





# Vorwort

Dies ist nun die dritte Auflage meines Kochbuchs, das ich vor über vierzehn Jahren erstmals zusammengestellt habe. Es versammelt alte Familienrezepte, eigene Kreationen, von mir nach fremden Rezepten Ausprobiertes und Gerichte, die mir vorgesetzt wurden, und die ich dann nachempfunden habe.

Zu den vorhandenen sind noch einmal ca. achtzig neue Rezepte hinzugekommen.

Bei den meisten Rezepten habe ich diesmal Fotos integriert. Ich hoffe, es gefällt.

Als neues Kapitel habe ich „Dips und Chutneys“ aufgenommen

Das Gliedern nach gängigen Begriffen, wie ich sie im Inhaltsverzeichnis verwende, hat immer noch den einen, hoffentlich tolerablen, Nachteil, dass ein Gratin nicht unter ‚Vegetarisches‘ aufgeführt ist, obwohl das genauso gut ginge. Ein ‚Salat‘ als kleine Portion ist natürlich auch eine ‚Vorspeise‘, genau so ergeben zwei Marillenknödel eine gute ‚Nachspeise‘, sind aber unter ‚Vegetarisches‘ aufgeführt.

In meiner Kindheit waren Buchteln, Marillenknödel oder Kaiserschmarrn vollwertige Mahlzeiten. ‚Süßmäuler‘ halten es noch heute so.

Wer dieses Büchlein studiert und es ein paar Mal durchblättert, wird bald seine Favoriten finden und die Rezepte zu handhaben wissen. Sollten sich Fehler eingeschlichen haben, Beschreibungen nicht leicht verständlich sein oder sich Fragen ergeben, so bitte ich um eine Mitteilung. Auch eigene ergänzende Anregungen sind mir immer willkommen.

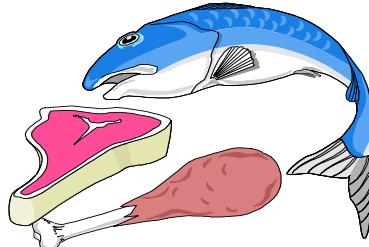
Nun viel Spaß, zunächst beim Lesen und dann hoffentlich beim Nachkochen.

Bad Reichenhall

Dezember 2014



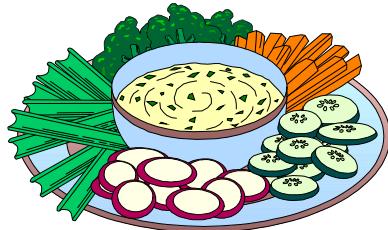
# Inhalt



	Seite
Vorwort	3
Antipasti	7
Vorspeisen	27
Salate	37
Suppen	53
Fisch und Krustentiere	83
Geflügel	109
Fleischgerichte	125
Innereien	163
Saucen und Dressings	177
Dips und Chutneys	205
Beilagen	217

<b>Gemüse und Vegetarisches</b>	<b>229</b>
<b>Eintöpfe</b>	<b>261</b>
<b>Aufläufe und Gratins</b>	<b>279</b>
<b>Pizze, Pasta und Risotti</b>	<b>289</b>
<b>Nachspeisen</b>	<b>305</b>
<b>Kuchen und Gebäck</b>	<b>347</b>
<b>Glossar</b>	<b>389</b>
<b>Rezeptverzeichnis</b>	<b>393</b>

# Antipasti



	Seite
Anchoïade	9
Blätterteig-Röllchen	10
Bohnen mit Tomaten	12
Eingelegte Tomaten	13
Frittierte Oliven	14
Gefüllte Datteln	16
Getrocknete Tomaten	17
Laussalbe	18
Marinierte Zucchini, Paprika und Auberginen mit Ziegenkäse-Crostini	19
Minitoast mit Roquefort	21
Minitoast mit Schinken, Käse und Spiegelei	22
Party-Brötchen mit Morcheln und Spinat	23
Pasteis de Bacalhau	24



# Anchoïade

## Zutaten:

Für 4 bis 5 Personen  
ca. 70 g Anschovisfilets,  
vorzugsweise in Salz  
2 mittelgroße Knoblauchze-  
hen, fein gehackt  
1 TL Tomatenmark  
1 bis  $1\frac{1}{2}$  EL Olivenöl  
2 TL Zitronensaft  
Frisch gemahlener schwarz-  
er Pfeffer  
10 bis 15 Scheiben Ba-  
guette, 1 cm dick  
1 EL fein geschnittene fri-  
sche Petersilie

## Zubereitung:

Man wässert zunächst die Anschorvis mindestens 10 Minuten, trocknet sie mit Küchenpapier ab und gibt sie, kleingeschnitten, zusammen mit dem Knoblauch und dem Tomatenmark in einen Mörser oder in eine schwere Schale. Mit dem Stößel, einem höl- zernen Stampfer oder Holzlöffel reibt man, bis die Mischung zu ei- nem sehr feinen Brei geworden ist. Dann tropft man das Öl, immer nur wenige Tropfen gleichzeitig, unter ständigem Rühren dazu, bis die Mi- schung dick und glatt wie Mayonnaise wird. Nun röhrt man noch den

Zitronensaft und etwas Pfeffer darunter.

Den Backofen auf 260° vorheizen. Unter dem Grill das Brot leicht auf einer Seite bräunen. Solange es noch warm ist, die nicht getoas- tete, weiche Seite mit der Anschorvismischung bestrei- chen und sie dabei mit dem Rücken einer Gabel oder eines Löffels fest in das Brot drücken. Das Brot nun auf ein Backblech legen und 10 Minuten im Ofen erhit- zen. Dann wird das Gericht mit Petersilie bestreut und sofort serviert.



# Blätterteig-Röllchen

## Zutaten:

Für 4 Personen

6 Platten Blätterteig, 10x20 cm  
(ca. 450 g), aus dem Gefrierschrank

200 g Crème fraîche

200 g geriebener Emmentaler  
250 g gekochter Schinken in dünnen Scheiben

$\frac{1}{2}$  Gemüsezwiebel

75 g roher Schinken in kleinen Würfeln

1 Ei

1 EL Milch

Butterschmalz

schwarzer Pfeffer

Salz

Cayenne-Pfeffer

## Zubereitung:

Die Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in Butterschmalz andünsten, bis sie etwas Farbe bekommen. Die Pfanne in eine Schüssel entleeren.

Den gekochten Schinken in kleine Quadrate, max. 5x5 mm, schneiden, In der Panne leicht anbraten. Zu den Zwiebeln geben.

Die rohen Schinkenwürfel ebenso anbraten und zu den Zwiebeln geben.

Den Schüsselinhalt auskühlen lassen. Dann 100 g Käse dazugeben. Alles gut vermischen.

Das Ei trennen und das Weiß zu Schnee schlagen. Den Eischnee

zusammen mit der Crème fraîche zum Schüsselinhalt geben, gut vermischen und mit Salz, Pfeffer und Cayenne würzen.

Die Mischung in einen PE-Spritzbeutel füllen und mit einem Kabelbinder verschließen.

Kühl aufbewahren.

Eine  $\frac{3}{4}$  Stunde vor dem Verzehr den Blätterteig ausbreiten und auftauen lassen.

Den Backofen auf 200° aufheizen.

Den aufgetauten Teig längs auf ca. 36 cm ausrollen. Er hat dann ungefähr die Abmessung 12x36 cm.

Daraus je 3 Quadrate schneiden.

Das Eigelb mit der Milch verrühren.

Vom Spritzbeutel die Spitze so abschneiden, dass eine Öffnung von 15-20 mm entsteht.

Die Quadrate diagonal mit einem Strang der Füllung versehen. Eine der freien Ecken mit Ei bestreichen. Beide freien Ecken über die Füllung schlagen, so dass die mit Ei eingestrichene über der anderen zu liegen kommt.

Die Kuverts, so nennt man diese Teiggebilde, auf zwei mit Backpapier ausgelegte Bleche geben.

Mit der restlichen Eigelb-Milch-Mischung bepinseln und mit dem Rest des geriebenen Käses bestreuen.

Bei 200° Umluft 20-25 Minuten backen.

Heiß servieren. Zum Wein eine Köstlichkeit!



# Bohnen mit Tomaten

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen  
250 g Buschbohnen  
250 g Cocktailltomaten  
100 g getrocknete Tomaten  
3 Knoblauchzehen, fein gehackt  
12 Sardellen in Öl  
 $\frac{1}{8}$  l Olivenöl  
Salz  
Pfeffer

## Zubereitung:

Die Bohnen blanchieren und in 3 bis 4 cm lange Stücke schneiden. Mit allen übrigen Zutaten gut vermischen, in eine feuerechte Form geben und bei 200° im Backofen eine Stunde backen. Ab und zu umrühren.  
Im Rohr auskühlen lassen.  
Im Kühlschrank aufbewahren.  
Zum Anrichten wieder etwas erwärmen.



# Eingelegte Tomaten

## Zutaten:

Für 1 Portion  
2 Liter Wasser  
250 ml Wein, weiß  
125 ml Essig (Weißweinessig)  
500 g getrocknet Tomaten  
375 ml Olivenöl  
Basilikum  
Salbei  
Oregano  
Rosmarin

mindestens 4 Wochen.

## Zubereitung:

2 Liter Wasser mit Weißwein und Weinessig aufkochen. Tomaten hineingeben und den Topf vom Herd nehmen. 5 Minuten (oder etwas mehr) ziehen lassen. Tomaten in einem Sieb 4-5 Stunden abtropfen lassen.  
Mit den Kräutern (Zusammensetzung nach Wunsch) in Gläser geben und mit Olivenöl bedecken. Hält kühl und dunkel stehend



# Frittierte Oliven

## Zutaten:

*Sehr große, entkernte Oliven  
100 g Schweinemett  
1 EL sehr fein geschnittene Zwiebeln  
1 TL sehr fein geschnittener Knoblauch  
1 Eigelb  
Semmelbrösel aus frischem Weizentoast  
Mehl  
Salz  
Pfeffer*

## Zubereitung:

Das Schweinemett mit dem Pürierstab zu einer feinen Fleischfarce verarbeiten. Zwiebeln und Knoblauch darunter mischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Oliven eine halbe Stunde wässern und danach abtrocknen. Die Farce in die Oliven füllen. Das geht am besten mit einem PE Spritzbeutel, dem man die Spitze in der passenden Größe abgeschnitten hat, zur Not mit dem Stiel eines Espresso-Löffels.

Das Eigelb in einem Schälchen mit einer Gabel verrühren. Die gefüllten Oliven mehlieren und mit dem Eigelb rundum benetzen und anschließend in den Semmelbröseln wälzen.

Die panierten Oliven in heißem Öl frittieren. Wenn sie eine goldbraune Färbung erreicht haben mit einem Schaumlöffel herausnehmen und auf Küchenpapier legen.

Warm zum Aperitif servieren.

## Tipp:

Die nicht verbrauchte Farce mit Cayenne-Pfeffer etwas schärfer würzen und mit Hilfe eines Teelöffels zu kleinen Kugeln formen. Zur besseren Bindung gibt man noch die Eigelb-Reste hinzu, gegebenenfalls noch ein wenig Tapiocamehl (Pfeilwurzmehl).



Die Fleischbällchen mit den Oliven frittieren und ebenfalls warm servieren.

# Gefüllte Datteln

## Zutaten:

Datteln  
Pinienkerne, ersatzweise  
geschälte Mandeln  
Getrocknete Cayenne- oder  
Piri Piri Schoten  
Bacon oder Frühstücksspeck in dünnen Streifen

## Zubereitung:

Die Datteln an einer Längsseite aufschneiden und den Kern entfernen.  
Mit drei Pinienkernen und einem Stückchen Schote (ohne Kerne), ca. 10 mm<sup>2</sup> groß, füllen.  
Die Dattel mit dem Bacon umwickeln, so dass sie geschlossen bleibt.

In einer beschichteten Pfanne die Wickel rundum anbraten, bis sie eine schöne Farbe haben und leicht kross sind.

Warm servieren.

## Tipp:

Es müssen frische, möglichst große Datteln sein. Nicht die klebrigsten, abgepackten.

Beim Hantieren mit den Schoten entweder Küchenhandschuhe tragen oder sofort nach dem Verarbeiten sehr gründlich die Finger waschen. Die Schärfe der Schoten, die sich auf die Finger setzt, ist an Augen oder der Nase sehr schmerhaft.



