoffeln, mehligk.	Salz	100 g Butter
1 Orange (Schale, Saft)	80 ml Sahne	Pfeffer
Muskatnuss		

Für die Fischstäbchen:

4 Toastbrot-Scheiben	400 g Kabeljaufilet	Salz
Pfeffer	1 Eiweiß	20 g Butterschmalz

Für den Spinat:

2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	300 g zarter Blattspinat
1 Bund frische Kräuter	20 g Butter	Salz
Cayennepfeffer	Muskat	

Für den Stampf die Kartoffeln schälen, waschen und in leicht gesalzenem Wasser garen.

Für die Fischstäbchen die Toastscheiben nebeneinander auf eine Arbeitsfläche legen. Mit einem Rollholz dünn ausrollen. Anschließend in etwa 3 cm breite und 10 cm lange Streifen schneiden. Das Fischfilet kalt abbrausen, trocken tupfen und ebenfalls in 3 cm breite und 10 cm lange Stücke schneiden. Fischstreifen mit Salz und Pfeffer würzen.

Fischstückchen von beiden Seiten mit Eiweiß bestreichen. Jeweils oben und unten mit einem Toaststück belegen und gut andrücken.

Für den Spinat Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln.

Spinat und Kräuter verlesen, waschen, putzen und gründlich trockenschleudern.

Butter in einem Topf erhitzen, die Schalotten- und Knoblauchwürfel darin andünsten.

Kartoffeln abgießen und gut ausdampfen lassen.

Butter, etwas Orangenschale, Orangensaft sowie Sahne zu den Kartoffeln geben und alles fein zerstampfen. Püree mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Zugedeckt warmhalten.

In einer beschichtenden Pfanne das Butterschmalz erhitzen.

Fischstäbchen ins heiße Fett geben und bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun braten.

Währenddessen Spinat zur Zwiebel-Knoblauchmischung in Topf geben. Kräuter zugeben und alles vorsichtig vermischen. Spinat mit Salz, Cayennepfeffer und Muskat abschmecken.

Fischstäbchen, Kräuter-Spinat und Kartoffelstampf anrichten und servieren.

Kevin von Holt am 20. November 2023

Saibling mit Kresse-Soße und Pilz-Nudel-Salat

Für 4 Personen

Für den Pilz-Nudelsalat:

300 g kleine Nudeln	Salz	300 g gemischte Pilze
2 Schalotten	2 EL Pflanzenöl	Pfeffer
5 EL heller Balsam-Essig	1 EL flüssiger Honig	10 EL Olivenöl

Für den Fisch:

600 g Saibling-Filet	Salz	Pfeffer
1 Knoblauchzehe	4 Stiele Thymian, frisch	3 Stiele Rosmarin, frisch
2 TL Butter	80 ml Weißwein	

Für den Kresseschaum:

300 ml Fischfond	150 ml Sahne	100 g Brunnenkresse
Salz	Pfeffer	

Außerdem:

Backpapier

Für den Salat Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen.

Nudeln abgießen, kurz kalt abschrecken, abtropfen lassen und in eine Schüssel geben.

Die Pilze putzen und je nach Größe eventuell kleiner oder in Scheiben schneiden.

Schalotten abziehen und in feine Würfel schneiden.

Öl zum Braten in einer großen Pfanne erhitzen. Die Pilze darin unter Wenden kräftig anbraten.

Schalottenwürfel hinzugeben und kurz braten. Die Pilze mit Salz und Pfeffer würzen und zu den Nudeln geben.

Für das Dressing Essig, Honig, Salz und Pfeffer verrühren. Das Olivenöl mit einem Mixstab untermixen. Dressing über die Nudel-Pilzmischung geben, alles vorsichtig vermischen. Zugedeckt mindestens 3 Stunden ziehen lassen. Dann Salat noch einmal abschmecken; sollte er zu trocken sein, ca. 60 ml heiße Gemüsebrühe untermischen.

Zum Servieren den Backofen auf 100 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Saiblingsfilet kalt abspülen, trocken tupfen und in 4 Portionsstücke teilen.

4 Stücke Back- oder Pergamentpapier vorbereiten. Filetstücke mit Salz und Pfeffer würzen und auf dem Pergament verteilen.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Kräuter abbrausen, trocken schütteln.

Knoblauch, Kräuter und Butter auf den Filets verteilen. Je etwa 1 El Weißwein überträufeln.

Papier zu jeweils auslaufsicheren Päckchen falten, verschließen und auf einem Backblech verteilen.

Saiblingsfilet im heißen Backofen etwa 15 Minuten garen.

Währenddessen für den Kresseschaum Fischfond und Sahne in einen Topf geben, aufkochen und offen etwa um die Hälfte einkochen (reduzieren).

Kresse verlesen, waschen und trocken schleudern. Ggf. grobe Stiele entfernen.

Fondmischung mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit der Kresse in einen Standmixer geben und gründlich durchmixen (oder mit dem Pürierstab im Topf mixen). Kresseschaum abschmecken.

Nudel-Pilz-Salat nochmals mit Salz, Pfeffer und eventuell etwas Essig abschmecken.

Fischpäckchen aus dem Ofen nehmen, öffnen. Saiblingsfilet nach Belieben im Pergament auf Teller verteilen. Nudel-Pilz-Salat und Kresseschaum dazu reichen.

Kevin von Holt am 10. Oktober 2023

Lachs in Pfefferkruste, Zitronen-Kräuter-Butter, Couscous

Für 4 Portionen

Für die Zitronen-Kräuterbutter:

1 Knoblauchzehe	1/2 Bio-Zitrone	3 Stängel Dill
1/2 Bund Schnittlauch	3 Stängel Kerbel	1 TL Salzflöcken
2 EL Parmesan	125 g Butter, weich	

Für den Couscous:

250 ml Gemüsebrühe	1 Orange	1 rote Chilischote
250 g Instant-Couscous	200 g Tomaten	2 Lauchzwiebeln
4 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Lachs:

2 EL schwarzer Pfeffer	4 Lachsfilets (à ca. 125 g)	Salz
Kresse		

Für die Butter Knoblauch abziehen und fein schneiden.

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und die Schale abreiben.

Dill, Schnittlauch und Kerbel abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Knoblauch, Salz, Zitronenschale und Parmesan in einen Mixer geben und pürieren.

Butter und Kräuter gründlich unterrühren.

Die Kräuterbutter zu einer dicken Rolle formen, in Pergamentpapier (Butterbrotpapier) wickeln und im Gefrierschrank 30 Minuten fest werden lassen.

Für den Couscous Gemüsebrühe aufkochen. Von der Orange den Saft auspressen.

Chilischote putzen, waschen, entkernen und fein schneiden.

Couscous in eine Schüssel geben, mit Brühe, Orangensaft und fein geschnittenem Chili mischen und gründlich verrühren.

Couscous etwas ziehen und quellen lassen.

In der Zwischenzeit Tomaten und Lauchzwiebeln putzen, waschen, trocken tupfen und klein schneiden.

Gequollenen Couscous mit einer Gabel vorsichtig auflockern.

Gemüse unter den Couscous mischen. Couscous mit Öl, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Lachs den Pfeffer auf einem Teller verteilen.

Lachsfilets kalt abbrausen, trocken tupfen und mit beiden Seiten fest in den Pfeffer drücken, so dass die Filets damit gleichmäßig bedeckt sind.

Die Grillfunktion des Backofens auf mittlere Temperatur vorheizen oder eine Grillpfanne aufheizen.

Lachsfilets unter dem heißen Grill oder in der Pfanne unter Wenden je nach gewünschtem Gargrad 5-7 Minuten garen. Mit Salz würzen.

Kräuterbutter in dicke Scheiben schneiden.

Kresse abbrausen und trocken schütteln.

Lachsfilets auf Teller verteilen. Zitronen-Kräuterbutter in dicke Scheiben schneiden und auf dem Lachs anrichten. Lachs mit Kresse garnieren. Couscous dazu reichen.

Kevin von Holt am 22. August 2023

Gefüllte Mai-Scholle auf Kartoffel-Gurken-Gemüse

Für 4 Personen:

300 g Blatt-Spinat	Salz	2 Bio-Zitronen
1 Knoblauchzehe	50 g Butter	80 g Mandeln, gehobelt
Pfeffer	Muskatnuss	500 g Kartoffeln, festk.
1 TL Kurkuma	4 Mai-Schollen	400 g Schmorgurken
1 Bund Dill	1 EL Rapsöl	100 g Schmand

Spinat putzen, waschen und in einem Topf mit kochendem Salzwasser ein bis zwei Minuten blanchieren.

Spinat mit einem Sieblöffel aus dem Wasser holen, abtropfen lassen. Das Kochwasser nicht wegschütten! Topf vom Herd ziehen und beiseitestellen.

Den abgetropften Spinat hacken.

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

Den Knoblauch schälen und fein hacken.

In einer Pfanne 1 TL Butter schmelzen, die Mandeln zugeben und goldbraun rösten. Knoblauch zu den Mandeln geben, kurz anschwitzen und dann den gehackten Spinat hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronenschale würzen. Abkühlen lassen.

Inzwischen Kartoffeln schälen und in 2 cm große Würfel schneiden.

Das beiseite gestellte Kochwasser vom Spinat erneut aufkochen, Kurkuma zugeben und die Kartoffelwürfel darin ca. 10 Minuten weich garen.

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Schollen waschen und trocken tupfen. Jeweils auf der braunen Hautseite von der Mittelgräte zu beiden Seiten hin Taschen einschneiden.

Ein Backblech mit etwas Butter ausfetten.

Die Schollen auf das gefettete Backblech legen, mit Salz und Pfeffer würzen und in die Taschen eventuell etwas Zitronensaft träufeln. Die Schollen mit der Spinat-Mandelfüllung füllen und mit restlicher Butter bestreichen. Im vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten garen.

Gegarte Kartoffeln abgießen und beiseitestellen.

Die Schmorgurken schälen, Kerne entfernen und das Fruchtfleisch in 2 cm große Würfel schneiden.

Dill abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

In einem Topf das Rapsöl erhitzen, die Gurkenwürfel zugeben und ca. 3-5 Minuten darin schmoren.

Gegarte Kartoffelwürfel und Dill zu den Gurken geben. Schmand untermischen und alles nochmals ca. 2 Minuten köcheln lassen. Das Gemüse mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Gefüllte Scholle und Gemüse auf Tellern anrichten.

Kevin von Holt am 08. Mai 2023

Forellen-Filet mit Gurken-Salsa und Kartoffel-Stampf

Für 4 Personen

Für die Salsa:

1 Salatgurke	10 g Ingwer, frisch	1 Knoblauchzehe
1 TL Rapsöl	2 TL Senfkörner	1 Chilischote, frisch
2 EL Honig	2 EL Apfelessig	150 ml Gemüsebrühe
1 Bund Koriander	Salz	Pfeffer

Für den Stampf:

800 g Kartoffeln, mehligk.	Salz	200 ml Sahne
100 g Butter	Pfeffer	Muskatnuss
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	

Für den Fisch:

4 Forellenfilets	Butter	150 ml Weißwein
150 ml Fischfond	Salz	

Die Gurke schälen, halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden.

Ingwer und Knoblauch schälen und fein schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen. Gurkenwürfel, Ingwer, Knoblauch und Senfkörner darin unter Wenden ca. 10 Minuten andünsten.

Inzwischen Chili putzen, entkernen, waschen, abtropfen lassen und fein schneiden.

Honig und Chili unter die Salsamischung rühren.

Apfelessig und Gemüsebrühe angießen, aufkochen. Ca. 20 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen.

Währenddessen die Kartoffeln schälen, waschen und knapp mit Wasser bedeckt in einen Topf geben. Etwas Salz zugeben, aufkochen und ca. 20 Minuten garen.