# Getrocknete Tomaten

## Zutaten:

Für 4 Personen

4 Eiertomaten

Salz

Pfeffer

40 ml Olivenöl

$\frac{1}{2}$  TL fein gehackter Thymian

$\frac{1}{2}$  TL fein gehackter Rosmarin

1 Knoblauchzehe

## Zubereitung:

Tomaten kreuzweise einschneiden, 15 Sekunden blanchieren, im Eiswasser rasch abkühlen.

Die Tomaten vierteln und die Strünke entfernen. Tomatenviertel vorsichtig klopfen, mit Salz und Pfeffer beidseitig würzen, auf ein Backblech legen. Olivenöl mit Thymian, Rosmarin und feinst

gehacktem Knoblauch verrühren.

Tomaten mit der Öl-Kräuter-Mischung bestreichen, im vorgeheizten Ofen bei 120 Grad zwei Stunden trocknen und danach vollständig erkalten lassen.



# Laussalbe

## Zutaten:

250 g Matjesfilet (klein geschnitten)  
125 g Butter (in Stückchen)  
125 g Topfen  
1 Zwiebel (am Besten Granulat)  
1 eingeweichte und ausgepresste Semmel  
1 TL Paprika (süß)  
1 Knoblauchzehe (fein gehackt)

## Zubereitung:

Alle Zutaten vermischen und 2x durch den Fleischwolf drehen (Scheibe mit kleinen Löchern)

Eine Faschingsspezialität aus Reichenhall, zum Katerfrühstück.  
Auf frischem Treibernbrot aber auch sonst etwas Leckeres.

# Marinierte Zucchini, Paprika und Auberginen mit Crosttini

## Zutaten:

Für 4 Personen  
1 Aubergine  
8 Mini-Zucchini  
2 rote Paprika  
50 ml Balsamico Bianco  
100 ml Olivenöl  
4 Blatt Minze  
6 Blatt Basilikum  
*Fior di Sale*  
schwarzer Pfeffer  
1 Knoblauchzehe  
8 Scheiben Ciabatta  
 $\frac{1}{2}$  Knoblauchzehe zum Abreiben  
150 g Ziegenfrischkäse  
15 g getrocknete Tomaten in Öl  
2 Zweige Thymian  
2 Zweige Majoran  
10 ml Walnussöl

## Zubereitung:

Aubergine schälen und längs in 1 cm dicke Scheiben schneiden.  
Zucchini längs halbieren.  
Minze und Basilikum in dünne Streifen schneiden.  
Knoblauch in feinen Scheiben schneiden.  
Ciabatta  $\frac{1}{2}$  cm dünn schneiden, längs halbieren.  
Getrocknete Tomaten würfeln.  
Thymian und Majoran zupfen und hacken.  
Auberginen salzen, auf einem Gitter platzieren, 2 Stunden beschweren, danach abtrocknen.  
In einer Grillpfanne beidseitig anbraten. Zucchini ebenso anbraten.  
Paprika mit Gasbrenner rundherum schwarz anbrennen, aushöhlen, verbrannte Haut unter fließendem Wasser mit der Bürste abwaschen.  
Auberginen und Paprika auf Zucchinibreite in Streifen schneiden.  
Die drei Gemüse mit Balsamico Bianco, Olivenöl, Minze, Basilikum marinieren, mit *Fior di Sale*, Pfeffer abschmecken. Knoblauch zugeben, 2 Stunden ziehen lassen.  
Ciabatta-Scheiben im Ofen bei 160 Grad mit etwas Olivenöl goldbraun backen.

Ziegenkäse zerdrücken, mit getrockneten Tomaten, Thymian, Majoran, Walnussöl vermengen.

Brotscheiben mit Knoblauch einreiben, mit Käsemasse bestreichen. Auf Tellern die Gemüestreifen abwechselnd nebeneinander anrichten. Crostini danebensetzen



# Minitoast mit Roquefort

## Zutaten:

Weizontoast  
Roquefort-Käse

ausstechen.

In einer Pfanne oder unter dem Grill ohne Butter beidseitig anrösten, bis sie

hellbraun

sind.

Eine Seite mit Käse bestreichen und unter dem Grill erhitzen bis der Käse kleine Bläschen wirft.

Warm servieren.

## Zubereitung:

Aus den Toastbrotscheiben mit einem Ausstecher oder einem Glas mit ungefähr. 4 cm Durchmesser Taler



## Tipp:

Statt als Antipasto kann man den Toast jederzeit als kleinen Happen zum Wein reichen.

Dazu passen Rot- wie kräftige Weißweine. Auch Sauterne oder ein anderer edelsüßer Wein passt ebenso sehr gut.

# Minitoaste mit Schinken, Käse und Spiegelei

## Zutaten:

Weizentoastbrot  
Gekochter Schinken in Scheiben  
Mozzarella  
Wachteleier  
Butter  
Pfeffer  
Salz

## Zubereitung:

Aus den Toastbrotscheiben mit einem Ausstecher oder einem Glas mit ungefähr. 4 cm Durchmesser Taler ausstechen. In einer Pfanne ohne Butter einseitig anrösten, bis sie hellbraun sind.

Die zweite Seite in ein wenig zerlassener Butter in der Pfanne anbraten, bis sie ebenfalls hellbraun ist. Den Schinken ebenfalls in 4 cm große Taler schneiden und in der Pfanne leicht anbraten. Die Scheibchen müssen sich noch gut auf den Toaste-Talern (auf der gebutterten Seite) platzieren lassen.

Mit dünnen Käsescheibchen in passender Größe belegen und im heißen Backofen oder unter dem Grill überbacken.

In der Pfanne aus den Wachteleiern kleine Spiegeleier braten und auf die Toaste-Taler legen.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

## Tipp:

Wachteleier mit einem spitzen Messer am Umfang leicht einstechen und dann öffnen.

# Party-Brötchen mit Morcheln und Spinat

## Zutaten:

Für 6 Personen

12 kleine Partybrötchen:  
30 g Butter zum Ausstreichen  
Salz

Morchelsauce:

300 g frische Morcheln  
10 getrocknete Morcheln  
30 g Butter  
1 Schalotte in feinen Würfeln  
5 cl weißer Portwein oder Sherry zum Ablöschen  
0,5 l Sahne  
Cayenne, Salz, Zitronensaft

Spinatfüllung:

100 g blanchierter Spinat (300 g Spinat brutto)  
30 g Butter  
1 Schalotte in feinen Würfeln  
1 Knoblauchzehe  
Salz, Muskat  
Außerdem  
20 g geriebener Comte zum Gratinieren

## Zubereitung:

Von den Partybrötchen den Boden wegschneiden, Brötchen aushöhlen. Butter schaumig schlagen, mit Salz verfeinern, Brötchen damit ausstreichen.

Spinat putzen, waschen und blanchieren. Morcheln putzen, Stiele abschneiden, große halbieren, getrocknete Morcheln einweichen. Frische und eingeweichte Morcheln in feine Würfel schneiden. Butter aufschäumen, Schalotte glasig andünsten, Morcheln beigeben, mit Portwein ablöschen und köcheln lassen. Mit Sahne auffüllen, dickflüssig einkochen lassen. Mit Cayennepfeffer, Salz, Zitronensaft abschmecken.

Partybrötchen kurz im Ofen aufbacken.

Butter aufschäumen, Schalotte angehen lassen, Spinat beigeben. Knoblauchzehe auf eine Gabel spießen und damit den Spinat umrühren. Mit Salz und Muskat abschmecken. Partybrötchen mit Spinat auslegen, mit der Morchelsauce füllen.



Mit geriebenem Comte bestreuen und gratinieren.

# Pasteis de Bacalhau

## Zutaten:

Für 4 Personen

250 g mehlig kochende Kartoffeln

400 g Stockfisch (Bacalhau)

1 mittelgroße Zwiebel

4 Stängel glatte Petersilie

4 Minzblätter

1-2 Eier

1 EL Stärkemehl (Tapioka)

$\frac{1}{2}$  TL Salz

$\frac{1}{2}$  TL frisch gemahlener Pfeffer

1 Spritzer Piripiri oder Tabasco

1-2 Spritzer Zitrone

1 l Sonnenblumenöl zum Frittieren

## Zubereitung:

Den Stockfisch einen bis zwei Tage wässern, dabei das Wasser öfter wechseln. Danach von Haut und Gräten befreien, mit einer Gabel zerteilen und feinfaserig zerquetschen. Die Kartoffeln in der Schale kochen, dann gleich pellen, fein zerstampfen und gut ausdampfen lassen.

Zwischenzeitlich Zwiebel würfeln, Minze und Petersilie fein hacken

Den Fisch mit den Zwiebeln 10 Minuten leicht andünsten.

Die zerstampften Kartoffeln, das Fischfleisch, die Zwiebel, die Petersilie, Minze, Stärkemehl, alle übrigen Zutaten und die Eier (zunächst nur eines) in eine Schüssel geben.

Alles gut miteinander vermengen, die Masse sollte dabei nicht zu flüssig werden. Je nach Kartoffelsorte wird das 2. Ei gebraucht.

Öl im Frittiertopf auf 180 C erhitzen, Mit zwei Suppentassenlöffeln aus der Masse Nocken formen und diese in das heiße Öl geben.



Frittieren bis die Nocken ungefähr die Farbe von Karamell haben, dann herausholen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und in die Servierschale legen.

Eine Köstlichkeit zum Wein!



# Vorspeisen



	Seite
Bresaola mit Rucola	28
Froschschenkel	35
Gebratener Spargel mit Krebsschwänzen	29
Gegrillter Ziegenkäse	30
Gemüseterrine	31
Kaisergranat (Siehe „Fisch und Krustentiere“)	89
Lachstatar (siehe „Fisch und Krustentiere“)	94
Melonen-Parmaschinken-Sülzchen auf Rucola	32
Spinat-Roulade	34
Tomaten mit Mozzarella (siehe „Gemüse und Vegetarisches“)	256
Vitello Tonnato (siehe „Fleischgerichte“)	156

# Bresaola mit Rucola

## Zutaten:

Für 2 Personen:

100 g Bresaola della Valtellina  
75 g Rucola  
Parmesankäse  
Bestes Olivenöl  
Balsamico Essig  
Schwarzer Pfeffer  
Salz

## Zubereitung:

Auf den flachen Tellern einen dünnen Olivenölfilm auftragen. Die Bresaola-Scheiben wie ein Carpaccio auf den Tellern auslegen. Leicht pfeffern und mit etwas Öl beträufeln. Rucola von groben Stielen befreien, waschen, trocken schleudern und grob hacken.

In der Mitte der Teller flach auf die Bresaola häufen. Eine Spur Essig mit dem Zerstäuber aufsprühen. Leicht salzen, pfeffern und nochmals Öl darüberträufeln.

Frischen Parmesan fein darüber hobeln.

## Tipp:

In der Spargelzeit kann man das Ganze noch mit lauwarmen Spargelschnitten, die mit Olivenöl benetzt wurden, dekorieren.



# Gebratener Spargel mit Krebsschwänzen

## Zutaten:

Für 4 Personen

500 g weißer Spargel

100 g Rucola

200 g Krebsschwänze (Kaisergranat)

20 g Butter

40 ml Weißwein

2 EL Olivenöl

Pfeffer

Salz

Walnuss Öl

Zitronensaft

## Zubereitung:

Die Spargelstangen schälen und in der Länge dritteln. Diese Abschnitte, bei dünneren Stangen längs halbieren, dicke Abschnitte längs vierteln.

In einer Pfanne in sehr heißem Olivenöl unter ständigem Rühren anbraten, bis die Kanten der Abschnitte braun werden.

Salzen und pfeffern.

Mit dem Wein angießen und dabei weiter rühren. Der Wein verdampf sehr rasch, die braune Verfärbung

sieht danach gleichmäßiger und appetitlicher aus. Die Butter dazugeben und nach dem Schmelzen die Krebsschwänze.

Auf kleiner Flamme ca. drei Minuten erwärmen.

Die Rucola darunterheben, die Pfanne vom Feuer nehmen und mit Walnuss Öl und Zitronensaft abschmecken.

# Gegrillter Ziegenkäse

## Zutaten:

Für 4 Personen

4 Scheiben Ziegenkäse von der Rolle, ca. 2 cm dick

Eine Baby-Ananas

8 TL Honig

## Zubereitung:

Die Ziegenkäse-Scheiben auf feuerfeste Tellerchen legen. Das Fruchtfleisch der Baby-Ananas in kleine Stückchen schneiden und um den Ziegenkäse verteilen. Jede Käse-

scheibe mit 2 TL Honig überziehen. Die Teller in geringem Abstand unter den vorgeheizten Grill stellen bis sich auf dem Käse die ersten braunen Flecken zeigen.

Auf einem Unterteller heiß als Vor- oder Nachspeise mit Baguette servieren.



# Gemüseterrine

## Zutaten:

300 g Möhren  
2 mittelgroße Sellerieknoten  
3 mittelgroße Kohlrabi  
1 große Stange Lauch  
150 g mageres Kalbfleisch  
(zweimal durch die feine  
Scheibe des Fleischwolfs  
gedreht)  
300 g Crème double  
1 Ei  
1 TL Butter  
Salz, Pfeffer

## Zubereitung:

Möhren, Sellerie und Kohlrabi schälen. Äußere schadhaften Blätter und den Wurzelansatz vom Lauch entfernen.  
Sellerie und Kohlrabi in 2 cm dicke Stifte schneiden, Möhren auf Terrinengröße (28x8 cm) zurechtschneiden. Die Lauchstange längs einschneiden und für 1 Minute in kochendes Salzwasser legen. In kaltem Wasser abschrecken und auskühlen lassen. Übriges Gemüse im Siebeinsatz eines Dampfdruck-

topfes 2 Minuten dämpfen. Das Kalbfleckfleisch in einer Schüssel in ein kaltes Wasserbad (möglichst mit Eiswürfeln) stellen. Nach und nach Crème double und das Ei unterrühren, so dass eine geschmeidige Masse entsteht. Mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen und die Masse durch ein feines Sieb streichen.

Abgetropften Lauch auseinander fächern und trocken tupfen. Die Terrinenform ausbuttern und mit Lauchblättern auskleiden.

Abwechselnd Kalbfleischfüllung und Selleriestifte einschichten, Möhren darauflegen

Dann abwechselnd wieder Füllung und Kohlrabistifte in die Form schichten.

Mit Kalbfleischfüllung abschließen; alles mit den überhängenden Lauchblättern abdecken

In einem Wasserbad im vorgeheizten Backofen bei ca. 85 Grad 45 Minuten garziehen lassen.

Die Terrine herausnehmen, stürzen und in Scheiben schneiden.

# Melonen-Parmaschinken-Sülzchen auf Rucola

## Zutaten:

Für 4 Personen:

3 EL Honig  
300 ml klaren Apfelsaft  
4 Zweige Thymian  
Chili und Nelken aus der Gewürzmühle  
2 Charentais Melonen (jede ca. 400 g)  
8 Blatt Gelantine oder entspr. Knorr Sulze Gelée  
10 Scheiben Parmaschinken  
200 g Rucola  
5 EL Geflügelbrühe  
5 EL Balsamicoessig, weiß  
 $\frac{1}{2}$  gehackte Knoblauchzehe  
0,1 l Olivenöl  
2 EL gehacktes Basilikum  
Parmesan  
Kerbel  
Salz  
Pfeffer

## Zubereitung:

Den Honig mit dem Apfelsaft und Thymian einmal aufkochen. Mit Chili, einem Hauch Nelken und Salz würzen, die Thymianzweige danach entfernen.

Die Melone entkernen, die Schale entfernen und das Fleisch in kleine Würfel schneiden. Zu dem Fond geben. Die eingeweichte Gelantine oder das Pulver darin auflösen und im Kühlschrank kalt stellen.

Eine Sülzchenform mit Klarsichtfolie ausschlagen und mit dem dünn geschnittenen Parmaschinken auslegen. Der Schinken muss dabei zunächst außen an der Wandung der Form herunterhängen.

Wenn die Melonenmasse zu stocken beginnt, in die ausgelegte Form füllen. Den überhängenden Schinken darüber klappen und im Kühlschrank

min. 3 Stunden fest werden lassen. Mit einem Ausstecher kleine Kugeln aus der zweiten Melone herausschälen. Aus Geflügelbrühe, Essig, Knoblauch, Olivenöl, Basilikum, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette herstellen. Rucola mit den Melonenkugeln mischen und mit der Vinaigrette marinieren. Zusammen mit dem in Scheibchen geschnitt-

tenen Sülzchen auf Tellern anrichten. Den Parmesan mit einem Hobel fein darüber verteilen und mit frischem Kerbel ausgarnieren.



# Spinat-Roulade

## Zutaten:

Für 4 Personen  
100 g Butter  
70 g Mehl  
400 ml Milch  
5 Eier  
450 g gefrorener Spinat  
Schafskäse (alternativ  
Gorgonzola)  
200 g Saure Sahne  
Geriebener Parmesan

## Zubereitung:

Die Butter in einem Topf schmelzen lassen. Das Mehl einrühren, dann langsam die heiße Milch. Umrühren bis sich die Masse vom Topfboden löst. Abkühlen lassen. Die fünf Dotter einrühren. Zum Schluss das steif geschlagene Eiweiß unterheben. Ein Kuchenblech mit Backpapier abdecken, die Masse gleichmäßig darauf verteilen.

In den vorgeheizten (170°) Backofen schieben. Nach 10 bis 15 Minuten die Temperatur auf 130° bis 140° reduzieren. Nach ca. 25 bis 30 Minuten ist der Teig fertig. Er sollte nicht dunkel werden.

Den Teig auf ein trockenes Tuch stürzen, das Papier abziehen, den Teig mit dem Tuch zusammenrollen. Er kann bis zum nächsten Tag so liegen bleiben.

Den Spinat auftauen, die gesamte Flüssigkeit wegschütten und auf kleiner Hitze garen. Zum Schluss zerbröckelten Schafskäse dazu geben. Je nach Geschmack kann man den Schafskäse auch durch Gorgonzola ersetzen. Der wird allerdings erst beim Belegen des Teiges in der nächsten Stufe darüber gegeben.

Die Teigrolle vorsichtig aufrollen, mit dem warmen Spinat bestreichen und wieder zusammenrollen. In den Backofen (140°) schieben und die Rolle erwärmen.

Vor dem Servieren mit Saurer Sahne bestreichen und geriebenen Parmesan darüber streuen.

# Froschschenkel

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen

500g cuisses grenouilles  
(Taille 21, 40 Stück)

8 Knoblauchzehen

1 Bund glatte Petersilie  
 $\frac{1}{2}$ Bund krause Petersilie  
 $\frac{1}{4}$ Liter trockenen Riesling

1 Becher Creme fraîche  
1 ungespritzte Zitrone

Olivenöl

Pfeffer

feines Salz

## Zubereitung:

Die Froschschenkel in einem Sieb oder Durchschlag über einem Abtropfgefäß abgedeckt im Eisschrank auftauen.

Sorgfältig mit Küchenkrepp abtrocknen, mit dem Feinen Salz und dem Pfeffer leicht würzen.

Den Backofen auf 100° Ober- und Unterhitze vorheizen.

In einer Teflonpfanne das Olivenöl erhitzen und die Froschschenkel chargeweise (6-8 Stück) auf beiden Seiten knusprig anbraten.

Die angebratenen Froschschenkel zum Nachreifen und Nachgaren in einem abgedeckten Gefäß im Backofen warmhalten.



Den Pfannensud mit 1/4 Liter Weißwein ablöschen und leicht einkochen lassen. 5 Knoblauchzehen pressen und die feingewiegte glatte Petersilie dem Sud zugeben und weiter leicht einkochen. Die Creme fraîche zugeben und erwärmen, aber nicht mehr kochen.

Auf vorgewärmten mittleren Tellern je 5 Froschschenkel sternförmig auflegen und mit der Sauce übergießen. Mit der Reibe Zitronenschale darüber reiben und die drei feingehackten frischen Knoblauchzehen verteilen.

Zur Dekoration die krause Petersilie und Zitronenscheiben auflegen. Heiß servieren.

Dazu gibt es Baguette.

### **Anmerkung:**

Ich bin mir bewusst, dass dieses Rezept auch auf Widerspruch stoßen kann. Froschschenkel sind umstritten. Sie sind bei uns auch nicht mehr leicht zu bekommen. Hat man aber einmal die Gelegenheit, so sollte man sie ergreifen. Es ist ein bemerkenswerter Genuss.

# Salate



	Seite
<b>Blumenkohl-Salat</b>	<b>38</b>
<b>Bulgursalat mit Lamm</b>	<b>39</b>
<b>Geflügelsalat</b>	<b>40</b>
<b>Hühnerfleischsalat mit Erdbeeren und Avocado</b>	<b>41</b>
<b>Krabben-Curryreissalat</b>	<b>42</b>
<b>Matjessalat</b>	<b>43</b>
<b>Rosenkohlsalat mit Ente</b>	<b>44</b>
<b>Salat von Flusskrebsen, Gurken und Mango</b>	<b>46</b>
<b>Spaghetti-Salat</b>	<b>47</b>
<b>Steirischer Backhendlsalat</b>	<b>49</b>
<b>Thunfischsalat mit Bohnen</b>	<b>51</b>

# Blumenkohl-Salat

## Zutaten:

1 Blumenkohl  
125 ml Delikatessmayonnaise  
1 Brühwürfel  
60 g süße Sahne  
100 g Creme fraîche  
 $\frac{1}{2}$  Zwiebel  
 $\frac{1}{2}$  Zitrone  
Kräuter (8 Kräuter-Mischung, tiefgefroren)  
Milch  
Zucker

## Zubereitung:

Den Blumenkohl in Salzwasser mit etwas Milch garkochen (nicht zu weich, noch mit Biss). Mit einem spitzen Messer die Röschen von den Strünken schneiden und in einer Siebschüssel erkalten lassen. Den Brühwürfel mit wenig Wasser aufkochen und auf 2EL einreduzieren. Mit der Mayonnaise vermischen.

Die Zwiebel reiben und mit den Kräutern in die Mayonnaise geben. Mit Sahne und Creme fraîche verfeinern und mit Zitronensaft und Zucker abschmecken.

Den Blumenkohl in eine Schüssel geben, die Kräutercreme darüber gießen, vermischen und einige Stunden ziehen lassen.

## Tipp:

Eignet sich als Bestandteil eines Salatbuffets, wie auch zur Verwertung von übrig gebliebenem Blumenkohlgemüse.



# Bulgursalat mit Lamm

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen

250 g feiner Bulgur

2-3 Lammlecken à ca. 300 g

1 sehr großer Bund Koriandergrün

1 großer Bund frischer Minze

6-8 Frühlingszwiebeln

1 frische grüne Chilischote

1 kleiner Zucchini

Saft von 4-5 Limetten

8 EL Olivenöl

Salz und Pfeffer

## Zubereitung:

Den Bulgur nach Packungsanweisung zubereiten. Für den Salat Koriander und Minze hacken. Die Kräuter dürfen nicht zu Mus werden: Zerkleinern Sie die Blätter nur grob. Zwiebeln in dünne Scheiben schneiden, Chili entkernen und fein hacken. Die Hälfte des Zucchini schälen und in kleine Würfel schneiden.

Den Bulgur in ein Sieb abgießen, soviel Wasser wie möglich herausdrücken. In eine Schüssel geben, Saft von 4 Limetten, Öl, Salz und Pfeffer hinzufügen und alles gut mischen. Etwas gehackten Koriander und Minze beiseite stellen und die restlichen Kräuter, Chili, Frühlingszwiebeln und Zucchini gründlich mit dem Bulgur vermengen.

Mit Limettensaft und Gewürzen abschmecken.  
Das Fleisch bei starker Hitze in einer Pfanne anbraten, dann bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 4-5 Minuten garen. Es sollte innen noch zartrosa sein. Etwas abkühlen lassen, so dass es beim Servieren noch lauwarm ist.

Salat auf eine große Platte geben, Lamm in dünne Scheiben schneiden und darauf anrichten. Das Ganze mit den restlichen Kräutern garnieren. Wer möchte, kann mit dem Sparschäler Streifen von der zweiten Zucchinohälfte schneiden und sie dazulegen.

# Geflügelsalat

## Zutaten:

2 Hühnerbrust-Filets  
 $\frac{1}{4}$  l Hühnerbrühe  
300 g Champignons  
1 Dose Mandarinenspalten  
4-5 Stangen Spargel  
100 g Delikatessmayonnaise  
100 g Creme fraîche  
50 g süße Sahne  
1 EL Zitronensaft  
Salz, Pfeffer, Zucker  
1 MS Cayenne Pulver

## Zubereitung:

In die kalte Hühnerbrühe legt man die Brustfilets und erwärmt sie dann bis zum Siedepunkt. Nicht köcheln! Das Fleisch behält so seine Saftigkeit. Die verwendete Brühe verhindert, dass das Fleisch Geschmack verliert. Wenn es sich durchgehend weißlich gefärbt hat, nach ca. 15 bis 20 Min., ist es gar. In der Brühe erkalten lassen.