Für den Fisch den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Forellenfilet kalt abbrausen, gründlich trocken tupfen.

Ein Backblech oder große flache Auflaufform mit Butter austreichen, die Filets auflegen.

Weißwein und Fischfond angießen. Mit Salz würzen.

Form oder Blech mit einem Porzellanteller oder einem zweiten Backblech verschließen, sodass kein Dampf oder Flüssigkeit austreten kann.

Forellenfilets im heißen Backofen 20 Minuten garen.

Inzwischen die gegarten Kartoffeln abgießen, Topf wieder auf die heiße Kochstelle stellen und die Kartoffeln etwas ausdampfen lassen.

Sahne und Butter zugeben. Mit einem Stampfer zu einem feinen Püree zerstampfen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Für das Püree Kräuter verlesen, abbrausen, trocken schütteln. Blättchen abzupfen und hacken. Kräuter unter das Püree rühren.

Für die Salsa Koriander abbrausen, trocken schütteln. Blättchen abzupfen und hacken.

Gurken-Salsa stückig pürieren. Koriander untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Forellenfilets und Kräuter-Kartoffelstampf auf Tellern anrichten. Salsa dazu reichen.

Kevin von Holt am 18. April 2023

Rosenkohl-Salat mit Granatapfel und Mandeln

Für 4 Personen

600 g Rosenkohl	Salz	50 g Mandeln
1 Granatapfel	3 EL Olivenöl	Pfeffer
200 g Radicchio	10 g frischer Ingwer	1 kleine Knoblauchzehe
1/2 Bund glatte Petersilie	30 ml Aceto Balsamico	¾ EL Ahornsirup
1 Prise Harissa	50 ml Olivenöl	

Rosenkohl waschen, putzen, dabei die äußeren Blätter entfernen, den Stunk jeweils dünn abschneiden und kreuzweise einritzen.

Den Rosenkohl in einem Topf in kochendem Salzwasser ca. 6 Minuten garen. Dann herausnehmen, in Eiswasser abschrecken, abtropfen lassen und anschließend halbieren.

Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten, etwas abkühlen lassen und andrücken oder grob hacken.

Granatapfel andrücken, halbieren, die Kerne herausklopfen und über einem Sieb abtropfen lassen.

Tipp: Den Saft dabei auffangen und trinken.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, die Rosenkohlhälften darin ca. 5 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Gebratenen Rosenkohl in eine Schüssel geben und abkühlen lassen.

Radicchio putzen, die Blätter ablösen, waschen und abtropfen lassen.

Für das Dressing Ingwer und Knoblauch schälen, in Scheiben schneiden und in ein hohes Püriergefäß geben.

Petersilie abrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen, grob schneiden und ebenfalls in das Püriergefäß geben.

Balsamico, Ahornsirup und Harissa dazugeben und alles mit dem Pürierstab fein mixen.

Langsam das kalt gepresste Olivenöl untermixen und das Dressing mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Radicchioblätter zum gebratenen Rosenkohl die in die Schüssel geben. Das Dressing überträufeln, die Granatapfelkerne zugeben und alles gut vermengen.

Rosenkohlsalat mit Mandeln bestreuen und servieren. Dazu passt herzhaftes Holzofenbrot.

Kevin von Holt am 15. Februar 2024

Gefüllte Cannelloni mit Ricotta-Spinat-Saße

Für 4 Personen

Für die Cannelloni:

400 g Blattspinat	2 Schalotten	150 g Parmesan
4 EL Olivenöl	300 ml Gemüsebrühe	400 g Sahne
300 g Ricotta	Salz	Pfeffer
350 g Cannelloni-Pasta-Röhren		

Für den Salat:

50 g Sonnenblumenkerne, geschält	100 g Feldsalat	1 Radicchio
3 EL heller Balsamico	1 TL Honig	1 TL Senf
4 EL Olivenöl	Salz	weißer Pfeffer

Spinat putzen, gut waschen und abtropfen lassen.

Schalotten schälen, in feine Würfel schneiden.

Parmesan fein reiben.

In einem Topf Olivenöl erhitzen und die Schalotten anschwitzen. Den Spinat zugeben und zusammenfallen lassen.

Gemüsebrühe und Sahne angießen und alles ca. 2 Minuten köcheln lassen.

Dann den Ricotta in den Topf bröseln.

Anschließend alles in einem Standmixer oder mit dem Pürierstab zu einer Sauce pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Cannelloni Pasta-Röhren einzeln aufrecht in einen entsprechenden backofengeeigneten Topf (mit Deckel) stellen.

Die Sauce in die offenen Cannelloni-Röhren gießen und gleichmäßig verteilen. Mit geriebenem Parmesan bestreuen. Den Deckel auf den Topf geben und im vorgeheizten Backofen ca. 35 Minuten zugedeckt garen.

In der Zwischenzeit für den Salat die Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Feldsalat putzen waschen und abtropfen lassen. Radicchio Trevisano putzen, waschen, abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden. Salate in einer Schüssel mischen.

Für das Dressing Balsamico, Honig, Senf, Olivenöl, Salz und Pfeffer mit einem Mixstab verquirlen.

Nach ca. 35 Minuten Garzeit den Topfdeckel abnehmen. Cannelloni-Röhren mit Oberhitze oder mittlerer Grillfunktion des Backofens ca. 5 Minuten goldbraun überbacken.

Salat mit dem Dressing marinieren und Sonnenblumenkerne untermischen.

Die Cannelloni-Waben entweder direkt aus dem Topf am Tisch servieren, aus dem Topf stürzen oder einzeln aus dem Topf nehmen und anrichten. Dazu den Salat servieren.

Kevin von Holt am 09. Januar 2024

Linsen-Köfte mit Pfannenbrot und Soja-Joghurt-Dip

Für 4 Personen

Für die Linsen-Köfte:

180 g rote Linsen	180 g Bulgur	3 EL Paprikamark
1 TL Chilipulver	2 TL Paprikapulver	2 TL Kreuzkümmel, gemahlen
2 TL Sumak	Salz	Pfeffer
1 Zwiebel	4 Lauchzwiebeln	1 Bund glatte Petersilie
2 Zitronen (Saft)		

Für das Brot:

300 g Mehl	3 TL Backpulver	$\frac{1}{2}$ TL Salz
120 ml Wasser	80 g Soja-Joghurt	1 EL Olivenöl
1 TL Essig	6 EL Pflanzenöl	

Für den Dip:

1 Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ Bund gemischte Kräuter	160 g Sojajoghurt
Salz	Pfeffer	1 Spritzer Zitronensaft

Außerdem:

1 Mini-Romanasalat	glatte Petersilie	Sesam
--------------------	-------------------	-------

Linsen und Bulgur getrennt waschen und jeweils in einem Sieb abtropfen lassen.

Linsen in einen Topf geben und so viel Wasser angießen, dass sie ca. 2-Finger-hoch mit Wasser bedeckt sind. Aufkochen und ca. 20 Minuten zugedeckt kochen.

Den Bulgur dann zu den Linsen geben, die Temperatur reduzieren und alles 3-5 Minuten köcheln lassen. Topf auf der ausgeschalteten Kochstelle stehen lassen, die Mischung weitere 1520 Minuten ausquellen lassen.

Inzwischen für das Pfannenbrot Mehl, Backpulver und Salz in einer Rührschüssel mischen.

In die Mitte des Mehls eine Mulde drücken. Wasser, Joghurt, Öl und Essig in die Mulde gießen. Zunächst alles mit einem Holzlöffel vermengen, danach mit den Händen glatt kneten.

Den Teig ca. 10 Minuten zugedeckt ruhen lassen.

Währenddessen die fertig gegarte Linsen-Bulgur-Mischung in eine Schüssel geben.

Paprikamark gut untermischen, bis alles eine formbare Konsistenz bekommt. Chili-, Paprikapulver, Kreuzkümmel, Sumak, Salz und Pfeffer dazu geben.

Zwiebel abziehen und fein hacken. Lauchzwiebeln putzen, waschen, abtropfen lassen und ebenfalls fein hacken.

Petersilie abbrausen, trocken schütten, die Blätter abzupfen, Petersilie fein hacken.

Beide Zwiebelsorten und Petersilie unter die Linsen-Mischung rühren.

Zitronen auspressen und den Saft ebenfalls zugeben. Die Mischung gut vermengen, nochmals abschmecken und mit leicht angefeuchteten Händen daraus dicke längliche Röllchen (34 cm; Köfte) formen. Zugedeckt beiseitestellen.

Für das Pfannenbrot den Teig in 8 Portionen teilen. Jeweils mit bemehlten Händen auf wenig Mehl zu kleinen Fladen formen.

In einer Pfanne das Öl portionsweise erhitzen. Brotfladen einlegen und je Seite bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten goldbraun ausbacken. Brotfladen jeweils auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen.

Währenddessen für den Dip Knoblauch abziehen und fein hacken. Kräuter abbrausen, trocken schütteln, abzupfen und ebenfalls fein hacken.

Knoblauch, Kräuter und Joghurt verrühren. Den Dip mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Nach Belieben Salat verlesen, die Blätter lösen, waschen und trocken tupfen. Salatblätter auf Teller verteilen, die Köfte darauf anrichten.

Pfannenbrot nach Belieben mit etwas gehackter Petersilie und Sesam bestreuen. Köfte, Pfannenbrot und Dip anrichten und servieren.

Kevin von Holt am 01. November 2023

Tomaten-Pie mit Kräuter-Pesto

Für 8 Personen:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
Salz	Pfeffer	400 g Tomaten
frischer Thymian	frischer Oregano	400 g Blätterteig
50 g Gruyère	50 g Parmesan	100 g Sauerrahm
1 Prise Zucker	3 Bund Kräuter	100 ml Olivenöl
50 g geschälte Mandelkerne	50 g ital. Hartkäse	1 Eigelb
100 g ital. Weichkäse	Butter	Mehl

Schalotte und Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden.

Butter in einer kleinen Pfanne bei mittlerer Hitze schmelzen. Schalotte und Knoblauch dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und sacht bräunen.

Tomaten waschen, trockenreiben, putzen und ebenfalls in Scheiben schneiden oder - je nach Größe - halbieren.

Thymian und Oregano waschen, trocken schütten. Blättchen von den Stielen zupfen und grob hacken.

Eine Tarte- oder Springform (26-28 cm Ø) mit Butter ausstreichen.

Blätterteig halbieren. Die Form mit einer Hälfte des Teigs so auslegen, dass der Teig noch etwas über den Formrand lappt.

Gruyère, Parmesan und Sauerrahm in einer Schüssel verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Käse-Sauerrahm-Mischung auf dem Blätterteig verstreichen.

Schalotten-Knoblauch-Mix aus der Pfanne darauf verteilen und mit Tomatenscheiben belegen. Tomaten mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und mit gehacktem Thymian und Oregano bestreuen.

Den Backofen auf 190 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Den restlichen Blätterteig auf wenig Mehl gegebenenfalls etwas ausrollen und in ca. 1 cm breite Streifen schneiden.

Die Streifen als Teiggitter über die Tomatenfüllung legen. Den überstehenden Teig dann abschneiden. Teigreste übereinander legen, etwas zusammendrücken und den Rand der Pie damit rundherum gut verschließen. Tomaten-Pie in den heißen Backofen schieben und ca. 20 Minuten backen.

In der Zwischenzeit die übrigen Kräuter verlesen, waschen und trocken schütteln. Kräuter grob hacken.

Kräuter, Öl und Mandeln in einem leistungsstarken Mixer fein pürieren.