Während dieser Zeit den Spargel schälen, in 2,5 cm lange Abschnitte

teilen und 8 Minuten in kochendes Salzwasser geben. Mit dem Sieblöffel die Spargelstücke danach in kaltem Wasser abschrecken und anschließend gut abtropfen lassen. Ebenfalls die Mandarinenspalten gut abtropfen lassen (min. 2 Std.).

Die Champignons je nach Größe vierteln oder achteln. In einer großen Pfanne etwas Pflanzenöl sehr stark erhitzen. Die Champignons unter ständigem Rühren anbraten, bis sie durch Flüssigkeitsverlust eingeschrumpft sind und das Zischen in der Pfanne aufgehört hat. Pfeffern und Salzen. In einem Gefäß auskühlen lassen.

Die erkalten Hühner-Filets mit Küchenpapier trocken tupfen und in Würfel schneiden. Die Brühe durch ein feines Sieb gießen und auf 2 EL Extrakt einreduzieren.

Die Mayonnaise, Creme fraîche und süße Sahne vermischen und mit dem Extrakt Salz, Pfeffer, Zitronensaft Zucker und Cayenne würzen. Vorsichtig mit allen anderen, erkalteten Zutaten vermengen. In einem geschlossenen Gefäß 2 Stunden kühl stellen.

# Hühnerfleischsalat mit Erdbeeren und Avocado

## Zutaten:

Für 4 Personen  
1 Küchenfertiges Brathähnchen (ca. 1,2 kg)  
3 EL flüssige Butter  
500 g Erdbeeren  
1 Bund Rucola  
1 Bund Basilikum  
1 reife Avocado  
1 kleine rote Chilischote  
50 ml Hühnerbrühe (instant)  
5 EL Olivenöl  
Saft einer Zitrone  
1 TL Senf (mittelscharf)  
Salz  
Pfeffer aus der Mühle  
1 Prise Zucker

## Zubereitung:

Das Hähnchen gründlich waschen und trocken tupfen. Mit der flüssigen Butter einpinseln, mit Salz und Pfeffer würzen und in eine Auflaufform legen. Etwas Wasser angießen, damit es nicht anbrennt. Im vor-geheizten Backofen bei ca. 220° C in etwa 60-90 Minuten knusprig braun braten, dabei nach der Hälfte der Garzeit einmal wenden und gegebenenfalls etwas Wassernachgießen. Herausnehmen und abkühlen lassen.

Das Brathähnchen gründlich häuten, das Fleisch ablösen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Die Erdbeeren waschen, putzen und vierteln, den Rucola und das Basilikum waschen, abtropfen lassen und beides grob hacken.

Die Avocado halbieren und schälen, den Kern herauslösen und das Fruchtfleisch anschließend grob würfeln. Alle vorbereiteten Zutaten vorsichtig miteinander vermischen. Die Chilischote waschen, längs aufschlitzen, sorgfältig entkernen und sehr fein hacken. Mit dem Öl, der Instant-Brühe, dem Zitronensaft, dem Senf und den Gewürzen verrühren und abschmecken.

Die Vinaigrette über den Salat geben, vorsichtig umrühren und auf Tellern anrichten. Dazu schmeckt Ciabatta-Brot.

# Krabben-Curryreissalat

## Zutaten:

1 Tasse Langkornreis  
2  $\frac{1}{2}$  Tasse Hühnerbrühe  
4 EL Madras-Curry  
300 g Gekochte Krabben  
(Langostinos)  
250 ml Delikatess-Mayonnaise  
1 große Banane  
Süß Sahne  
Sojasauce  
Zitronensaft  
Zucker  
Salz

## Zubereitung:

Die Hühnerbrühe aufkochen und mit dem Schneebesen 2 EL Curry einrühren. Den Reis darin garkochen. In ein Sieb stürzen und kurz mit Wasser spülen. Abtropfen und erkalten lassen. In die Mayonnaise 2 EL Curry rühren (Handmixer mit Schneebesen), mit etwas Sahne verdünnen, mit Sojasauce, Zitronensaft, Zucker und Salz abschmecken. Mayonnaise, Krabben und Reis vermischen und kühl stellen.

Eine Stunde vor dem Servieren die

Banane der Länge nach teilen und dann in 5mm dicke Scheiben schneiden.

Unter den Reis mischen.

## Tipp:

Statt fetter Mayonnaise kann man auch aus anderen Zutaten eine dünne Currycreme herstellen. Sie darf nicht zu dick geraten, da der Reis noch Flüssigkeit aufsaugen wird.



# Matjessalat

## Zutaten:

Für 4 bis 6 Personen

250 g Mayonnaise

3 EL Zucker

250 g säuerliche Äpfel,

250 g Zwiebel

1 Kl. Glas Gurken süß-sauer

5 Matjesfilets

100 ml Crème fraîche

Süße Sahne

## Zubereitung:

Äpfel, Zwiebel und Gurken in gleich große Würfel (ca. 5 mm Kantenlänge) schneiden.

Den Fisch in mundgerechte Streifen schneiden.

Mayonnaise mit der Crème fraîche und dem Zucker gut verrühren und mit den anderen Zutaten vermischen.

Falls die Konsistenz zu dickflüssig ist, mit der Sahne verdünnen.

Über Nacht durchziehen lassen.

Dazu passen Pellkartoffeln.



# Rosenkohlsalat mit Ente

## Zutaten:

Für 4 Personen  
300 g Rosenkohl  
300 g Buschbohnen  
Salz  
25 g frischer Ingwer  
1 Bio-Zitrone  
4-5 El Sojasauce  
1-2 Tl Zucker  
4 El Walnussöl  
2 El Olivenöl  
2 Entenbrustfilets (à ca. 200 g)  
2 Knoblauchzehen  
1 rote Chilischote  
5 Stiele Thymian

## Zubereitung:

Rosenkohl putzen und in einzelne Blätter zerteilen. Bohnen putzen und in reichlich kochendem Salzwasser 4-5 Min. garen. Rosenkohlblätter zugeben und 1 Min. mitgaren. Alles abgießen, abschrecken und gut abtropfen lassen.

Ingwer schälen und in sehr feine Streifen schneiden. Die Hälfte der Zitronenschale sehr dünn abschälen und ebenfalls in feine Streifen schneiden.

$\frac{1}{2}$  Zitrone auspressen. 2 El Zitronensaft mit Sojasauce, Zu-

cker, Walnussöl und Olivenöl kräftig verrühren. Nach Belieben etwas Wasser zugeben. Ingwer und Zitronenschale zugeben, das Gemüse



untermischen und 5 Min. marinieren.

Inzwischen die Haut der Entenbrustfilets mit einem sehr scharfen Messer rautenförmig einschneiden (dabei nicht ins Fleisch schneiden).

Eine Pfanne erhitzen. Die Entenbrüste mit der Hautseite nach unten in die Pfanne legen. Die Fleischseite salzen, Knoblauch, Chili und Thymian zugeben. 4-5 Min. bei mittlerer Hitze hellbraun braten, dann wenden und 1/2 Min. auf der Fleischseite braten, nochmals wenden und im heißen Ofen bei 160 Grad (Umluft 140 Grad) im unteren Drittel 12-15 Min. fertig garen.

2 Min. ruhen lassen, dann aufschneiden und mit dem Salat servieren.

# Salat von Flußkrebsen, Gurken und Mango

## Zutaten:

Für 4 Personen  
12 große Flusskrebse  
4 Perlzwiebeln, geschält, ge-  
viertelt  
180 g Salatgurke  
50 ml Champagneressig  
10 g Mango, püriert  
25 g Mango, gewürfelt  
20 g Tomate, gewürfelt  
10 g Ingwersaft  
 $\frac{1}{4}$  Zitrone, ausgepresst  
10 Zweige Koriander  
Meersalz  
schwarzer Pfeffer  
Olivenöl Extra Vergine  
50 g Friseesalat, geputzt

Flüssigkeit unter die Gurken mi-  
schen.

Mangopüree, Mangowürfel und  
Tomatenwürfel hinzugeben. Ing-  
wersaft darüber geben. Mit Zit-  
ronensaft, Ko-riander, Salz, Pfef-  
fer und restlichem Essig und Oli-  
venöl abschmecken. Friseesalat  
untermischen.

Mit Flusskrebsen anrichten.

## Zubereitung:

Die Salatgurke schälen, längs vierteln,  
entkernen und in Scheiben schneiden.  
Das Mangopüree mit einigen Tropfen  
Zitronensaft vermengen. Frischen  
Ingwer reiben und auspressen, so dass  
sich die 10 g ergeben. Koriander zup-  
fen und klein schneiden.

Die Perlzwiebeln schälen und vierteln.  
Flusskrebse 1½ Minuten in siedendem  
Salzwasser kochen. Abschrecken.  
Schwänze und Scheren auslösen.  
Perlzwiebeln in 100 ml Wasser und 40  
ml Essig al dente kochen und ohne



# Spaghetti-Salat

## Zutaten:

200 g Spaghetti No. 2  
(Capellini)  
2  $\frac{3}{4}$  l Fleischbrühe (Würfel)  
300 g Gekochter Schinken  
in Scheiben, leicht geräuchert (Farmerschinken)  
300 g Champignons  
125 ml  
Delikatessmayonnaise  
100 g Creme fraîche  
200 g Erbsen aus der Dose  
(Extra Fein)  
4 hartgekochte Eier  
3 Gewürzgurken (ca. 7 cm  
lang)  
1 Knoblauchzehe  
Zitronensaft  
Zucker  
Salz  
Pfeffer

## Zubereitung:

Die Spaghetti in ca. 3 bis 4 cm lange Stücke brechen und in 2 l Brühe al dente kochen.  
In einen Durchschlag abgießen und über Nacht erkalten lassen. Die abgetrockneten Spaghetti mit einem halben l Brühe vermischen und wieder über Nacht kühl stellen. Am nächsten Tag die nicht aufgesogene Flüssigkeit abgießen und auffangen.  
Den gekochten Schinken in kleine Quadrate (1,5x1,5 cm) schneiden.  
Die Eier schälen und mit dem Eierschneider über Kreuz in kleine Würfel schneiden.  
Die Gewürzgurken ebenfalls in kleine Würfel schneiden.

Die Champignons je nach Größe vierteln oder achteln. In einer großen Pfanne etwas Pflanzenöl sehr stark erhitzen. Die Champignons unter ständigem Rühren anbraten, bis sie durch Flüssigkeitsverlust eingeschrumpft sind und das Zischen in der Pfanne aufgehört hat. Pfeffern und Salzen. In einem Gefäß auskühlen lassen.  
 $\frac{1}{8}$  l Brühe bis auf 1 EL einreduzieren und mit der feingehackten Knoblauchzehe, etwas Zitronensaft, Zucker, Salz und Pfeffer in die Mayonnaise, die mit der Creme fraîche vermischt wurde, verrühren.  
Mayonnaise, Schinken, Champignons, Gewürzgurken und Eier mit den Spaghetti vermischen. Zum Schluss die Erbsen untermischen. Mehre-

re Stunden durchziehen lassen. Falls der Salat danach etwas trockener geworden ist, etwas Brühe untermischen.



**Tipp:**

Wer sich die Arbeit mit den frischen Champignons nicht machen möchte, kann zu Miniaturen aus der Dose greifen, nimmt aber einen Geschmacksverlust in Kauf.

# Steirischer Backhendlsalat

## Zutaten:

Für 4 Personen  
4 Hühnerbrustfilets (halbe Brüste)  
Salz  
Pfeffer  
Mehl  
2 Eier  
100g Kürbiskerne  
Semmelbrösel aus 3 Scheiben  
Weizentoastbrot  
300 g Salat (Rucola, Frisée, Lollo Rosso, Eisberg)  
12 Cocktailltomaten  
Kürbiskernöl  
ein paar Kürbiskerne für die Garnitur  
2 Zitronen  
200 g griechischer Sahnejoghurt  
100 g Creme Fraîche  
3 EL Schnittlauchröllchen

## Zubereitung:

Die Hühnerbrustfilets in 1 bis  $1\frac{1}{2}$  cm breite Streifen schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen.  
100 g Kürbiskerne fein hacken und 1:1 mit den Semmelbröseln vermischen. Die Eier aufschlagen und mit der Gabel versprudeln, salzen. Anschließend die Hähnchenstreifen in Mehl wenden, in die Eier tauchen und mit Brösel-Kürbiskerngemisch panieren. Danach in der Fritteuse ( $170^\circ$ , ca. 3 Minuten), oder in einer großen Pfanne in reichlich Butter-schmalz, goldgelb backen. Auf Küchenpapier abtrocknen lassen.

Sahnejoghurt, Creme Fraîche und Schnittlauchröllchen gut vermischen, salzen und pfeffern.  
4 große, flache Teller mit einem dünnen Spiegel davon versehen. Rucola, Frisée und Lollo Rosso waschen und in mundgerechte Stücke reißen, Tomaten waschen und halbieren. Blattsalate und Tomaten auf den Tellern anrichten, mit Kürbiskernöl auf dem Tellerrand, sowie auf dem Salat beträufeln. Auf den Salat zusätzlich noch etwas Zitronensaft geben. Ein paar Kürbiskerne darüber streuen.

Backhendlstücke warm auf dem Salat anrichten und mit Zitronenspalten garnieren  
Vom Rest der Joghurtmasse etwas auf die Backhendlstücke geben.



# Thunfischsalat mit Bohnen

## Zutaten:

Für 4 Personen

200 g getrocknete Schwarzaugenbohnen

200 g Thunfisch in Olivenöl

$\frac{1}{2}$  Gemüsezwiebel, fein gewürfelt  
 $\frac{1}{8}$  l Olivenöl

2 EL Aceto balsamico bianco

Salz

Pfeffer

## Zubereitung:

Die Bohnen 12 Stunden einweichen. Danach 1 Std. weich kochen. Gut abtropfen und erkalten lassen.

Den Thunfisch zerpfücken und mit allen anderen Zutaten unter die Bohnen mischen.  
Etwas ziehen lassen.





# Suppen



	Seite
<b>Blumenkohl-Curry-Suppe</b>	<b>55</b>
<b>Erbsencremsuppe</b>	<b>56</b>
<b>Fischsuppe</b>	<b>57</b>
<b>Gaspacho</b>	<b>59</b>
<b>Gazpacho blanco</b>	<b>60</b>
<b>Gekühlte Wassermelonen-Tomatensuppe</b>	<b>61</b>
<b>Grünkohlsuppe mit Karpfenklößchen</b>	<b>62</b>
<b>Gulaschsuppe</b>	<b>63</b>
<b>Hühnersuppe asiatisch</b>	<b>64</b>
<b>Hummersuppe</b>	<b>66</b>
<b>Käsesuppe</b>	<b>68</b>
<b>Kräutercremesuppe mit Hähnernockerl</b>	<b>69</b>
<b>Kürbissuppe</b>	<b>71</b>

Kürbissuppe mit roten Linsen	70
Leblebi - tunesische Brotsuppe	72
Möhrencremesuppe	73
Paprikasuppe	74
Pfifferlingssuppe	76
Spargelsuppe	77
Tomatenessenz	79
Vichyssoise	80
Zwiebelsuppe	81

# Blumenkohl-Curry-Suppe

## Zutaten:

Für 4 Personen  
600 g Blumenkohl  
1 Stück Ingwer  
3 EL Butterschmalz  
1 EL Kreuzkümmelsamen  
2 EL indische Currysauce  
900 ml Gemüsebrühe  
Salz  
5 Stängel Koriander  
200 g Naturjoghurt  
2 EL frisch gepresster Limettensaft  
4 EL süßes Mango-Chutney

Mit Limettensaft und Koriander abschmecken. Suppe mit etwas Mango-Chutney anrichten.

Als Einlage eignet sich auch gut eine gebratene Hähnchenbrust.

## Zubereitung:

Blumenkohl putzen, waschen. Erst in dünne Scheiben, dann klein schneiden.

Ingwer schälen, fein hacken. Butterschmalz in Topf zergehen lassen, Kreuzkümmel darin anrösten. Blumenkohl zugeben und unter Rühren hellbraun anbraten. Ingwer, Currysauce, Gemüsebrühe und Salz zugeben und aufkochen lassen, zugedeckt ca. 15 Minuten garen.

Koriander fein hacken.

Suppe vom Herd nehmen und Joghurt mit dem Mixer untermischen.



# Erbsencremsuppe

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen  
2 Schalotten  
1 Knoblauchzehe  
50 g Butter  
500 g Erbsen, TK,  
unaufgetaut  
150 ml Weißwein, trocken  
550 ml Gemüsebrühe  
1 Bund Estragon  
 $\frac{1}{2}$  TL Zucker  
100 g Crème fraîche  
Pfeffer, weißer  
1 Scheibe Weizentoast,  
14 mm dick, ohne Rinde

## Zubereitung:

Schalotten und Knoblauchzehe grob hacken und in 30 g Butter anschwitzen. Die Erbsen unaufgetaut dazugeben und kurz in der Butter schwenken. Mit dem Wein und der Brühe aufgießen. Mit weißem Pfeffer und dem Zucker würzen und eine  $\frac{1}{2}$  Stunde garen.

Die Blätter vom Estragon grob hacken und dazu geben.

Den Topfinhalt im Mixer fein pürieren.

Die Toastscheibe in 7 mm breite Streifen schneiden. Die Streifen nochmals halbieren, so dass man

Würfel von 7 mm Kantenlänge schneiden kann.

Die Würfel in 20 g Butter zu Croutons anrösten.

Vor dem Servieren in Suppentassen die Crème fraîche mit dem Pürierstab unterrühren und mit den Croutons bestreuen.



# Fischsuppe

## Zutaten:

Für 4 Personen  
2 mittelgroße Tomaten  
1 Zwiebel  
1 Karotte  
 $\frac{1}{2}$  Sellerieknolle  
3 kleine Frühlingszwiebeln  
1 Stange Lauch  
2 Lorbeerblätter  
1 TL-Spitze Anispulver  
400 g Fisch (mehrere Sorten, z.B. Seeteufel, Steinbeißer, Seehecht o.ä.)  
4 Pulpetti  
6 Miesmuscheln  
8 rohe, geschälte Langostinos (Prawns)  
3 Würfel Caldo de Pescado  
6 Safranfäden  
Salz, Pfeffer  
Olivenöl  
Pernod

## Zubereitung:

Die Zwiebel in Würfel schneiden, in einem Topf in etwas Olivenöl hell-gelb andünsten und mit  $1\frac{1}{2}$  l Wasser aufgießen und zum Kochen bringen.

Die Brühwürfel, die Lorbeerblätter und das Anispulver hineingeben und leise köcheln.

Die Tomaten abbrühen, schälen, entkernen, und in Würfel schneiden.

Sellerie, Karotte und das Weiße der Lauchstange in möglichst feine, 4-5 cm lange Streifen (mehr Fäden), die Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Alles in einem weiteren, größeren Topf in Öl andünsten.

Den Fisch nach dem Wässern in mundgerechte Happen schneiden, die Muscheln säubern und alles zusammen mit den Pulpetti und den Tomaten zum Gemüse geben und kurz mit dünsten. Durch ein Sieb die

Fischbrühe da zugießen. Den Safran im Mörser pulverisieren und in die Suppe einröhren. Die Langostinos dazu geben und noch 4 bis 5 Minuten garziehen lassen. Mit Salz, Pfeffer und einem Schuss Pernod abschmecken.

Bei einer aufwendigeren Form der Suppe ersetzt man das Wasser und die Brühwürfel durch einen Fischfont.



# Gaspacho

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen

2 mittelgroße grüne Gurken

650 g Tomaten, geschält und grob gehackt

1 Gemüsezwiebel, grob gehackt

1 Paprikaschote, entkernt und grob gehackt

2 TL fein gehackter Knoblauch

4 Tassen Weißbrotkrumen

1 l Wasser

$\frac{1}{4}$  Tasse Rotweinessig

4 TL Salz

4 EL Olivenöl

1 EL Tomatenmark

Für die Garnierung:

1 Tasse Weißbrotwürfel

je  $\frac{1}{2}$  Tasse feingewürfelte Zwiebeln, Gurke und grüne Paprika

## Zubereitung:

In einer Schüssel die grob gehackte Gurken, Tomaten, Zwiebel, Paprikaschote, Knoblauch und Weißbrotkrumen gut vermengen. Wasser, Essig und Salz dazugeben. Jeweils 2 Tassen davon im Mixer verquirlen, bis sich die Mischung in ein glattes Püree verwandelt hat. Das Püree in eine Schüssel geben und mit dem Schneebesen Öl und Tomatenmark hineinschlagen.

Mit Folie abgedeckt min. 2 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Vor dem Anrichten kurz mit dem Schneebesen aufschlagen und in Suppentassen füllen.

Die Garnierung in einzelnen Schälchen da zureichen. Man bedient sich damit, je nach Vorliebe, selbst.

## Tipp:

Die Weißbrotwürfel für die Garnierung kann man auch in

Olivenöl goldbraun anrösten und auf Küchenpapier erkalten lassen.



# Gazpacho blanco

## Zutaten:

Für 4 Personen  
75 g Mandeln  
4 Knoblauchzehen  
1 l Brühe  
100 g trockenes Weißbrot  
100 ml Olivenöl  
3-4 EL Sherryessig  
1-2 EL Zitronensaft  
Salz  
Pfeffer  
1/2 Bund Petersilie

## Zubereitung:

Mandeln mit kochendem Wasser überbrühen, bis sich die Häute lösen, abgießen. Die Mandeln aus den Häuten schnipsen (frisch geschälte Mandeln schmecken auch am besten, wenn es aber schnell gehen muss, einfach geschälte Mandelkerne kaufen).  
Knoblauch schälen, mit den Mandeln hacken, in der Brühe etwa 30 Minuten kochen.

Die Brotrinde entfernen, die Krume zerpfücken und in die Suppe geben. Etwa 15 Minuten fertig kochen. Alles zusammen möglichst fein pürieren, dabei das Olivenöl zugeben und mit Sherryessig, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken - wer will, gibt auch ein paar Chiliflocken dazu.

Abkühlen lassen (im Winter schmeckt die Suppe auch warm) und mit grob gehackter Petersilie in Gläser verteilen.



# Gekühlte Wassermelonen-Tomatensuppe

## Zutaten:

Für 8 Personen

800 g Fruchtfleisch der Wassermelone (ohne Kerne)

1 kg Tomaten (ohne Haut und Kerne)

2 Knoblauchzehen

100 g Olivenöl

1 scharfe Peperoni

Zitronensaft, Salz, Tabasco

150 g griechischer Schafskäse

Basilikum, in Streifen geschnitten

schwarzer Pfeffer

1 Scheibe Weizentoastbrot

## Zubereitung:

Fruchtfleisch von Tomaten und Melone in den Mixer geben. Knoblauch fein hacken und mit dem Olivenöl in den Mixer geben. Peperoni klein schneiden, dazu geben und alles fein mixen. Mit Zitronensaft, Salz und eventuell etwas Tabasco abschmecken.

Toastbrot im Mixer zu Krümen verarbeiten. So viel davon untermischen,

bis eine gewisse Sämigkeit erreicht ist. Ins Eisfach stellen und für einen halben Tag gut kühlen und durchziehen lassen. Als Einlage griechischen Schafskäse mit Basilikum-streifen, schwarzen Pfeffer und etwas Olivenöl marinieren. Beim Anrichten die kühle Suppe in Teller verteilen, etwas von der Einlage in die Mitte geben und mit einem Basilikum garnieren.



# Grünkohlsuppe mit Karpfenklößchen

## Zutaten:

Für 4 Personen

1 kg Grünkohl

1 kleine gewürfelte Zwiebel

$\frac{1}{2}$  kleine zerdrückte Knoblauchzzehe

50 g Butter

1 l Fleischbrühe

2 EL Crème fraîche

2 EL angeröstete Haferflocken

Muskat, Salz, Pfeffer

Für die Karpfenklößchen:

50 g Karpfenfilet

40 g kalte süße Sahne

Salz, Pfeffer

## Zubereitung:

Den Grünkohl von den dicken Rispen streifen, verlesen und waschen. In reichlich Salzwasser 1–2 Minuten kochen, danach in eiskaltem Wasser abschrecken.