Pecorino reiben, zugeben und kurz untermixen. Das Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eigelb und 1 TL Wasser verquirlen. Nach 20 Minuten Backzeit die Oberfläche des Pie vorsichtig mit Eigelb bestreichen. Pie weitere 20 Minuten goldbraun und knusprig fertig backen.

Den Pie aus dem Backofen nehmen und vor dem Anschneiden in der Form mindestens 15 Minuten auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

Zum Servieren Pie aus der Form lösen. Burrata abtropfen lassen, zerpfeifen und über den Pie streuen. Etwas Pesto darüber träufeln und den Pie servieren. Rest Pesto extra servieren.

Kevin von Holt am 11. Juli 2023

Spargel-Creme mit Mairübchen-Salat

Für 4 Personen

Für den Spargelflan:

500 g weißer Spargel	Salz	1 TL Zucker
2 Eier	125 g Sahne	Pfeffer, weiß
1 EL Butter, weich		

Für den Mairübchensalat:

200 g Mairübchen	8 Kirschtomaten	1 EL Himbeeressig
1 TL Honig	1 TL Dijon-Senf	Salz
Pfeffer	100 ml Olivenöl	1 Bund Bärlauch

Außerdem:

4 Flan-Förmchen (à 150 ml)

Spargel waschen, die Stangen schälen und holzige oder angetrocknete Enden abschneiden.

Spargelstangen mit etwas Salz und Zucker würzen.

Etwas Wasser in einen Topf (ggf. mit Dämpfeinsatz) geben. Zugedeckt aufkochen.

Spargelstangen in den Topf geben und zugedeckt 15-20 Minuten dämpfen, bzw. dünsten.

Gegarten Spargel aus dem Topf heben. Die Spargelspitzen abschneiden und beiseitestellen.

Spargelstangen klein schneiden und fein pürieren.

Backofen auf 150 Grad Ober- und Unterhitze (Umluft 130 Grad) vorheizen.

Die Eier, Spargelpüree und Sahne vermischen. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.

Flanförmchen mit der Butter ausfetten und die Masse einfüllen.

Förmchen auf ein tiefes Backblech oder in eine Auflaufform stellen. Vorsichtig etwa 2 cm hoch siedend heißes Wasser angießen.

Flans im heißen Backofen 35-40 Minuten garen.

Währenddessen die Mairübchen putzen und fein hobeln.

Kirschtomaten waschen, halbieren.

Aus Essig, Honig, Senf, Salz, Pfeffer und 2 EL Olivenöl eine Marinade rühren. Die Mairübchen mit der Marinade vermischen.

Bärlauch verlesen, waschen, gründlich trocken tupfen.

Bärlauchblätter grob schneiden und mit restlichem Olivenöl in einen Mixer oder Mixbecher geben und fein mixen. Bärlauchöl durch ein feines, ggf. mit einem sauberen Leinentuch ausgelegtes, Sieb gießen.

Im Sieb verbliebenen Bärlauch unter den Mairübchensalat mischen.

Spargelflan aus dem Backofen nehmen. Kurz abkühlen lassen.

Mairübchensalat auf Teller verteilen. Flans vorsichtig aus den Formen, direkt mittig auf die Teller stürzen. Die Flans mit den Spargelspitzen dekorieren, die Tomaten darum verteilen. Mit etwas Bärlauchöl umträufeln und servieren.

Kevin von Holt am 22. Mai 2023

Kartoffel-Lauch-Tortilla

Für 4 Personen

400 g Kartoffeln, festk.	Öl	Salz
Pfeffer	200 g Lauch	50 g Gouda
4 Eier	200 ml Sahne	

Kartoffeln waschen, mit Wasser bedeckt in einen Topf geben und zugedeckt aufkochen.

Kartoffeln ca. 10 Minuten garen.

Kartoffeln abgießen, ausdampfen und abkühlen lassen.

Kartoffeln abziehen und in Scheiben schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffelscheiben darin unter Wenden goldbraun braten.

Bratkartoffeln mit Salz und Pfeffer würzen.

Kartoffelscheiben in eine leicht gefettete auslaufsichere Spring- oder Auflaufform verteilen.

Lauch putzen, waschen, abtropfen lassen und in längliche Streifen schneiden.

Lauchstreifen über den Kartoffeln verteilen.

Den Backofen auf 190 Grad Ober- und Unterhitze (Umluft: 170 Grad) vorheizen.

Den Käse reiben.

Eier, Sahne, Salz und Pfeffer verquirlen und über die Auflaufzutaten gießen. Käse überstreuen.

Tortilla im heißen Backofen ca. 35 Minuten backen, bis die Eimasse gestockt ist.

Die Form aus dem Backofen nehmen, auf ein Kuchengitter setzen. Tortilla in der Form auskühlen lassen.

Zum Servieren Tortilla auslösen, in Stücke teilen und anrichten. Dazu passt z. B. ein grüner Salat mit leichter Vinaigrette.

Kevin von Holt am 25. April 2023

Spinat-Strudel mit Estragon-Mayonnaise

Für 4 Personen:

Für den Strudel:

200 g gekochte Kartoffeln	4 EL Olivenöl	400 g Blattspinat
3 EL Butter	2 Eier	Pfeffer
1 TL getrock. Oregano	1 TL Zitronenschale	2 Zweige Estragon
½ Muskatnuss	Salz	2 Blätter Strudelteig (30x40 cm)
1 Eigelb		

Für die Estragon-Mayonnaise:

2 Zweige Estragon	1 Eigelb (zimmerwarm)	1 TL körniger Dijonsenf
1 TL Weißweinessig	Salz, Pfeffer	100 ml Traubenkernöl

Die Kartoffeln abziehen und in etwa 2 cm große Würfel schneiden.

Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffelwürfel darin unter Wenden goldgelb rösten.

Kartoffeln in eine Schüssel geben und etwas abkühlen lassen.

Spinat verlesen, waschen und trockenschleudern.

Etwas Olivenöl und 1 EL Butter in die Pfanne geben, erhitzen und die Butter aufschäumen lassen.

Zunächst etwa Hälfte des Spinats in die Pfanne geben, vorsichtig wenden und zusammenfallen lassen. Nach und nach den restlichen Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Spinat ggf. in ein Sieb geben, abtropfen und etwas abkühlen lassen.

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Eier, 1 Prise Pfeffer, Oregano, Zitronenschale und 1 TL Olivenöl gründlich verquirlen.

Eimix unter die gerösteten Kartoffeln mischen.

Estragon waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Blättchen fein schneiden.

Estragon und Spinat ebenfalls zu den Kartoffeln geben und untermischen. Mit frisch geriebener Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen.

Übrige Butter schmelzen.

Die Strudelteigblätter auf einer mit einem sauberen Geschirrtuch ausgelegten Arbeitsfläche ausbreiten, mit Butter bestreichen und übereinander legen.

Die Spinatmasse darauf verteilen, dabei rundherum einen breiten Rand frei lassen.

Strudelteig aufrollen, dabei die Seiten zur Mitte über die Füllung klappen. Strudel mit der Naht nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen.

Eigelb verquirlen, den Strudel damit dünn bestreichen.

Strudel im heißen Backofen ca. 10 Minuten anbacken. Dann die Backofentemperatur auf 175 Grad Ober- und Inzwischen für die Estragon-Mayonnaise Estragon waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Blättchen fein schneiden.

Eigelb, Senf, Essig, Estragon, Salz, Pfeffer und Öl in einen hohen schmalen Mix-/Rührbecher geben. Zutaten mit einem Stabmixer/Pürrierstab zu einer cremigen Sauce mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zum Servieren kühl stellen.

Strudel aus dem Backofen nehmen, vor dem Aufschneiden ca. 5 Minuten ruhen lassen.

Strudel in Portionsstücke teilen und auf Tellern anrichten. Die Estragon-Mayonnaise dazu servieren.

Kevin von Holt am 28. Februar 2023

Ziegenkäse-Strudel mit Frisée-Salat

Für 4 Personen:

Für den Strudel:

2 Zweige Rosmarin	100 g Walnusskerne	100 g Sahne
2 EL Butter	120 g Strudelteigblätter	300 g Ziegenfrischkäserolle
3 EL Honig, flüssig	6 Feigen	

Für den Salat:

1 Friséesalat	40 ml Bio-Apfelessig	1 TL grober Dijonsenf
1 EL Honig	100 ml Olivenöl	Pfeffer, Salz

Rosmarin abbrausen, trocken schütteln, die Nadeln abstreifen und fein hacken.

Die Walnüsse hacken.

Sahne und Butter in einen Topf geben und leicht erhitzen, sodass die Butter schmilzt.

Den Backofen auf 190 Grad Umluft (oder 210 Grad Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Strudelteigblätter vorsichtig entfalten.

Das erste Blatt auf ein feuchtes Geschirrtuch legen und dünn mit etwas Butter-Sahne bestreichen. Die übrigen Strudelblätter leicht versetzt darauflegen, dabei jeweils mit der Butter-Sahne bestreichen.

Die Ziegenkäserolle in die Teigmitte legen. Walnüsse, Rosmarin und 1 EL Honig darauf verteilen. Mithilfe des Tuchs zu einem Strudel aufrollen. Dabei die Seiten etwas über die Füllung klappen. Strudel mit der Naht nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech heben. Mit der restlichen Butter-Sahne bestreichen.

Die Feigen vorsichtig abwaschen und abtrocknen, dann in eine ofenfeste Form geben und mit dem restlichen Honig beträufeln.

Den Strudel und die Feigen zusammen in den vorgeheizten Ofen geben und ca. 20-25 Minuten backen.

In der Zwischenzeit den Friséesalat putzen, waschen, trocknen und mundgerecht zupfen.

Für das Dressing Apfelessig, Senf, Honig, Olivenöl, etwas Pfeffer und Salz in ein hohes Gefäß geben und mit einem Mixstab zu einem cremigen Dressing mixen. Kurz vor dem Servieren den Salat damit marinieren.

Gebackenen Strudel in Scheiben schneiden und mit den Ofenfeigen und dem Salat servieren.

Kevin von Holt am 31. Januar 2023

Wraps mit Enten-Brust, Radicchio und Kürbis-Salsa

Für 4 Personen

2 Entenbrüste á 200 g	Salz	500 g Hokkaido-Kürbis
1 EL Rapsöl	1 rote Zwiebel	1 TL Currypulver
100 ml Orangensaft	1 TL Rohrzucker	1 TL Hoisin-Sauce
2 EL Kürbiskerne	1 Radicchio	2 Lauchzwiebeln
4 Weizen-Tortilla-Fladen	4 TL Kürbiskernöl	

Die Entenbrüste auf der Fleischseite von Silberhaut, Fett und Sehnen befreien. Die Haut mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden, dabei jedoch nicht ins Fleisch schneiden.

Entenbrüste auf beiden Seiten mit Salz würzen und mit der Hautseite nach unten in eine kalte, ungefettete Pfanne (backofengeeignet) legen. Den Herd auf etwas unter die höchste Stufe stellen und das Fleisch auf der Hautseite ca. 8 Minuten braten, bis das Fett aus der Haut ausgetreten ist und die Haut etwas Farbe angenommen hat.

In der Zwischenzeit den Backofen auf 110 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das überschüssige ausgetretene Fett aus der Pfanne gießen, die Entenbrüste wenden und auf der Fleischseite eine weitere Minute braten.

Dann die Fleischpfanne ca. 20 Minuten in vorgeheizten Ofen geben und die Entenbrüste fertig garen.

Anschließend das Fleisch aus dem Ofen nehmen und zugedeckt noch etwas ruhen lassen.

Für die Kürbissalsa den Kürbis abbrausen, halbieren und entkernen. Das Kürbisfruchtfleisch (der Hokkaidokürbis muss nicht geschält werden) in 1 cm große Würfel schneiden.

In einem Topf Rapsöl erhitzen und die Kürbiswürfel darin ca. 3 Minuten leicht anbraten.

Inzwischen die Zwiebel schälen und fein schneiden.

Die Zwiebelwürfel zum Kürbis geben und weitere 2 Minuten mit andünsten.

Das Currypulver untermischen, kurz mit anschwitzen und dann mit dem Orangensaft ablöschen.

Mit Salz, Zucker und Hoisin-Sauce würzen und alles 10 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Radicchio putzen, in Blätter teilen, waschen, trockenschleudern und in feine Streifen schneiden.

Lauchzwiebeln putzen, waschen und ebenfalls fein schneiden.

Die fertig gegarten Entenbrüste in dünne Scheiben schneiden.

Die Kürbissalsa abschmecken.

Zum Füllen die Fladen auf einer Arbeitsfläche ausbreiten. Kürbissalsa darauf verteilen.

Mit Entenbrustscheiben, Radicchio und Lauchzwiebeln belegen. Mit dem Kürbiskernöl beträufeln und mit den gerösteten Kürbiskernen bestreuen.

Die einzelnen Fladen jeweils zu einem Wrap fest aufrollen. Die Wraps mittig schräg durchschneiden und servieren.

Kevin von Holt am 04. November 2024

Poularden-Brust mit Pastinaken-Püree, Ingwer-Karotten

Für 4 Personen

Für das Fleisch:

3 Möhren	3 Kartoffeln, mittelgroß	2 Zwiebeln
1 rote Paprikaschote	4 Poulardenbrüste (à 175 g)	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Pastinaken-Püree:

250 g Pastinaken	Salz	100 g Sahne
Pfeffer		

Für die Ingwer-Karotten:

300 g Karotten	1 Schalotte	20 g Ingwer, frisch
1 EL Pflanzenöl	15 g Butter	Salz
Pfeffer		

Den Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Möhren, Kartoffeln und Zwiebeln putzen, schälen und in grobe Stücke schneiden. Paprika waschen, putzen, das Kerngehäuse entfernen und Paprika in grobe Stücke schneiden.

Poulardenbrüste kalt abbrausen, gründlich trocken tupfen Öl in einem backofeneigneten Bräter erhitzen. Poulardenbrüste im heißen Öl rundherum kurz anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, dann das vorbereitete Gemüse und Kartoffeln in den Bräter geben und um das Fleisch verteilen. Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Wasser angießen. Fleisch und Gemüse im heißen Backofen zugedeckt 1 Stunde garen.

Extra-Tipp:

Fleisch und Gemüse können auch in einem Tontopf (Römertopf) im Backofen geschmort werden. Dazu den Tontopf rechtzeitig gründlich wässern. Fleisch und Gemüse vorbereiten und in den Topf einlegen. Topf schließen und in den kalten Backofen schieben. Bei 200 Grad Ober- und Unterhitze 1 Stunde garen.

Für das Püree die Pastinaken putzen, schälen und in Stücke schneiden. In einem Topf etwas leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Die Pastinaken darin zugedeckt weich dünsten.

Sahne in einem Topf einmal aufkochen lassen. Weich gegarte Pastinaken abtropfen lassen und zur Sahne geben. Alles mit einem Mixstab fein pürieren. Püree mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Ingwer-Karotten die Karotten, Schalotte und Ingwer schälen. Die Karotten halbieren und in dünne Scheiben, die Schalotte in feine Scheiben schneiden und den Ingwer fein reiben.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Karotten und Zwiebelscheiben darin unter Wenden 8 Minuten dünsten. Butter hinzufügen und alles unter Schwenken erhitzen. Anschließend den Ingwer hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fleisch und geschmortes Gemüse auf Teller verteilen. Püree und Ingwer-Karotten dazu reichen.

Kevin von Holt am 30. Oktober 2024

Kreolische Reispfanne

Für 4 Personen

1 grüne Paprikaschote	3 Staudensellerie-Stangen	2 Frühlingszwiebeln
100 g Chorizo	250 g Hähnchenbrust	2 EL Rapsöl
300 g Jasminreis	3 Tomaten	1 Knoblauchzehe
1 TL Tomatenmark	1 Lorbeerblatt	2 TL Paprikapulver
800 ml Gemüsebrühe	12 Garnelen	Salz
Pfeffer	4 EL Chilisauc	

Paprika halbieren, das Kerngehäuse entfernen, Paprikahälften waschen, abtropfen lassen und in kleine Stücke schneiden.

Staudensellerie putzen, waschen und in kleine Würfel schneiden.

Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden.

Die Hülle der Chorizo abziehen, dann die Wurst in Würfel schneiden.

Hähnchenbrust kalt abbrausen und trocken tupfen, dann das Fleisch in ca. 2 cm große Würfel schneiden.

In einer großen tiefen Pfanne das Öl erhitzen. Hähnchenfleisch und Wurstwürfel von allen Seiten darin anbraten. Dann Paprika, Staudensellerie und Frühlingszwiebel zugeben und alles anschwitzen.

In der Zwischenzeit Reis in ein Sieb geben und unter fließendem Wasser abwaschen und abtropfen.

Die Tomaten waschen und den Strunk entfernen, dann Tomaten grob würfeln und mit in die Pfanne geben.

Knoblauch schälen und zusammen mit Tomatenmark, Lorbeerblatt, Reis und Paprikapulver mit in die Pfanne geben und unterrühren. Die Gemüsebrühe angießen, aufkochen und ca. 15 Minuten unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen, bis der Reis gar ist.

In der Zwischenzeit die Garnelen gegeben falls schälen und den Darm entfernen.

Sobald der Reis gar ist, die Garnelen mit in die Pfanne geben und alles weitere 3 Minuten köcheln lassen.

Dann die Reispfanne mit Salz, Pfeffer und scharfer Chilisauc abschmecken und servieren.

Kevin von Holt am 25. September 2024

Hähnchen-Clubsandwich Caesar

Für 4 Personen

4 Hähnchenbrüste à 150 g	Salz	Pfeffer
3 EL Pflanzenöl	2 Römersalat-Herzen	1 Möhre
1 Bund Lauchzwiebeln	250 g Vollmilch-Joghurt	100 g Salat-Mayonnaise
1 TL Senf, mittelscharf	1 Spritzer Zitronensaft	Zucker
8 Toastbrot-Scheiben	40 g Butter	60 g Parmesan am Stück

Die Hähnchenbrüste kalt abbrausen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer Pfanne das Öl erhitzen und das Fleisch darin bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten braten, dabei gelegentlich wenden. Anschließend die Pfanne vom Herd ziehen und das Fleisch zugedeckt noch etwas in der Pfanne ruhen lassen.

Die Salatherzen putzen, waschen, gut abtropfen lassen und die Blätter ablösen.

Die Möhre schälen, waschen und grob raspeln.

Die Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden.

Joghurt, Mayonnaise und Senf in einer großen Schüssel verrühren. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Salat, Möhren und Lauchzwiebeln zum Dressing in der Schüssel geben und alles vermischen.

Die Toastbrotsccheiben im Toaster oder in einer Pfanne leicht rösten.

Die gebratenen Hähnchenbrüste in dünne Scheiben schneiden.

Die Toastscheiben mit Butter bestreichen. Die Hälfte der Brotscheiben mit etwas Salat und dem Fleisch belegen.

Parmesan grob hobeln und überstreuen. Mit den restlichen Brotscheiben bedecken.

Die Sandwiches schräg halbieren und auf Teller geben. Den restlichen Salat dazu reichen.

Kevin von Holt am 09. Juli 2024

Hähnchen-Cordon bleu mit Gemüse-Bulgur

Für 4 Personen

Für den Gemüse-Bulgur:

1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen	1 Zucchini
1 Kohlrabi	1 rote Paprika	4 Kräuterseitlinge
2 EL Sesamöl	150 g Bulgur	Salz, Pfeffer
1 Prise Kurkuma, gemahlen	1 Prise Harissa-Gewürz	250 ml Gemüsefond
2 Stängel Minze	2 Stängel Blattpetersilie	1 Zitrone
70 ml Olivenöl, kaltgepresst		

Für das Fleisch:

100 g Pancetta, dünne Scheiben	4 Hähnchenbrüste	Salz, Pfeffer
100 g Bergkäse, Scheiben	2 Eier	3 EL Weizenmehl, 405
100 g Paniermehl	2 Zweige Zitronenthymian	150 g Butterschmalz

Für den Bulgur Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden.

Zucchini, Kohlrabi und Paprika waschen. Die Enden der Zucchini abschneiden, Zucchini in 2 cm große Würfel schneiden. Kohlrabi schälen, in 2 cm große Würfel schneiden. Paprika halbieren, das Kerngehäuse austreichen, das Fruchtfleisch in 2 cm große Würfel schneiden.

Kräuterseitlinge putzen, in 2 cm große Würfel schneiden.

Für das Fleisch den Pancetta in einer Pfanne ohne Fett knusprig ausbraten, dann beiseitestellen. Die Hähnchenbrüste seitlich mittig einschneiden, sodass eine Tasche entsteht, das Fleisch aufklappen, plattieren, rundherum mit Salz, Pfeffer würzen.

Den Bergkäse und den knusprigen Pancetta in die Hähnchenbrust füllen, zuklappen, mit Zahnstocher fixieren.

Die Eier in einer Schüssel mit dem Schneebesen verquirlen. Das Mehl und das Paniermehl jeweils in einen tiefen Teller geben.

Zitronenthymian abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abstreifen und unter das Paniermehl mischen.

Die gefüllten Hähnchenbrüste zuerst im Mehl wenden, das überschüssige Mehl abklopfen.

Dann durch das verquirlte Ei ziehen, im Paniermehl wälzen und leicht andrücken.

Den Backofen auf 140 Grad Umluft vorheizen.

In einer tiefen Pfanne das Butterschmalz erhitzen und die panierten Hähnchenbrüste von beiden Seiten ca. 3 Minuten goldgelb braten. Dabei die Pfanne immer in Bewegung halten.

Anschließend aus der Pfanne nehmen, mit einem Küchentrepp abtupfen, in eine Auflaufform geben und im vorgeheizten Backofen 8-10 Minuten garen.

In der Zwischenzeit für den Bulgur Sesamöl in einem Topf erwärmen, Zwiebel, Knoblauch, Gemüse- und Pilzwürfel darin anbraten.

Dann den Bulgur zugeben, mit Salz, Pfeffer, Kurkuma und Harissa würzen. Den Gemüsefond angießen und zugedeckt alles 10 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit Minze und Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

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

Gegarten Bulgur mit Olivenöl, Zitronensaft und -abrieb verfeinern, die Kräuter untermischen. Hähnchen-Cordon bleu und Gemüse-Bulgur auf Tellern anrichten.

Kevin von Holt am 28. Februar 2024

Hähnchen-Nuss-Schnitzel mit Sommerwiesen-Risotto

Für 4 Personen:

Für das Haselnusshuhn:

2 Hähnchenkeulen	1 doppeltes Hähnchenbrustfilet	Salz
Pfeffer	50 g gemahlene Haselnüsse	50 g Mie de Pain
2 Eier	Mehl	2 EL Butter

Für den Risotto:

1 Schalotte	50 g Butter	300 g Risottoreis
100 ml trockener Weißwein	1 l heiße Geflügelbrühe	50 g geriebener Parmesan
2 Bund Sommerkräuter		

Das Fleisch vorbereiten, dafür die Haut abziehen und die Knochen aus dem Fleisch lösen.

Keulenfleisch jeweils in etwa 23 Stücke teilen. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen.

Haselnüsse und Mie de Pain auf einem großen Teller vermischen.

Auf einem weiteren Teller die Eier verquirlen.

Mehl auf einen dritten Teller geben.