Die Zwiebelwürfel und den Knoblauch in 1 EL Butter andünsten. Den Grünkohl mit der Hand gut ausdrücken, dazugeben und die Fleischbrühe aufgießen. Aufkochen lassen und den Grünkohl zugedeckt ca. 30 Minuten weichkochen. Übrige Butter und Crème fraîche einrühren.

Die Suppe mit dem Pürierstab pürieren. Danach durch ein Sieb streichen und mit Muskat, Salz und

Pfeffer abschmecken. Das Karpfenfilet in Streifen schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Pürierstab pürieren. Dabei nach und nach die kalte Sahne zufügen und die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Durch ein feines Sieb streichen.

Mit zwei Teelöffeln kleine Klößchen abstechen und in heißem, nicht kochendem Salzwasser ca. 3–5 Minuten garziehen lassen.

Klößchen mit einer Schaumkelle herausheben und abtropfen lassen.

Die Grünkohlsuppe unter Rühren erhitzen und in vorgewärmten Suppentassen anrichten. Die Karpfenklößchen in die Suppe geben und die angerösteten Haferflocken darüber streuen.

# Gulaschsuppe

## Zutaten:

Für 4 Personen

500 g Rindfleisch, bevorzugt aus Wade oder Schulter, ohne Sehnen, in kleine Würfel geschnitten  
2 Zwiebeln, gewürfelt

60 g Öl

Salz

Pfeffer

20 g Paprika edelsüß

40 g Tomatenmark

1-1,5 l Geflügelbrühe oder Wasser

1 rote Gemüsepaprika

80 g rohe Kartoffel in kleinen Würfeln

Gulaschgewürz:

1 Knoblauchzehe

etwas Zitronenschale

getrockneter Majoran

1/2 TL Kümmel

1 scharfe Peperoni oder Chili

1 kleines Bund Petersilie, gehackt

## Zubereitung:

Die feinen Zwiebelwürfel in Öl goldbraun rösten. Das gewürfelte, mit Salz und Pfeffer gewürzte Fleisch ebenfalls mit angehen lassen. Jetzt mit Paprika bestäuben und das Tomatenmark unterrühren, kurz anschwitzen und mit Wasser oder besser Geflügelbrühe auffüllen.

1 Stunde sanft köcheln lassen, bis das Fleisch gar ist. In der Zwischenzeit die Gemüsepaprika in kleine Würfel schneiden. Die Kartoffel schälen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden, durch die Stärke der Kartoffel wird die Gulaschsuppe gebunden.

Die Knoblauchzehe mit der Zitronenschale, dem Majoran, dem Kümmel und etwas Salz fein hacken und zerreiben,

bis eine Gewürzpaste entsteht.

20 Minuten vor Garzeitende der Suppe die Paprika- und Kartoffelwürfel zugeben. Zum Schluss mit dem Gulaschgewürz, der Gewürzpaste und fein geschnittener Peperoni abschmecken, eventuell nachwürzen, mit gehackter Petersilie bestreuen.

# Hühnersuppe (asiatisch)

## Zutaten:

Für 4 Personen

1 l Hühnerbrühe

$\frac{1}{8}$  l plus 2 EL Sake

4+2 EL Helle Sojasauce

5 dünne frische Ingwerscheiben

1 kleine rote Chilischote

1 Zitronengrasstange

1 Kaffirlimettenblatt

$\frac{1}{2}$  frisches Lorbeerblatt

1 Hühnerbrustfilet

1 dünne Lauchstange,

150 g Shiitake-Pilze

2 kleine Karotten

1 EL Mirin

1 EL Reisessig

3 EL Erdnussöl

1 TL Tapiokamehl

2 Knoblauchzehen

50 g Sojasprossen

60 g Erbsensprossen

1 EL gehacktes Koriandergrün

1 EL fein geschnittene Minze

## Zubereitung:

Das Filet in dünne, mundgerechte Streifen schneiden und für 2 Stunden in einer Mischung aus 2 EL Soyassauce, 1 EL Mirin und 1 EL Reisessig marinieren. Trocken tupfen und mit Tapioka mehlieren.

Hühnerbrühe, Reiswein, Sojasauce, Ingwer, aufgeschnittene Chilischote, Zitronengras, Kaffirlimetten- und Lorbeerblatt zum Kochen bringen und etwa 10 Minuten leise köcheln.

Lauch, Pilze und Karotten waschen, putzen und alles in dünne Scheiben oder feine Streifen schneiden.

Etwas Öl im Wok erhitzen und die Filetstreifen scharf anbraten. In Alufolie verpacken und im vorgeheizten Rohr bei 100° warm halten.

Wieder etwas Öl im Wok erhitzen und die fein gehackten Knoblauchzehen darin andünsten, geschnittenes Gemüse zugeben, kurz braten, sodass es noch leichten Biss hat.

Die Brühe durch ein Sieb aufgießen, nochmals zum Kochen bringen, etwas ziehen lassen. Die Sprossen kurz in einer heißen Pfanne mit Öl schwanken, mit 2 EL Sake ablöschen, die Filetstreifen hinzufügen

und in die Suppe geben. Mit Koriandergrün und Minze bestreut servieren.



# Hummersuppe

## Zutaten:

Für 4 Personen

2 Hummer, klein, TK (ca. 400 g),  
besser frisch

800 ml Sahne

500 ml Hühnerbrühe

1 EL Tomatenmark

80 ml Cognac

80 ml Portwein, weiß

80 ml Noilly Prat

1 EL Pernod

Salz

Cayennepfeffer

Öl, neutral

## Zubereitung:

Die TK Hummer langsam (2 Tage im Kühlschrank) auftauen lassen.

Frische Hummer in einem großen Topf (Pastatopf) in kochendem Wasser ca. 6 Minuten pochieren.

Dann das Fleisch aus dem Schwanz und den Scheren ausslösen. Das Scherenfleisch in kleine Stücke schneiden und mit der Hälfte der Hühnerbrühe im Mixer fein pürieren.

Von der Sahne so viel abzweigen (ca. 150 ml), dass es ausreicht, um mit dem Handrührgerät etwas Schlagsahne zu machen. Man braucht nur 1 EL pro Teller.

Vorbereitete Schlagsahne im Kühlschrank bereithalten.

Die roten Hummerschalen in kleine Stücke brechen (geht auch mit der Küchenschere). Darauf achten, dass die Stücke möglichst trocken sind. Gegebenenfalls mit Küchenpapier trocken tupfen.

Einen Topf von ca. 25 cm Durchmesser (er muss nicht hoch sein) zunächst trocken heiß werden lassen, bis er merklich Wärme abstrahlt. Einen Schuss Öl und sofort danach die Hummerschalen hineingeben. Es muss kräftig brutzeln. Unter Rühren die Schalen anrösten. Tomatenmark zugeben und ebenfalls rösten, aber nicht verbrennen lassen. Cognac zugeben. Sobald er fast vollständig eingekocht ist, den Portwein zugeben. Wieder einkochen lassen, dann mit dem Wermut genauso verfahren. Ist auch dieser eingekocht die Hühnerbrühe und die Sahne zugeben. Den Inhalt des Mixers dazu

geben. Einmal aufkochen, Deckel drauf und vom Herd nehmen. Mindesten eine halbe Stunde ziehen lassen.

Die Suppe durch ein feinmaschiges Sieb passieren. Hier bleibt auch das pürierte Scherenfleisch zurück, hat aber seinen Geschmack an die Suppe abgegeben.

Mit Salz und einer MS Cayennepfeffer abschmecken.

Vor dem Servieren die Suppe noch mal kurz aufkochen.

Die Hummerschwänze vacuumieren und in heißem Wasser erwärmen.

Dann in 1 cm dicke Scheiben schneiden. In die auf 100° vorgewärmten Suppentassen geben. Die heiße Suppe in die Tassen füllen.

Die Schlagsahne mit dem Pernod aromatisieren, kurz aufschlagen und auf jede Suppentasse einen Klecks draufgeben. Frisches Baguette dazu reichen.



# Käsesuppe

## Zutaten:

Für 4 Personen

50 g Butter

50 g Mehl

$\frac{1}{2}$  l Milch

$\frac{1}{2}$  l Rinderbrühe

100 g geriebener Comté

100 g geriebener Gruyère

Salz

Pfeffer

Muskat

50 ml geschlagene Sahne

2 mittelgroße weiße Zwiebeln

Mehl

$\frac{1}{2}$  Bund Schnittlauch

Öl zum Frittieren

## Zubereitung:

Butter in einem Topf schmelzen lassen. Nach und nach Mehl einrühren. Die Roux (Mehlschwitze) vollständig abkühlen lassen. Währenddessen Milch und Brühe in einem zweiten Topf erhitzen. Die Flüssigkeit vorsichtig in die kalte Roux einröhren und alles bei kleiner Flamme unter ständigem Rühren 5 Minuten köcheln lassen. Den Topf an den Herdrand stellen und den geriebenen Käse untermischen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen und die geschlagene Sahne unterheben. Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden. Salzen und mit Mehl bestäuben. Die Zwiebelwürfel im heißen Öl hellbraun frittieren. Auf Küchenpapier das Fett abtropfen lassen. Die Suppe auf 4 Teller verteilen und mit frittierten Zwiebeln und Schnittlauch bestreuen.

## Tipp:

Die Suppe wird noch feiner und cremiger, wenn man zwei Eigelbe mit 100 ml Sahne und 2 EL Weißwein vermischt und unter ständigem Rühren in die Suppe einlaufen lässt. Nicht mehr kochen lassen!



# Kräutercremesuppe mit Hühnernockerl

## Zutaten:

Für 4 Personen

Für die Suppe

1 EL Butter

1 Zwiebel

$\frac{1}{8}$  l Weißwein

je 2 EL Schnittlauch, Kernerbel, Basilikum, Petersilie, gehackt oder fein geschnitten

250 ml süße Sahne

600 ml Rindsbrühe

4 EL kalte Butter

Salz, Pfeffer

2 EL QimiQ

für die Hühnernockerl

300 g Hühnerbrust

ca. 200 ml süße Sahne

3 EL gehackte Pistazien

4 cl trockener Wermut

1 EL Zitronensaft

Salz, Pfeffer

2 EL geschlagene Sahne

Hühnerbrühe

## Zubereitung:

Die fein geschnittene Zwiebel in Butter anschwitzen, mit Wein ablöschten und einkochen lassen, mit Brühe und Sahne angießen und aufkochen, QimiQ einrühren. Die Kräuter dazu geben und einmal gut aufkochen lassen.

Die Hühnerbrust fein würfelig schneiden, mit Pfeffer und Salz würzen, gut durchkühlen.

Hühnerfleisch mit der Sahne in der Küchenmaschine zu einer Farce verarbeiten. In einen Schneekessel umleeren, mit einem Kochlöffel gut durchschlagen. Pistazien, Wermut und Zitronensaft dazugeben. Alles gut durchrühren und zuletzt die geschlagene Sahne unterheben.

Mit einem TL kleine Nockerln formen, in Hühnerbrühe einlegen und ca. 10 Minuten ziehen lassen (nicht kochen, sonst zerfallen sie).

Die Kräutersuppe in einen Mixer geben, dabei die kalte Butter in

kleinen Würfeln einarbeiten. Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken und in heiße Tassen füllen. Die Nockerln darin verteilen und sofort servieren.

# Kürbissuppe mit roten Linsen

## Zutaten:

Für 4 Personen  
200 g Hokaidokürbis, entkernt  
250 g rote Linsen,  
250 ml Kokosmilch  
1 Zwiebel  
n. B. Knoblauch  
 $\frac{1}{2}$  EL Curry  
1 rote Paprikaschote  
800 ml Gemüsebrühe  
1 Bund Frühlingszwiebeln  
1 Stück Ingwer  
2 EL Öl  
Meersalz  
Chilipulver  
Zucker (z. B. Rohrzucker, Palmzucker)

## Zubereitung:

Die roten Linsen waschen und abtropfen lassen.  
Kürbis und Paprika, entkernen und würfeln.  
Zwiebel in kleine Würfel schneiden, Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken.  
Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden.  
2 EL Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebelwürfel darin anbraten.  
Anschließend restliche gewürfelte und gehackte Zutaten zugeben, mit Curry bestäuben und weiter anbraten. Die Linsen dazugeben. Dann mit Gemüsebrühe aufgießen und ca. 10

Minuten köchlen lassen, bis die Linsen weich sind. Die Kokosmilch zugeben und erhitzen. Zum Schluss mit Salz - und wer's schärfer mag mit Chili - abschmecken. Eine kleine Prise Zucker ist kein Muss, aber rundet die Sache geschmacklich ab.