Die Fleischstücke portionsweise zunächst im Mehl wenden, überschüssiges Mehl sacht abklopfen.

Fleisch dann durch das Ei ziehen, etwas abtropfen lassen.

Hähnchenstücke zuletzt in der Haselnussmischung wenden und rundum panieren.

Butter in einer Pfanne erhitzen.

Die Hähnchenstücke darin unter Wenden goldbraun braten.

Inzwischen den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Fleisch aus der Pfanne nehmen und in einer flachen Auflaufform im vorgeheizten Backofen je nach Größe 10-15 Minuten fertig garen.

Währenddessen für den Risotto die Schalotten schälen und fein würfeln.

Etwas Butter in einem Topf erhitzen. Die Schalottenwürfel darin andünsten.

Den Reis zugeben und kurz mit andünsten. Weißwein angießen und die Flüssigkeit unter Rühren fast vollständig einkochen lassen.

Dann nach und nach jeweils eine Kelle Brühe zugießen und unter Rühren köcheln lassen, bis der Reis die Brühe ganz aufgesogen hat und der Risotto mit noch leichtem Biss gegart ist.

Inzwischen die Kräuter waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Kräuter fein schneiden.

Restliche Butter und Parmesan unter den Risotto rühren. Dann Kräuter unterrühren. Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Risotto und Haselnuss-Hähnchen anrichten.

Kevin von Holt am 25. Juli 2023

Knusperhähnchen auf Grillgemüse mit Kirsch-Ketchup

Für 4 Personen:

Für das Kirschketchup:

500 g Süßkirschen	100 g brauner Zucker	2 EL Wasser
20 ml Rotwein	3 EL Balsamico	2 Lorbeerblätter
1 Zimtstange	1 TL Kardamom, gemahlen	2 Zweige Rosmarin
Salz	Pfeffer	

Für das Gemüse:

100 g grüner Spargel	1 gelbe Paprika	1 Zucchini
8 Kirschtomaten	1 Fenchel	2 Knoblauchzehen
1 Bio-Zitrone	3 EL Olivenöl	Salz

Für das Hähnchen:

600 g Hähnchenbrustfilet	200 g Weizenmehl, 405	1 EL Zitronen-Abrieb
1 EL Paprikapulver, edelsüß	1 TL Chilipulver	Salz, Pfeffer
2 Eier	200 g Panko	400 ml Pflanzenöl

Für das Kirschketchup die Kirschen waschen und entsteinen.

Zucker mit 2 EL Wasser in einen Topf geben, erhitzen und den Zucker schmelzen lassen, dabei nicht rühren.

Geschmolzenen Zucker mit Wein und Balsamico ablöschen. Kirschen, Lorbeerblätter, Zimtstange und gemahlenen Kardamom zugeben und offen bei kleiner Hitze in ca. 45 Minuten einkochen lassen, bis die Kirschen zerfallen und kaum noch Flüssigkeit zu sehen ist. Dann Lorbeerblätter und Zimtstange entfernen.

Rosmarin abbrausen, trocken schütteln, die Nadeln abstreifen, fein schneiden und zu den Kirschen geben.

Das Kirschketchup mit dem Pürierstab pürieren, mit Salz und Pfeffer würzen, noch einmal aufkochen. Heiß in saubere Marmeladegläser mit Twist Off-Deckel abfüllen.

Tipp:

Nach dem Abkühlen die Gläser in den Kühlschrank geben. Ungeöffnet halten sie sich 2-3 Wochen.

Für das Grillgemüse Spargel waschen, die holzigen Enden abschneiden und im unteren Drittel schälen. Dann Spargel schräg in ca. 3 cm große Stücke schneiden.

Paprika, Zucchini und Fenchel putzen und waschen. Jeweils in mundgerechte Stücke schneiden. Kirschtomaten waschen. Knoblauch schälen und fein schneiden.

Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen. Etwas Schale für das Hähnchen abreiben und beiseite stellen. Dann den Saft auspressen.

Alle Gemüse mit Knoblauch in eine Schüssel geben. Zitronensaft und Olivenöl angießen, leicht salzen, alles gut vermischen und die Gemüsestücke etwas ziehen lassen.

Für das Knusperhähnchen Mehl mit Zitronenschale, Paprikapulver, Chilipulver, etwas Salz und Pfeffer in einem tiefen Teller vermischen.

In einem weiteren tiefen Teller das Ei verquirlen und das Pankomehl in einen dritten tiefen Teller geben.

Hähnchenbrustfilet abwaschen, abtrocknen und in ca. 6 cm große Würfel schneiden.

Die Hähnchenstücke zunächst im Mehl wenden, überschüssige Mehl sacht abklopfen. Die Stücke dann durch das verquirlte Ei ziehen, etwas abtropfen lassen und zuletzt im Panko-Mehl wenden und rundum panieren.

Eine Grillpfanne erhitzen und das marinierte Gemüse darin von allen Seiten braten.

Für das Knusperhähnchen das Frittierfett in einem tiefen Topf auf 170 Grad erhitzen und die Fleischstücke darin nach und nach ca. 5 Minuten goldbraun ausbacken.

Mit einem Schaumlöffel aus dem heißen Öl holen, auf Küchenpapier etwas abtropfen lassen und warmhalten.

Knusperhähnchen mit Gemüse auf Teller geben und jeweils etwas Kirschketchup dazu reichen.

Kevin von Holt am 20. Juni 2023

Hähnchen-Schnitzel, Haselnuss, Apfel-Schalotten-Chutney

Für 4 Personen:

Für das Chutney:

5 Äpfel	8 Schalotten	3 EL Zucker
1/2 l Gemüsefond	2 EL Senfkörner	100 ml Weißweinessig
Salz	Cayennepfeffer	

Für die Hähnchenschnitzel:

4 Hähnchenkeulen	Salz	Pfeffer
60 g Toastbrot	50 g gemahl. Haselnüsse	2 Eier
Mehl	3 EL Pflanzenöl	2 EL Butter

Für das Chutney Äpfel schälen, entkernen und grob würfeln.

Schalotten abziehen und ebenfalls grob würfeln.

Zucker und etwas Fond (oder Saft) in einen großen Topf geben, erhitzen und köcheln lassen, bis der Zucker karamellisiert.

Schalotten zugeben und leicht glasig karamellisieren.

Äpfel und Senfkörner untermischen, sowie restlichen Fond und Essig angießen. Unter gelegentlichem Rühren bei schwacher bis mittlerer Hitze offen dicklich einkochen.

Während das Chutney einkocht, die Hühnerkeulen vorbereiten. Dazu Haut abziehen und die Knochen vom Fleisch lösen. (Haut und Knochen z. B. zum Kochen eines Fonds verwenden) Keulenfleisch jeweils in etwa 23 kleinere Stücke teilen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Rinde vom Brot entfernen. Das Brot fein reiben bzw. zu Bröseln mixen.

Haselnüsse und Brotbrösel auf einem großen Teller vermischen.

In einem tiefen Teller die Eier verquirlen. Mehl auf einen dritten Teller geben.

Die Hühnerstücke portionsweise zunächst im Mehl wenden, überschüssige Mehl sacht abklopfen. Fleisch dann durch das Ei ziehen, etwas abtropfen lassen.

Hähnchenstücke zuletzt in der Haselnussmischung wenden und rundum panieren.

Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen.

Die Hähnchenstücke darin unter Wenden goldbraun und knusprig gar braten.

Chutney mit Salz, Cayennepfeffer und evtl. noch etwas Zucker und Essig abschmecken.

Haselnuss-Hähnchen und Chutney anrichten. Dazu schmeckt Reis.

Extra-Tipp:

Wenn das Chutney sofort kochend heiß in vorbereitete, heiß ausgespülte Konfitüren-Gläser (mit Twist-OffVerschluss) eingefüllt und fest verschlossen wird, hält es sich kühl und dunkel gelagert bis zu vier Wochen. Geöffnete Gläser in den Kühlschrank geben und rasch verbrauchen.

Kevin von Holt am 28. März 2023

Gewürz-Kebab mit Tomaten-Minz-Salsa

Für 4 Personen

Für die Kebabs:

2 EL gehackte Mandeln	50 g getrock. Aprikosen	1 rote Chilischote
1 Knoblauchzehe	2 Zweige Thymian	1 Bio-Zitrone
250 g Lammhackfleisch	250 g Kalbshackfleisch	1/2 TL Kreuzkümmel, gemahlen
Salz	Pfeffer	8 Schaschlik-Spieße
1 EL Pflanzenöl		

Für die Salsa:

600 g Kirschtomaten	2 rote Zwiebeln	2 Limetten
1 EL Pflanzenöl	1/4 rote Chilischote	50 ml Sojasauce
1 Bund Minze		

zusätzlich:

1/2 Chinakohl (klein)	4 kleine Fladenbrote
-----------------------	----------------------

Für die Kebabs die gehackten Mandeln in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, dann abkühlen lassen.

Die getrockneten Aprikosen fein würfeln.

Chili abbrausen, der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein schneiden.

Knoblauch schälen und fein schneiden.

Thymian abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen.

Die Zitrone heiß waschen, trocken tupfen und die Schale abreiben.

Hackfleisch mit gerösteten Mandeln, Aprikosen, Chili, Knoblauch, Thymianblättchen, abgeriebener Zitronenschale, Kreuzkümmel, etwas Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben und gut vermischen.

Die Hackmasse in 8 gleich große Portionen teilen und mit angefeuchteten Händen länglich um die Spieße formen und andrücken. Dann rundherum dünn mit Öl einpinseln.

Kebabs auf dem heißen Grill oder in einer heißen Grillpfanne rundherum 12-15 Minuten goldbraun braten.

Für die Tomaten-Minz-Salsa die Tomaten waschen, abtrocknen und vierteln.

Die Zwiebeln schälen und fein würfeln.

Von den Limetten den Saft auspressen.

In einem Topf das Öl erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen.

In der Zwischenzeit Chili abbrausen, der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein schneiden.

Zwiebeln mit Sojasauce und Limettensaft ablöschen. Dann die Tomaten und Chili dazugeben und den Topf vom Herd ziehen.

Minze abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen, fein schneiden und unter die Tomaten mischen.

Chinakohl putzen, waschen, trocken schütteln und fein schneiden.

Fladenbrote in einer Pfanne von beiden Seiten kurz anrösten.

Kebabs und jeweils etwas Chinakohl auf Teller geben, dazu die lauwarmer Salsa und die Fladenbrote reichen.

Kevin von Holt am 27. August 2024

Moussaka

Für 6 Personen

1 kg Kartoffeln, festk.	Salz	2 Auberginen
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	6 EL Olivenöl
500 g Rinderhackfleisch	600 g geschälte Tomaten, Dose	1 Prise Zimt
Pfeffer	3 Zweige Oregano	40 g Butter
40 g Weizenmehl, 405	500 ml Milch	1 Prise Muskat
10 g weiche Butter	100 g Hartkäse	2 Eier

Die Kartoffeln gut waschen. Kartoffeln ungeschält in einen Topf geben, knapp mit Wasser bedecken, etwas Salz zugeben und zugedeckt die Kartoffeln ca. 30 Minuten garkochen.

Anschließend die Kartoffeln abgießen, etwas abkühlen lassen und pellen.

Die Auberginen waschen, trocken reiben und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben leicht salzen und 15 Minuten in einem Sieb ziehen lassen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.

In einer Pfanne 1 EL Öl erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin anschwitzen, das Hackfleisch zugeben und unter Wenden krümelig anbraten.

Dann die Tomaten dazu geben, etwas zerdrücken und mit Zimt, etwas Salz und Pfeffer würzen. Oregano abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abstreifen und grob schneiden.

Oregano unter die Hackfleisch-Tomatensauce rühren und alles noch einige Minuten bei kleiner Hitze offen köcheln lassen.

Die gesalzenen Auberginenscheiben gut ausdrücken und trocken tupfen.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen, die Auberginenscheiben darin von beiden Seiten nach und nach goldbraun anbraten und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Bechamelsauce die Butter in einem Topf zerlassen. Mehl einstreuen und unter Rühren hell anschwitzen. Die Milch angießen, mit einem Schneebesen glattrühren und unter ständigem Rühren 1-2 Minuten köcheln. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Dann den Topf vom Herd ziehen.

Eine Auflaufform mit weicher Butter ausfetten.

Die gepellten Kartoffeln in Scheiben schneiden.

Den Käse fein reiben.

Die Hälfte des geriebenen Käses und Eier gründlich unter die Bechamelsauce rühren.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Kartoffelscheiben in die Form schichten und mit der Hack-Tomatensauce bedecken. Die Auberginen darauflegen. Den Auflauf mit der Bechamelsauce begießen, mit dem restlichen Käse bestreuen und im vorgeheizten Backofen ca. 45 Minuten goldbraun backen. Vor dem Servieren kurz ruhen lassen.

Kevin von Holt am 28. Juni 2024

Pasta mit Riesling-Schaum und Herzmuscheln

Für 4 Personen:

Für den Nudelteig:

400 g ital. Pastamehl (Semola)	Salz	4 Eier
2 EL Wasser	2 EL Olivenöl	

Für die Muscheln:

1 kg Herzmuscheln (Venusmuscheln)	1 EL Butter	200 ml Riesling
300 g Sahne	Salz	Pfeffer

Zusätzlich:

400 g Kirschtomaten	150 ml Olivenöl	100 g Parmesan
---------------------	-----------------	----------------

Für den Nudelteig Mehl, 1 TL Salz, Eier, Wasser und Öl zugeben und alles zu einem glatten und geschmeidigen Teig verkneten. Falls der Teig zu fest ist, löffelweise noch etwas Wasser unterkneten.

Den Teig zu einer Kugel formen und zugedeckt 20 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Den geruhten Nudelteig mit der Nudelmaschine oder dem Nudelholz in dünne Bahnen ausrollen und zu Linguine (dünne Bandnudeln) schneiden. Etwas antrocknen lassen.

Für die Nudeln einen großen Topf mit gesalzenem Wasser zum Kochen bringen.

Die Muscheln gründlich mit kaltem Wasser abspülen, dabei darauf achten, dass die Schalen geschlossen sind.

Offene und beschädigte Muscheln unbedingt aussortieren und entsorgen.

Kirschtomaten abwaschen, den Strunk entfernen.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Die Tomaten zugeben und zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 5 Minuten garen. Dann die Pfanne vom Herd ziehen.

Die Schalotten schälen und würfeln.

In einem Topf Butter schmelzen, die Schalotten darin anschwitzen. Muscheln zugeben, kurz anschwitzen, dann mit dem Wein ablöschen. Zugedeckt ca. 5 Minuten köcheln lassen. Zwischen- durch gelegentlich umrühren.

Die Nudeln im kochenden Salzwasser ca. 2-3 Minuten bissfest kochen (da es frische Nudeln sind, geht es schnell).

Pasta abgießen und abtropfen lassen.

Gegarte Muscheln mit einer Siebkelle aus dem Sud heben. Muscheln, die sich nicht geöffnet haben, aussortieren und entsorgen.

Sahne zum Sud im Topf geben, aufkochen und etwas einkochen lassen. Sud mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit einem Pürierstab aufschäumen.

Den Parmesan fein reiben.

Die Pasta mit dem Rieslingschaum und den Muscheln vermischen, auf Teller verteilen. Parmesan überstreuen, mit Tomaten garnieren und servieren.

Kevin von Holt am 14. Februar 2023

Minutensteaks mit Pistazien-Kruste, Orangen-Couscous

Für 4 Personen

400 g Couscous	300 ml Gemüsebrühe	120 ml Orangensaft
1 TL Ras el Hanout	1 Zweig Zitronenthymian	1 EL Butterschmalz
4 Rinder-Steaks, 2 cm dick	Salz	50 g Pistazienkerne
80 g Butter	50 g Pankobrösel	Pfeffer
2 Orangen		

Für Couscous und Steaks den Backofen zunächst auf 80 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Couscous in eine Schüssel geben. Gemüsebrühe, Orangensaft und Ras el Hanout in einem Topf einmal kurz aufkochen. Dann die heiße Flüssigkeit unter den Couscous rühren.

Couscous zugedeckt in den Backofen stellen und etwa 5-8 Minuten quellen lassen.

Thymian abbrausen und gut trocken schütteln.

Für die Steaks Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen.

Steaks trocken tupfen, mit Salz würzen. Steaks in der Pfanne von jeder Seite ca. 1 Minute scharf anbraten. Dabei den Thymianzweig mit in die Pfanne geben.

Steaks und Thymian dann auf einen Teller geben, zugedeckt in den heißen Backofen stellen und kurz ruhen lassen.

Inzwischen die Pistazien in einem Blitzhacker zerkleinern. Mit 60 g Butter und Semmelbröseln kurz durchmixen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Orangen dick schälen, sodass die weiße Haut mit entfernt wird. Filets zwischen den Trennhäuten auslösen.

Couscous und Steaks aus dem Ofen nehmen. Die Grillfunktion oder Oberhitze des Backofens auf höchste Stufe vorheizen.

Zum Couscous restliche Butter geben und alles mit einer Gabel vorsichtig auflockern. Mit den Orangenfilets garnieren.

Steaks auf einer ofenfesten Platte verteilen. Die Pistazienmasse als Kruste darauf geben. Die Steaks etwa 1 Minute im Ofen goldbraun gratinieren.

Gratinierte Steaks und Orangen-Couscous anrichten.

Kevin von Holt am 23. Juli 2024

Steak-Sandwich mit Salzzitronen und Süßkartoffel-Chips

Für 4 Personen

1 Süßkartoffel (300 g)	Salz	2 EL Olivenöl
1 rote Zwiebel (klein)	Zucker	1 Salzzitrone
200 g Schmand	2 TL Dijon-Senf	1 TL Honig
Pfeffer	8 Scheiben Kastenweißbrot	80 g gesalzene Butter
1 EL Butterschmalz	4 Rinder-Minutensteaks	2 Romana Salat-Herzen
4 Scheiben Gouda		

Für die Süßkartoffelchips Kartoffel schälen, waschen, trocken tupfen und auf einem stabilen Küchenhobel fein schneiden/hobeln.

Die Scheiben mit etwas Salz und Öl vorsichtig gründlich mischen, sodass alle Scheiben fein mit Öl überzogen sind.

Den Backofen auf 170 Grad Umluft vorheizen. Die Kartoffelscheiben auf einem mit Backpapier belegtem Backblech gleichmäßig verteilen.

Das Blech in den heißen Backofen schieben und die Süßkartoffelscheiben ca. 15 Minuten knusprig rösten. Ggf. zwischendurch vorsichtig wenden.

Zwiebel schälen, in Ringe schneiden und jeweils mit etwas Salz und Zucker mischen, ziehen lassen.

Für den Dip eventuell vorhandene Kerne aus der Salzzitrone entfernen. Zitrone in sehr feine Würfel schneiden.

Schmand, Senf und Honig in einer Schüssel verrühren. Die Zitronenwürfel untermischen und den Dip mit Pfeffer abschmecken.

Brotscheiben von beiden Seiten dünn mit Butter bestreichen. In einer großen beschichteten Pfanne nach und nach goldbraun rösten.

Süßkartoffel-Chips aus dem Backofen nehmen. Backofen-Temperatur auf 80 Grad reduzieren.

Die Süßkartoffel-Chips und Brotscheiben im Ofen warm halten.

Inzwischen Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Steaks trocken tupfen und im heißen Butterschmalz von jeder Seite ca. 1 Minute braten.

Steaks aus der Pfanne nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt im Backofen bei 80 Grad kurz ruhen lassen.

Währenddessen die Salatblätter ablösen, waschen und trocken schütteln.

Süßkartoffelscheiben aus dem Backofen nehmen, mit Salz würzen.

Zum Schichten der Sandwichs 4 Brotscheiben auf Teller verteilen. Mit Salatblättern belegen.

Steaks aus dem Ofen nehmen und in Streifen schneiden. Steakstreifen auf dem Salat verteilen.

Je etwa ein Viertel vom Schmand-Salzzitronen-Dip darauf geben und den Käse auflegen.

Zwiebeln abtropfen lassen und auf dem Käse verteilen. Jeweils mit einer weiteren Toastscheibe abschließen und sofort servieren.

Kevin von Holt am 06. Juni 2023

Rosenkohl-Salat mit Granatapfel und Mandeln

Für 4 Personen

600 g Rosenkohl	Salz	50 g Mandeln
1 Granatapfel	3 EL Olivenöl	Pfeffer
200 g Radicchio	10 g frischer Ingwer	1 kleine Knoblauchzehe
1/2 Bund glatte Petersilie	30 ml Aceto Balsamico	¾ EL Ahornsirup
1 Prise Harissa	50 ml Olivenöl	

Rosenkohl waschen, putzen, dabei die äußeren Blätter entfernen, den Stunk jeweils dünn abschneiden und kreuzweise einritzen.

Den Rosenkohl in einem Topf in kochendem Salzwasser ca. 6 Minuten garen. Dann herausnehmen, in Eiswasser abschrecken, abtropfen lassen und anschließend halbieren.

Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten, etwas abkühlen lassen und andrücken oder grob hacken.

Granatapfel andrücken, halbieren, die Kerne herausklopfen und über einem Sieb abtropfen lassen.

Tipp: Den Saft dabei auffangen und trinken.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, die Rosenkohlhälften darin ca. 5 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Gebratenen Rosenkohl in eine Schüssel geben und abkühlen lassen.

Radicchio putzen, die Blätter ablösen, waschen und abtropfen lassen.

Für das Dressing Ingwer und Knoblauch schälen, in Scheiben schneiden und in ein hohes Püriergefäß geben.

Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen, grob schneiden und ebenfalls in das Püriergefäß geben.

Balsamico, Ahornsirup und Harissa dazugeben und alles mit dem Pürierstab fein mixen.

Langsam das kalt gepresste Olivenöl untermixen und das Dressing mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Radicchioblätter zum gebratenen Rosenkohl die in die Schüssel geben. Das Dressing überträufeln, die Granatapfelkerne zugeben und alles gut vermengen.

Rosenkohlsalat mit Mandeln bestreuen und servieren. Dazu passt herzhaftes Holzofenbrot.

Kevin von Holt am 15. Februar 2024

Harzer-Blaubeer-Schmand-Schnitzel mit Haselnuss-Nudeln

Für 4 Personen

Für die Schnitzel:

200 g Heidelbeeren	600 g Schweinerücken	2 EL Weizenmehl, 405
Salz	Pfeffer	50 g Butterschmalz
2 TL eingel. grüner Pfeffer	50 ml Kräuter-Halbbitter-Likör	40 ml trockener Weißwein
200 g Schmand		

Für die Nudeln:

Salz	300 g Bandnudeln	2 EL Butter
50 g Haselnüsse, gehackt	Pfeffer	Muskatnuss

Den Backofen auf 60 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen.

Die Beeren waschen und in einem Sieb gut abtropfen lassen (TK-Beeren ebenfalls in ein Sieb geben und etwas antauen lassen).

Das Fleisch in Portionsscheiben schneiden und die Schnitzel dünn plattieren.

Mehl in einen tiefen Teller oder eine flache Schale geben.