Ganz nach Belieben kann die Suppe am Ende püriert oder als Eintopf serviert werden

# Kürbissuppe

## Zutaten:

Für 4 Personen  
400 g Muskatkürbis  
Salz  
30 g Butter  
1 Knoblauchzehe  
20 g Tomatenmark  
1 TL edelsüßer Paprika  
Obstessig  
1 Lorbeerblatt  
1 l Geflügelfond  
Muskatnuss  
100 ml süße Sahne  
4 EL leicht geschlagene  
süße Sahne  
1 Bund Dill  
2 EL geröstete Kürbiskerne

Die süße Sahne dazugeben, erhitzen, aber nicht mehr kochen lassen.

Mit der geschlagenen Sahne und Dill garniert anrichten.

## Tipp:

Als Variante kann man den Dill weglassen, die Suppe aber nach Geschmack mit mehr oder weniger Curry würzen.

## Zubereitung:

Den Kürbis grob raspeln, leicht einsalzen und 30 Minuten Flüssigkeit ziehen lassen.

Das Kürbisfleisch gut ausdrücken.

Die Butter zerlassen und den fein gehackten Knoblauch anschwitzen.

Das Kürbisfleisch dazugeben und sich bildende Flüssigkeit fast verkochen.

Das Tomatenmark unterrühren, Paprika, einige Spritzer Essig und das Lorbeerblatt dazugeben.

Mit dem Geflügelfond aufgießen.

15 Minuten köcheln lassen, danach mit dem Stab pürieren und durch ein Sieb passieren. Etwas Muskatnuss darüber reiben.



# Tunesische Brotsuppe

## Zutaten:

Für 4 Personen

*200 g trockenes Fladenbrot oder  
anderes Weißbrot  
1-2 EL Kreuzkümmelsamen  
1 Zwiebel  
2-3 Knoblauchzehen,  
3 EL Olivenöl  
500 g gekochte Kichererbsen  
1 L Gemüsebrühe oder Wasser  
Salz  
Pfeffer  
2 TL Harissapaste  
1 Bund Koriander  
1 Zitrone*

## Zubereitung:

Das Brot in etwa 2-3 cm große Stücke schneiden oder reißen, in einer Pfanne oder unter dem Ofengrill goldbraun rösten, dabei ab und zu wenden.

Kreuzkümmel in einem Topf rösten, bis die Samen duften, im Mörser zerkleinern.

Zwiebel und Knoblauch schälen, fein schneiden, in Olivenöl 5 Minuten dünsten. Kichererbsen und Brühe zugeben, 10 Minuten kochen, mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel würzen.

Brotcroutons in Suppenschalen verteilen, Brühe und Kichererbsen darüber verteilen. Mit Harissa, Kreuzkümmel, einem Tropfen Olivenöl und reichlich gezupftem Koriander garnieren, mit Zitronenschnitzen servieren.

Dies ist die Basisversion der Suppe, oft wird sie ergänzt durch ein pochiertes Ei, Kapern, Sardellen und Oliven.



# Möhrencremesuppe

## Zutaten:

Für 4 bis 6 Personen  
ca. 2. kg Möhren  
75 g Butter  
2. große weiße Zwiebel  
3-4 Knoblauchzehen  
1 walnussgroßes Stück Ingwer  
1-2 Chilischoten  
1 ganzer Sternanis  
 $\frac{1}{2}$  TL gemahlener Kreuzkümmel  
Salz, Pfeffer  
ca.  $\frac{3}{4}$  l Hühnerbrühe  
Zum Garnieren:  
2 EL frisches Tomatenpüree  
2 EL Crème fraîche

## Zubereitung:

Die Möhren putzen, schälen und würfeln. Zusammen mit der fein gewürfelten Zwiebeln, und dem gehackten Knoblauch in zwei Esslöffeln Butter weich dünsten, die Chilischoten und alle Gewürze hinzufügen, salzen und pfeffern. Mit Brühe auffüllen, zugedeckt etwa 20 Minuten leise köcheln lassen. Den Sternanis entfernen. Im Mixer oder mit dem Pürierstab alles fein pürieren. dabei die restliche Butter zur Bindung mit mixen. Nochmals abschmecken, erhitzen und in tiefen Tellern anrichten.

Jeweils einen Teelöffel Tomatenpüree und Crème fraîche nebeneinander in die Mitte setzen, mit einem Zahnstocher ineinander verschleifen. Den Balsamico dekorativ dazwischen tropfen. Zum Schluss alles mit den Nüssen überkrümeln, die mit dem Koriandergrün im elektrischen Zerhacker zerkleinert wurden.

## Tipp:

Es geht auch ohne Macadamianüsse!



# Paprikasuppe

## Zutaten:

Für 4 Personen  
je 3 rote und 3 gelbe  
Paprikaschoten  
1 Gemüsezwiebel  
1 l Gemüsebrühe  
3 Knoblauchzehen, fein  
geschnitten  
200 g Crème fraîche  
2 EL Balsamico Bianco  
Salz und Pfeffer  
4 Basilicumblätter  
Balsamico Creme

## Zubereitung:

Die geschälten Paprikaschoten in Würfel schneiden und farblich getrennt halten. Die Zwiebeln ebenfalls würfeln und in zwei gleichen Portionen zu den Paprika-würfeln geben. Alles zusammen nach Farben getrennt entweder nach einander in einem Topf, oder gleichzeitig in zwei Töpfen in Olivenöl ca. 5 Minuten andünsten. Den Knoblauch zu gleichen Teilen zufügen und weitere 2 Minuten dünsten. Salzen und jeweils mit  $\frac{1}{2}$  l Ge-müsebrühe ablöschen. Die Suppe 20 Minuten köcheln lassen. Wenn alles

weich gekocht ist, mit dem Stabmixer pürieren.

In diesem Zustand kann man die Suppenbestandteile aufbewahren.

Vor dem Servieren erneut erhitzen, die Crème fraîche und den Balsamico Bianco in gleichen Teilen dazugeben und mit dem Stabmixer aufrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die rote Paprikasuppe in vorgewärmte tiefe Suppenteller (auch Pastateller) geben. Die gelbe Suppe mit Hilfe eines Trichters in die Mitte der roten Fläche geben (den Trichter etwas eintauchen). Es entsteht ein optisch ansprechendes Gebilde: Der weiße Ring des Tellerrandes, dann ein roter Ring und in der Mitte ein gelber Kreis. Dieser wird mit dem Basilikumblatt verziert.

Wenn man geschickt ist, kann man auch mit zwei gleichgroßen Kellen gleichzeitig von gegenüberliegenden Seiten den Teller befüllen.

Es entstehen dann zwei gleichgroße Halbkreise, die in der Mitte sauber getrennt sind.

Über das Ganze kann man noch dünne Fäden aus der Flasche mit der Balsamico Creme ziehen.

**Tipp:**

Das Schälen von Paprikaschoten geht am einfachsten auf folgende Weise:

Die Paprikaschoten waschen, vierteln und innen ausputzen.

Den Backofenrost mit Alufolie auslegen und die Paprikaschoten mit der Haut nach oben darauf legen.

Die Paprika im solange grillen, bis die Haut schwarz wird und Blasen wirft. Anschließend in einen Gefrierbeutel geben, verschließen und auskühlen lassen. Dann die Haut der Paprika abziehen.

Den im Beutel entstandene Saft noch zur Gemüsebrühe geben.

Hat man einen Gasbrenner zur Hand, den man für Crème Brûlée oder zum Löten von Wasserrohren verwendet, geht es noch einfacher:

Mit einem Apfelausstecher entfernt man den Stiel der Paprika, spießt sie auf einen Metallgriff (Schneebesen o.ä.) und brennt die Paprika bis sie komplett schwarz ist. Mit der Gemüsebürste entfernt man dann ganz leicht unter fließendem Wasser die verbrannte Haut.



Bei der Spielerei mit den Farben kann man sich selbst ausprobieren.

# Pfifferlingsuppe

## Zutaten:

Für 4 Personen  
500 g Pfifferlinge  
80 g Butter,  
2 Schalotten,  
1 Knoblauchzehe,  
3 Lauchzwiebel,  
15 g Mehl,  
50 ml Weißwein,  
600 ml Gemüsebrühe oder Bouillon,  
400 ml Sahne,  
Salz,  
weißer Pfeffer,  
Muskat,  
Zitronensaft,  
etwas kalte Butter,  
etwas Sahne,  
Petersilie,  
Kerbel und Schnittlauch,  
1 Rosmarin- und 1 Thymianzweig

vorzüglich Bayerische  
Semmelknödel, die aber  
nur in Golfballgröße aus-  
geformt sein sollten

## Zubereitung:

Butter in Topf aufschäumen lassen, geputzte Pilze leicht anbraten, bis sie kein Wasser mehr ziehen. Mit fein geschnittenen Schalotten, Knoblauch und weißem Teil der Lauchzwiebel angehen lassen. Mit Mehl bestäuben, mit Weißwein ablöschen. Brühe und Sahne zugeben. 10 bis 15 Minuten köcheln lassen, mit Salz, Pfeffer, Muskat und 1 Spritzer Zitronensaft abschmecken. Kalte Butterstücke einschwenken, 1 EL geschlagene Sahne einrühren, dann die gehackten Kräuter.

Als Einlage eignen sich



# Spargelsuppe

## Zutaten:

Für 6 Personen  
800 ml Spargelwasser  
200 ml Weißwein (trocken)  
500 g Spargel  
150 ml süße Sahne  
100 g Butter  
50 g Mehl  
2 Saftorangen  
gemahlenen Cayenne Pfeffer  
2 TL Rindessa  
1 TL Salz

## Zubereitung:

Den Spargel schälen und die Stangen in 3 bis 4 cm lange Stücke schneiden.

Die Endabschnitte und die Schalen im Spargelwasser auskochen. Den Wein und 2 TL Rindessa hinzufügen.

Derweil in einem Topf die Butter auslassen und, nachdem sie kaum noch schäumt, das Mehl hineinrühren. Bei schwacher Hitze eine helle Mehlschwitze herstellen. Ca. 8 Minuten schäumen lassen, dabei

die Temperatur so halten, dass sie nicht braun wird. Vom Herd nehmen, etwas abkühlen lassen und das Spargelwasser durch ein Sieb aufgießen. Die Temperatur der Schwitze soll dabei so weit gesunken sein, dass es nicht mehr zischt. Den Topf wieder auf den Herd geben und langsam zum Köcheln bringen. Dabei mit dem Schneebesen die Suppe aufschlagen. Die Spargelabschnitte hineingeben und 8 Minuten mit köcheln lassen. Die Sahne hineingeben, damit die Konsistenz einer Cremesuppe erreicht wird.

Die köchelnde Suppe vom Herd nehmen und den Saft der ausgepressten Orangen durch ein Sieb hineingeben.

Mit zwei MS Cayenne Pfeffer und dem Salz abschmecken. In Suppentassen servieren.

## Tipp:

Das Spargelwasser gewinnt man, indem man das Wasser, das bei früheren Gelegenheiten mehrfach zum Kochen von Spargel und sei-

ner Schalen benutzt wurde, immer wieder aufhebt und z.B. in einer sauberen Glasflasche im Kühlschrank aufbewahrt. Das funktioniert natürlich nur in der Spargelzeit.



# Tomatenessenz

## Zutaten:

Für 6 Portionen  
150 g Schalotten  
400 g Tomaten  
3 EL Tomatenmark mit Knoblauch  
50 g getrocknete Tomaten  
400 g Tomatenstücke (Dose)  
1, 4 l Geflügelfond  
1 TL weiße Pfefferkörner  
2 Lorbeerblätter  
4 Zweige Basilikum  
Salz, Cajenne-Pulver  
200 g Möhren, 100 g Porree  
3 Zweige Thymian  
300 g Rinderhesse  
6 Eiweiß

## Zubereitung:

Schalotten in grobe Würfel schneiden, Tomaten waschen und vierteln. Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Schalotten andünsten. 2 EL Tomatenmark dazu, kurz anrösten. Jetzt getrocknete und frische Tomaten dazu, alles mit andünsten. Mit Geflügelfond und Tomatenstücken auffüllen, Pfefferkörner, Lorbeerblätter und Basilikumzweige zugeben, mit Salz und Chilipulver würzen und bei mittlerer Hitze 30 Min. köcheln lassen. Dann den Tomatensud von der Kochstelle nehmen, abkühlen.