Für die Nudeln in einem Topf reichlich leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Die Fleischstücke mit Salz und Pfeffer würzen und im Mehl wenden, überschüssiges Mehl sacht abklopfen.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Schnitzel darin von beiden Seiten goldbraun anbraten. Danach die Temperatur reduzieren, mit einem Esslöffel etwas Bratfett aus der Pfanne aufnehmen und die Schnitzel unter ständigem Beträufeln mit dem Bratfett etwa 2 Minuten nachbraten. Aus der Pfanne nehmen und im vorgewärmten Ofen warmstellen.

Inzwischen die Nudeln im kochenden Salzwasser nach Packungsanleitung bissfest kochen.

Den grünen Pfeffer in die Schnitzelpfanne geben, andrücken und mit dem Kräuterlikör und Weißwein ablöschen. Alles gut verrühren, dann den Schmand untermischen und kurz aufkochen.

Die Blaubeeren mit in die Pfanne geben und durchschwenken, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die bissfest gekochten Nudeln abgießen.

In einen Topf die Butter aufschäumen lassen und die gehackten Haselnüsse einstreuen.

Die Bandnudeln hinzugeben und alles durchschwenken, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Nudeln auf Teller verteilen, die Schnitzel anlegen und mit der Blaubeer-Schmand-Sauce nappieren.

Kevin von Holt am 19. August 2024

Cremesuppe vom Grünkohl mit Chorizo

Für 4 Personen

Für die Suppe:

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 große Kartoffel
300 g frischer Grünkohl	2 EL Butter	300 ml Gemüsebrühe
250 g Sahne	2 EL Crème-fraîche	Salz
Pfeffer	1 Prise Muskat	1 TL Zitronensaft
80 g Chorizo (Paprikawurst)		

Für die Curry-Knusperbrösel:

1 TL Butter	1 TL Currypulver	4 EL Pankobrösel
Salz		

Für die Suppe Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden.

Kartoffel abwaschen, schälen und in etwa 1 cm große Stücke schneiden.

Grünkohl von den groben Stielen abstreifen, gut waschen und abtropfen lassen.

Butter in einem großen Topf schmelzen und Zwiebel und Knoblauch darin anschwitzen.

Dann die Kartoffel zugeben und mit anschwitzen. Zuletzt den Grünkohl untermischen und ca. 5 Minuten mit köcheln lassen.

Anschließend mit der Gemüsebrühe aufgießen und die Sahne dazugeben. Alles ca. 10 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen.

In der Zwischenzeit für die Curry-Knusperbrösel in einer Pfanne Butter zerlassen, Currypulver hinzugeben und die Panko-Brösel darin goldbraun und knusprig braten, mit etwas Salz abschmecken.

Denn Suppenansatz in einen Standmixer geben, Crème fraîche hinzufügen und fein pürieren.

Anschließend die Suppe wieder zurück in den Topf geben und mit Salz, Pfeffer, Muskat sowie Zitronensaft abschmecken.

Chorizo in Scheiben schneiden, diese in einer Pfanne ohne Fett knusprig ausbraten.

Die Suppe in tiefe Teller geben, die Chorizo-Scheiben darauf verteilen (auch etwas von dem Öl mit hinzugeben) und anschließend die Curry-Knusperbrösel darauf verteilen.

Kevin von Holt am 23. Januar 2024

Sellerie-Schaumsüppchen mit Walnüssen, Apfel-Spieß

Für 4 Personen

Für die Suppe:

400 g Knollensellerie	2 Schalotten	1 EL Zucker
600 ml Gemüsebrühe	50 g Walnusskerne	Salz
Pfeffer	Apfelsaft	50 g Sahne

Für die Croutons:

100 g Toastbrot	2 EL Butter	Salz
-----------------	-------------	------

Für die Spieße:

2 Schalotten	2 EL Butter	2 Äpfel
--------------	-------------	---------

Außerdem:

4 Spieße

Für die Suppe Sellerie putzen und schälen. Schalotten abziehen. Sellerie und Schalotten würfeln. Zucker in einem großen Topf hell karamellisieren. Schalotten und Sellerie zugeben und unter Wenden leicht farblos andünsten.

Mit Fond aufgießen, aufkochen und ca. 15 Minuten sacht köcheln lassen.

Inzwischen für die Croûtons Rinde vom Toastbrot entfernen. Toastbrot in feine Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Toastwürfel darin knusprig braten. Auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen und mit Salz würzen. Croutons auskühlen lassen.

Walnusskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen.

Für die Spieße Schalotten schälen und in grobe Stücke schneiden.

Pfanne auswischen, 1 TL Butter darin erhitzen. Die Schalottenstücke darin kurz anbraten.

Auf einen Teller geben und etwas abkühlen lassen.

Äpfel schälen, entkernen und in Achtel schneiden.

Apfelspalten und Schalottenstücke im Wechsel auf 4 Spieße stecken.

Übrige Butter im Bratfett in der Pfanne erhitzen. Spieße in der heißen Butter unter Wenden braten.

Walnüsse grob hacken.

Sellerie im Fond mit einem Pürierstab fein pürieren. Suppe mit Salz, Pfeffer und nach Belieben etwas Apfelsaft abschmecken.

Sahne steif schlagen, kurz vor dem Servieren unter die Suppe heben. Nun nicht mehr aufkochen, da der Schaum sonst verschwindet.

Suppe in tiefen Tellern oder Suppenschalen verteilen. Nüsse und Croûtons aufstreuen.

Je einen Apfel-Schalotten-Spieß anlegen und servieren.

Kevin von Holt am 24. Oktober 2023

Pilzcreme-Suppe mit Thymian-Quarknocken

Für 4 Personen

Für die Quarknocken:

1 Bund Thymian	150 g Magerquark	1 Eigelb
50 g Hartweizengrieß	1 Spritzer Zitronensaft	Salz
Pfeffer		

Für die Suppe:

400 g Speisepilze	2 Schalotten	1 EL Butter
100 ml Weißwein	400 ml Gemüsebrühe	200 ml Sahne
20 ml Sherry	Salz	Pfeffer

Für die Nocken Thymian abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abstreifen, nach Bedarf noch etwas feiner schneiden.

Den Quark in einem sauberen Geschirrtuch gut ausdrücken. Mit Eigelb in einer Schüssel verrühren. Grieß, Thymian und Sherry unterrühren und die Masse mit Salz und Pfeffer würzen. Die Masse ca. 10 Minuten quellen lassen.

In der Zwischenzeit für die Suppe die Pilze gründlich putzen und in dünne Scheiben schneiden. Die Schalotten schälen und fein würfeln.

In einem Topf die Butter erhitzen und die gewürfelte Schalotte darin anschwitzen. Die Pilze zugeben und ebenfalls mitandünsten.

Dann mit Weißwein ablöschen und mit dem Gemüsefond und der Sahne auffüllen. Alles ca. 10 Minuten leicht köcheln lassen.

Für die Nocken reichlich Salzwasser in einem Topf aufkochen, dann die Temperatur reduzieren, sodass das Wasser nur noch siedet.

Aus der Quarkmasse mit 2 Teelöffeln kleine Nocken formen und diese im siedenden Salzwasser einige Minuten gar ziehen lassen. Anschließend herausnehmen und abtropfen lassen.

Die Pilzsuppe fein pürieren, mit Sherry, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Suppe in tiefen Tellern anrichten und die Nocken dazugeben.

Kevin von Holt am 26. September 2023

Frühling-Eintopf mit Brot-Chips

Für 4 Personen:

1 Bund Frühlingszwiebeln	1 Kohlrabi	4 Möhren
1 Bund Petersilie, glatt	1 Bio-Zitrone	6 EL Olivenöl
1 EL Gemüsebrühe	Salz	Pfeffer
200 g Landbrot	4 Zweige Thymian	200 g TK-Erbesen

Frühlingszwiebeln putzen, waschen und schräg in Ringe schneiden.

Kohlrabi und Möhren schälen, putzen und in mundgerechte Würfel schneiden.

Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und in feine Streifen schneiden.

Zitrone heiß waschen, trocken tupfen und etwas Schale fein abreiben.

In einem Suppentopf 2 EL Öl erhitzen.

Kohlrabi und Möhren im heißen Öl unter Wenden andünsten.

Brühe angießen, aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronenschale würzen. Alles zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze etwa 15-20 Minuten köcheln lassen.

Inzwischen den Backofen auf 200 Grad (Umluft: 180 Grad) vorheizen.

Das Brot in sehr dünne Scheiben schneiden. Die Brotscheiben mit übrigem Olivenöl gleichmäßig dünn bestreichen.

Scheiben auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen.

Thymian waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Thymian hacken und über die Brotscheiben streuen.

Brot im heißen Backofen kurz anrösten, nach Belieben einmal wenden.

Petersilie, Lauchzwiebeln und Erbsen zum Eintopf geben. Alles wieder aufkochen und weitere 2-3 Minuten köcheln lassen.

Die Brühe abschmecken, gegebenenfalls mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Eintopf in tiefen Tellern oder Suppenschalen anrichten. Die Brotscheiben dazu servieren.

Kevin von Holt am 07. März 2023

Wild-Ragout mit Esskastanien

Für 6 Personen

200 g Zwiebeln	2 Knoblauchzehen	2 Möhren
200 g Knollensellerie	1,5 kg Wildschweinschulter	Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	2 EL Tomatenmark
500 ml Rotwein	2 Zweige Thymian	2 Lorbeerblätter
3 Wacholderbeeren	3 Pimentkörnern	200 g vorgeg. Maronen
1 TL Kartoffelstärke		

Zwiebeln und Knoblauch abziehen. Möhren und Sellerie waschen, schälen. Zwiebeln, Möhren und Sellerie in ca.1 cm große Würfel schneiden, Knoblauch halbieren.

Das Fleisch parieren und in ca. 4 cm große Würfel schneiden.

In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Fleischwürfel darin portionsweise scharf von allen Seiten anbraten, dann aus der Pfanne nehmen und in einen Bräter geben. Es ist wichtig nicht zu viel Fleisch auf einmal in die Pfanne zu geben. Ist zu viel Fleisch in der Pfanne kühlt diese zu schnell ab, das Fleisch zieht dann Flüssigkeit und würde in der Pfanne anfangen zu köcheln. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Zwiebeln, Knoblauch und das gewürfelte Gemüse ebenfalls in der Pfanne mit etwas Öl anbraten, mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

Sobald das Gemüse leicht gebräunt ist, Tomatenmark unterrühren und kurz mitanbraten.

Dann mit etwas Rotwein ablöschen und den Bratensatz lösen.

Thymianzweige abbrausen, trocken schütteln und mit den Lorbeerblättern, Wacholderbeeren und Pimentkörnern zum Fleisch in den Bräter geben.

Das gebratene Gemüse und restlichen Wein ebenfalls zugeben und das Fleisch zugedeckt im vorgeheizten Ofen zunächst 45 Minuten schmoren.

Dann die geschälten und gegarten Maronen zum Ragout in den Bräter geben und das Ragout weitere 45 Minuten zugedeckt schmoren.

Am Ende der Schmorzeit das Ragout mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Falls die Sauce noch zu flüssig ist, Kartoffelstärke mit 1 EL Wasser verrühren, unter das Ragout mischen, aufkochen lassen und die Sauce damit binden.

Zum Ragout passen Salzkartoffeln, Schupfnudeln oder Spätzle.

Kevin von Holt am 19. November 2024

Wild-Burger mit Rotkohl-Salat und gebratenen Pilzen

Für 4 Personen

400 g Rotkohl	Salz	Pfeffer
4 EL Johannisbeerkonfitüre	4 EL Pflanzenöl	2 EL Rotweinessig
1 TL Honig	1 Prise Zimt	80 g Frisée-Salat
200 g Wildschweinnacke	400 g Rehkeule	2 EL Butterschmalz
150 g Bergkäse, in Scheiben	100 g Kräuterseitlinge	4 Burger Buns

Rotkohl abwaschen, halbieren und den Stunk entfernen. Dann den Rotkohl möglichst fein schneiden oder hobeln.

Die Kohlstreifen in eine Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen.

Johannisbeerkonfitüre, Öl, Rotweinessig, Honig und Zimt zugeben und alles gut verkneten.

Den Frisée putzen, waschen und abtropfen lassen.

Das Fleisch in grobe Würfel schneiden und durch den Fleischwolf drehen. Das Hackfleisch mit Salz und Pfeffer würzen und mit den Knethaken des Handrührgeräts verkneten. Dann pro Person ein Burger-Patty daraus formen.

Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Pattys darin von beiden Seiten kräftig anbraten. Jeden Patty mit einer Scheibe Käse belegen, in eine Auflaufform geben und im vorgeheizten Ofen weitergaren, bis das Fleisch eine Kerntemperatur von ca. 62 Grad hat.

Die Pfanne für die Pilze beiseitestellen.

In der Zwischenzeit die Pilze putzen und längs in Scheiben schneiden.

In der Burgerpfanne die Pilze von beiden Seiten knusprig braten und mit Salz und Pfeffer würzen. Dann aus der Pfanne nehmen.

Die Burger-Buns aufschneiden und in der Pfanne mit der Schnittfläche nach unten knusprig rösten.

Buns aus der Pfanne nehmen und die Burger stapeln: Auf die Unterseiten der Buns jeweils etwas Frisée und Rotkohlsalat geben, darauf den Wild-Patty und die gebratenen Pilze geben und zuletzt den Bun-Deckel daraufsetzen. Restlichen Rotkohlsalat separat dazu servieren.

Kevin von Holt am 12. September 2023

Thai-Currywurst mit Kartoffel-Ecken

Für 4 Personen

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 Stängel Zitronengras
1 Banane	2 EL Rapsöl	3 EL gelbe Currypaste
80 g Tomatenmark	400 g passierte Tomaten	100 g Ketchup
100 ml Kokosmilch	20 g Rohrzucker	25 g Honig
10 g Madras Currypulver	1 EL Fischsauce	3 Kaffirlimetten-Blätter
400 g Kartoffeln, festk.	2 EL geröstetes Sesamöl	2 TL BBQ-Rub
4 Bratwürste		

Zusätzlich:

100 ml Kokosmilch

Zwiebel und Knoblauch schälen. Zwiebel fein würfeln, Knoblauch klein schneiden.

Vom Zitronengras die äußeren harten Hüllblätter entfernen. Dann die Zitronengrasstange mit dem Messerrücken anschlagen.

Banane schälen und in Stücke schneiden.

In einem Topf die Hälfte vom Öl erhitzen, Zwiebelwürfel darin anschwitzen. Knoblauch und Zitronengras zugeben und kurz mit anschwitzen.

Die Currypaste hinzugeben und 2-3 Minuten bei mittlerer Hitze mit anschwitzen. Dann Tomatenmark einrühren, passierte Tomaten, Ketchup, Kokosmilch, die Bananenstücke, Zucker, Honig, Currypulver, Fischsauce und Limetten-Blätter zugeben.

Alles gut verrühren und die Sauce ca. 45 Minuten bei milder Hitze köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Kartoffeln gut waschen (nach Wunsch schälen), abtropfen lassen, in Spalten schneiden und in eine Schüssel geben. Sesamöl und BBQ-Rub dazugeben und alles gut miteinander vermischen.

Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Die marinierten Kartoffeln auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und im vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten knusprig garen, nach etwa der Hälfte der Zeit die Wedges wenden.

Sobald die Sauce ausreichend geköchelt hat, Zitronengras und die Limettenblätter entfernen. Die Sauce pürieren und abschmecken.

In einer Pfanne das restliche Öl erhitzen und die Bratwürste darin rundherum braten, bis sie eine schöne goldbraune Farbe haben.

Die Extra-Kokosmilch in einem Topf erwärmen und mit dem Pürierstab schaumig aufschlagen. Die Bratwürste zusammen mit der Sauce anrichten und den Kokoschaum darüber träufeln. Die Kartoffelecken dazu servieren.

Hinweis: Kartoffelschalen enthalten schädliche Glykoalkaloide, deshalb raten offizielle Stellen vom Verzehr von Kartoffelschalen ab. Frische und ausgereifte Kartoffeln können von Erwachsenen aber durchaus auch gelegentlich mit Schale gegessen werden.

Kevin von Holt am 09. April 2024

Süßkartoffel-Quiche mit Chorizo und Wildkräuter-Salat

Für 4 Personen:

300 g Blätterteig	300 g Süßkartoffel	200 g Chorizo
2 Eier (M)	100 ml Sahne	80 g Edamer
80 g span. Schnittkäse	Salz	Pfeffer, Muskatnuss

Für Salat und Dressing:

1 Bund frische Kräuter	100 g Friséesalat	100 g Radicchio
3 EL Weißweinessig	50 g Honig	1 TL Senf
4 EL Olivenöl	Salz	weißer Pfeffer

Außerdem:

Butter, Mehl

Eine Tarteform (28 cm Durchmesser) dünn mit Butter ausstreichen und fein mit Mehl austäuben.

Denn Blätterteig bei Bedarf ausrollen und die Tarteform damit auslegen. Den Teig am Rand hochziehen. Boden in der Form mit einer Gabel mehrfach einstechen.

Die Süßkartoffel schälen, waschen, trocken tupfen und auf einer stabilen Küchenreibe reiben. Chorizo in dünne Scheiben schneiden.

Eier und Sahne verquirlen. 6. Käse fein reiben und unter die Eiersahne rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Dan Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Quicheboden mit Süßkartoffeln und Chorizoscheiben belegen. Sahne-Ei-Guss darüber gießen.

Die Quiche ca. 35 Minuten goldbraun backen.

Währenddessen für den Salat die Kräuter verlesen, abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

Salate putzen, verlesen, in Stücke zupfen, waschen und abtropfen lassen oder trockenschleudern.

Für das Dressing Essig, Honig, Senf, Olivenöl, Salz und Pfeffer mit einem Mixstab verquirlen.

Form aus dem Backofen nehmen, auf ein Kuchengitter setzen und etwas abkühlen lassen.

Blattsalate, Kräuter und Dressing vorsichtig mischen und auf Teller verteilen.

Quiche aus der Form lösen, in Stücke schneiden und mit dem Salat anrichten.

Kevin von Holt am 08. August 2023

Gebackene Risotto-Bällchen mit gebratenem Radicchio

Für 4 Personen:

Für die Bällchen:

50 g Parmesan	1 Schalotte	1 l Gemüsebrühe
25 g Butter	300 g Arborioreis	100 ml Weißwein
Salz	Pfeffer	100 g TK-Erbesen
100 g Parmaschinken	50 g Pecorino	3 Eier
250 g Paniermehl	1 l Pflanzenöl	

Für den Radicchio:

2 Radicchio-Köpfe	2 EL Olivenöl	2 EL Balsamico, gereift
Salz	Pfeffer	

Für den Risotto den Parmesan reiben. Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden.

Gemüsebrühe in einem Topf aufkochen und warmhalten.

Butter in einem großen Topf zerlassen. Schalotten darin glasig dünsten. Reis zugeben und unter Rühren 2-3 Minuten mitdünsten.

Dann Wein und etwas heiße Gemüsebrühe angießen und die Flüssigkeit unter Rühren fast vollständig einkochen lassen. Nach und nach etwas von dem der heißen Brühe zugießen, sobald der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat.

So unter stetigem Rühren den Reis in ca. 20 Minuten bissfest garen.

Den Parmesan unter den bissfest gegarten Reis rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Risotto zum Auskühlen auf einem großen Teller oder Blech ausbreiten, ca. 10 Minuten abkühlen lassen.

Vom Radicchio evtl. unschöne Außenblätter entfernen. Radicchio im Ganzen waschen und abtropfen lassen.

Inzwischen für die Füllung Erbsen in einen Topf mit kochendem Salzwasser geben und 2 Minuten garen. Abgießen, in Eiswasser kurz abschrecken. Dann wieder abgießen und gut abtropfen lassen.

Parmaschinken in feine Streifen schneiden, den Pecorino fein würfeln.

Für das Formen der Reisbällchen mit abgefeuchteten Händen jeweils ca. 2 EL Risotto in der Handfläche flach drücken. Je etwas Pecorino, Schinken und Erbsen darauf geben. Risotto um die Füllung herum verschließen und zu einer Kugel formen. So ca. 16 Reisbällchen formen.

Für die Panierung Eier in einem tiefen Teller verquirlen. Paniermehl in eine Auflaufform oder auf einen Teller geben.

Frittieröl in einem breiten Topf auf 180 Grad erhitzen.

Jeweils 4 Reisbällchen gleichzeitig in der Eimasse wenden, kurz abtropfen lassen. Im Paniermehl wenden.

Panierte Reisbällchen vorsichtig ins heiße Fett geben und goldbraun frittieren. Mit einer Schaumkelle herausnehmen und auf einem Küchenpapier kurz abtropfen lassen. Mit den restlichen Bällchen ebenso verfahren.

Den gewaschenen Radicchio vierteln und trocken tupfen.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Salatviertel darin anbraten. Mit dem Balsamico ablöschen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Reisbällchen zusammen mit dem Radicchio auf einem Teller oder einer Platte anrichten. Das Ganze darf warm oder abgekühlt serviert werden.

Kevin von Holt am 19. Januar 2023

Index

- Apfel, 32
- Aubergine, 28
- Auflauf, 4

- Beeren, 1
- Bl?ttterteig, 14
- Bratwurst, 40

- Chinakohl, 27
- Chorizo, 41
- Cordon-bleu, 23
- Couscous, 7, 30
- Curry-Wurst, 40

- Eintopf, 37
- Enten-Brust, 19
- Erbsen, 37, 42

- Fisch-St?bchen, 5
- Fladenbrot, 27
- Forellen-Filet, 9
- Frischk?se, 18

- Gr?nkohl, 34
- Gurke, 8, 9

- H?hnchen-Brust, 21–25
- H?hnchen-Schenkel, 24, 26
- H?hnchen-Schnitzel, 26
- H?hner-Brust, 19, 20, 22, 23
- Heidelbeeren, 1

- Kabeljau-Filet, 5
- Kalb, 27
- Kartoffeln, 34
- Kohlrabi, 23, 37

- Lachs, 2
- Lachs-Filet, 7
- Lamm, 27
- Lauch, 16
- Linsen, 12

- M?hren, 2, 20, 22, 37, 38
- Maronen, 38

- Mett, 40
- Moussaka, 28
- Muscheln, 29

- Nudeln, 6, 11, 29

- Paprika, 20, 23
- Pastinaken, 20
- Pilze, 6, 23, 36, 39
- Poularden-Brust, 20

- R?ben, 2, 15
- R?cken, 33
- Radicchio, 10, 11, 19, 32, 41, 42
- Reh, 39
- Reis, 3, 24, 42
- Rinder-Hack, 28
- Rosenkohl, 10, 32
- Rote-Bete, 4
- Rotkraut, 39

- Saibling-Filet, 6
- Salat, 41
- Sardinien, 4
- Schinken, 42
- Schnitzel, 33
- Scholle, 8
- Schoten, 2
- Sellerie, 35, 38
- Spargel, 3, 15, 25
- Spie?e, 27
- Spinat, 5, 8, 11, 17
- Staudensellerie, 21
- Steak, 30, 31
- Strudel, 17, 18

- Vegan, 10

- Wildschwein, 38, 39

- Zander-Filet, 3
- Ziegenk?se, 18
- Zucchini, 23, 25