Für das Klärfleisch, Möhren, Sellerie, Porree in grobe Stücke schneiden, die Rinderhesse in schmale Streifen. Fleisch mit dem Gemüse durch den Fleischwolf drehen. Restliches Tomatenmark, mit Thymian und Salz würzen und mit dem Eiweiß vermischen.

Fleischmasse mit kaltem Tomatensud in einen Topf geben und bei niedriger Hitze 30 Min. ziehen lassen. Dabei ständig umrühren. Suppe darf nicht mehr kochen.

Die klare Essenz mit einer Schöpfkelle abschöpfen und durch ein Passiertuch in einen Topf gießen. Mit Salz, Pfeffer abschmecken.

Als Einlage eignen sich u.a. Ricotta-Nocken

# Vichyssoise

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen  
4 Tassen geschälte und grob-  
geschnittene Kartoffeln  
3 Tassen in dünne Scheiben  
geschnittene Lauchstangen  
(weiße Teile plus 5 cm vom Grü-  
nen)  
2 l Hühnerbrühe  
1 TL Salz  
schwarzer Pfeffer  
2 Tassen süße Sahne  
3 EL feingeschnittener  
Schnittlauch

## Zubereitung:

In einem schweren, 6 l fassen-  
den Topf kocht man Kartoffeln,  
Lauch, Hühnerbrühe und Salz  
mit lose aufgelegtem Deckel 40  
bis 50 Minuten, bis die Gemüse  
weich sind.

Dann passiert man die Suppe  
durch eine Flotte Lotte in eine  
Ruhrschüssel und dann durch  
ein Haarsieb wieder in den Topf  
zurück.

Man würzt sie mit Salz und  
etwas Pfeffer und röhrt mit  
dem Schneebesen die Sahne

ein.

Erhitzt serviert man die Suppe als *Potage Parmentier*.

Bleibt die Suppe im Kühlschrank, bis sie sehr kalt ist, wird sie zur  
*Vichyssoise*.

Sie wird dann  
jeweils in eine  
Terrine oder auf  
einzelne Suppen-  
teller geschöpft.  
Man serviert mit  
frischem  
Schnittlauch  
garniert.



# Zwiebelsuppe

## Zutaten:

Für 4 Personen:

2 EL Butter

4 EL Olivenöl

500 g Gemüsezwiebeln

$\frac{1}{2}$  Teelöffel Salz

Pfeffer

2 gestrichene EL Mehl

1 l Fleischbrühe

4 Scheiben Toast

1 Knoblauchzehe

1 Tasse geriebenen Käse  
(Emmentaler o.ä.)

## Zubereitung:

Die Zwiebeln schälen, längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Es entstehen so halbe Ringe. In der Butter, einem EL Öl und Salz unter gelegentlichem Rühren ca. 30 Minuten in einem großen Topf dünsten, bis sie tief goldbraun sind. Das Mehl darüberstäuben und weitere 3 Minuten schwenken. Dann vom Feuer nehmen.

In einem anderen Topf lässt man die Brühe aufwallen und gibt sie dann zu den Zwiebeln.

Nun setzt man die Suppe wieder auf schwache Hitze zurück auf den Herd und lässt sie, teilweise zu gedeckt, 40 bis 50 Minuten schwach kochen. Mit Salz und Pfeffer



abschmecken.

Während die Suppe kocht, aus dem Toaste, den verwendeten Suppentassen entsprechende, runde Scheiben schneiden und in Olivenöl von beiden Seiten hellbraun anrösten.

Die Suppe in die Tassen (ideal sind Löwenkopftassen) füllen, die Toastescheiben auflegen und kurz untertunken, dann den Käse darauf verteilen und unter dem Grill schmelzen lassen. Leicht anbräuen.

**Tipp:**

Bei Verwendung eines Dampftopfes kann man die Kochzeit stark reduzieren (auf ca. 15 Min.)

# Fisch und Krustentiere



	Seite
<b>Currymuscheln</b>	<b>85</b>
<b>Gambas mit Rührei</b>	<b>87</b>
<b>Jakobsmuscheln mit Apfel-Gelee</b>	<b>88</b>
<b>Kaisergranat</b>	<b>89</b>
<b>Karpfen blau</b>	<b>90</b>
<b>Krebse auf Spitzkohl mit Kümmel-Biersauce</b>	<b>92</b>
<b>Lachs mit Staudenselleriemarinade</b>	<b>93</b>
<b>Lachstatar</b>	<b>94</b>
<b>Loup de Mer auf Basilikum-Risotto</b>	<b>95</b>
<b>Miesmuscheln in Weißwein</b>	<b>96</b>
<b>Potaufeu von Miesmuscheln</b>	<b>98</b>
<b>Saibling mit Wodkasauce</b>	<b>99</b>
<b>Seezungenfilets mit Champignons</b>	<b>100</b>
<b>Spargel mit mariniertem Thunfisch</b>	<b>102</b>

<b>Steinbutt in Milchsud</b>	<b>104</b>
<b>Steinbutt mit Tomaten</b>	<b>105</b>
<b>Zanderfilet auf Rahmsauerkraut</b>	<b>107</b>

# Currymuscheln

## Zutaten:

Für 2-4 Personen

1 kg Pfahl- (Bouchot-) Muscheln

100 g Butter

je 1 Schalotte

15 g Lauch, nur das Weiße

25 g Fenchel

25 g Stangensellerie

$\frac{1}{2}$  Knoblauchzehe

alles fein gehackt

1 MS Safranfäden

1 TL Curry

150 ml Chardonnay

2 cl Noilly-Prat

Bouquet garni aus Petersilienstängel, Lorbeerblatt, Thymianzweigen, schwarzer Pfeffer

80 g ungesüßte Kokosmilch

125 g Sahne

1 Prise Meersalz

Saft einer  $\frac{1}{2}$  Zitrone

Cayennepfeffer

je etwas gehackte Petersilie, Basilikum, Dill, junge Fenchel- und Sellerieblätter

1 MS Tnnwcr

## Zubereitung:

Muscheln putzen (den Bart erst im letzten Moment entfernen so bleibt das Meerwasser in der Muschel und die Muschel länger am Leben. Muscheln dreimal sehr gut durchwaschen. Bereits geöffnete entfernen. Butter am besten in einem Le Creuset Topf (Gußeisen) aufschäumen und dann Schalotte, Lauch, Fenchel, Stangensellerie und Knoblauch ohne Farbe anschwitzen. Safranfäden und Curry zugeben und kurz mitschwitzen. Mit Weißwein und Noilly-Prat ablöschen. Muscheln und Bouquet garni zugeben und stark pfeffern. Dann zugedeckt stark kochen lassen, bis die Schalen aufspringen. Zwei- bis dreimal gut umrühren. Die Muscheln vom Feuer nehmen herausnehmen, Bouquet entfernen und Sud auf-

kochen lassen. Kokosmilch, Sahne, Meersalz, Zitronensaft und Cayennepfeffer zugeben und Sud sämig einköcheln lassen. Zum Schluss Petersilie, Basilikum, Dill, Fenchel und Sellerieblätter einschwenken

und Ingwer zugeben. Muscheln mit etwas kochend heißer Sauce übergießen und nochmals gut pfeffern, dann in vorgewärmte tiefe Teller füllen. Den restlichen Sud in Espressotassen nach dem Verzehr des Gerichts servieren.



**Tipp:**

Ein Schuss Kirschwasser zum Schluss, vor dem Auffüllen auf Teller, dem Ganzen beigegeben, verstärkt den Geschmack.

# Gambas mit Rührei

## Zutaten:

Für 4 Personen  
20 mittelgroße Gambas  
1 kleiner Kopf Blumenkohl  
8 mittelgroße Landeier  
grobes Meersalz  
Cayennepfeffer  
4 EL geschlagene Sahne  
80 g Butter  
1 MS Currysüppchen  
Basilikumblätter zum Garnieren

## Zubereitung:

Gambas von Kopf und Schale befreien (Darm vorsichtig herausziehen) und in 0,5 cm große Stücke schneiden. Blumenkohl waschen, in kleine gleichmäßige Röschen teilen und in kochendem Salzwasser al dente kochen. Durch ein Sieb abgießen, mit kaltem Wasser abbrausen und zum Abtrocknen auf Küchenpapier legen.

Anschließend die Eier in eine Schüssel aufschlagen, salzen, pfeffern

und mit einer Gabel durchschlagen, dann die geschlagene Sahne unterziehen. In der Zwischenzeit die Butter in einer Teflon-Pfanne hell aufschäumen lassen, Blumenkohlröschen beigeben und mit Curry bestreuen. Gambas dazugeben, kurz anbraten und mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Nun die zerschlagenen Eier zugeben und mit einem Kochlöffel vorsichtig verrühren. Das fertige Rührei auf vorgewärmte Teller geben und mit geschnittenem Basilikum servieren. Dazu eine mit reichlich Butter bestrichene Scheibe Landbrot.

## Tipp:

Das Rührei frühzeitig von der Herdplatte nehmen, sonst wird es zu fest.



# Jakobsmuscheln mit Apfel-Gelee

## Zutaten:

Für 4 Personen  
125 ml Wasser  
50 ml klarer Apfelsaft,  
1 TL Honig,  
15 g frische Minze, gehackt  
4 Minzblätter,  
12 g Agar-Agar,  
50 ml trockener Schaumwein,  
Saft von  $\frac{1}{2}$  Limette,  
5 g Ingwer, fein geschnitten,  
30 ml Limonen-Oliven-Öl,  
Flor de Sal  
Japanischer Pfeffer (Togarashi)  
1 Salatgurke,  
4 große ausgelöste Jakobsmuscheln  
8 Zuckerschoten  
Sesamöl

## Zubereitung:

Wasser mit Apfelsaft und Honig aufkochen, 15 g Minze zugeben. 3 Minuten ziehen lassen, abseihen, abkühlen lassen, Agar-Agar einrühren. 1/2 Zentimeter hoch in eine mit Klarsichtfolie ausgekleidete Form füllen. Kalt stellen. Schaumwein, Limettensaft, Ingwer aufkochen, auf die Hälfte reduzieren. Limonenöl zugeben, mit Salz, Pfeffer abschmecken. Gurke schälen, 16 dünne Scheiben abschneiden, den Rest, entkernt, längs in dünne Streifen schneiden, diese mit Ingwer-Limetten-Sud

bestreichen. Muscheln ohne Fett in einer beschichteten Pfanne bei großer Hitze auf beiden Seiten kurz anbraten. Jeweils mit Minzblatt und Gurkenstreifen umwickeln. Gelee stürzen, würfeln. Zuckerschoten in feine Streifen schneiden, salzen, in Sesamöl anschwitzen. Je 4 Gurkenscheiben im Karree anrichten, darauf die warmen Zuckerschoten geben. Je 6 Geleewürfel rundherum setzen, Muscheln in die Mitte platzieren, etwas Flor de Sal darauf geben.



# Kaisergranat

## Zutaten:

Für 4 Personen  
16 große Kaisergranaate, geschält  
250 ml Weißwein  
100 ml Weißweinessig  
150 g Perlzwiebeln, geschält  
10 g Ingwer  
1 kleine Knoblauchzehe 1 weiße Zwiebel, gewürfelt  
Olivenöl  
1 Limonenblatt  
 $\frac{1}{2}$  TL rosa Pfefferkörner, gestoßen  
100 g Butternutkürbis  
100 g Thai-Mango  
Saft einer Zitrone  
Meersalz  
Togarashi (japanischer Pfeffer)  
1 EL Koriander, geschnitten

## Zubereitung:

Für die Vinaigrette Weißwein, Essig, Perlzwiebeln mit etwas Salz aufkochen.  $\frac{1}{2}$  Stunde ziehen lassen, passieren. Ingwer, Knoblauch Julienne schneiden und mit Zwiebel in Olivenöl leicht anschwitzen und zum Fond geben. Limonenblatt und rosa Pfeffer zugeben. 20 Minuten reduzieren lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Etwas Olivenöl einrühren, kalt stellen. Kürbis und Mango in Streifen schneiden, mit Zitrone, Salz, Bergpfeffer, etwas Vinaigrette und Oli-

venöl marinieren. Koriander zugeben. Kaisergranaate auf Teller geben, mit Vinaigrette bestreichen. Mit Kürbis und Mango anrichten.



# Karpfen blau

## Zutaten:

Für 2 Personen

1 Karpfen (2 bis 2,5 Pfund; ausgenommen),  
2 l Wasser  
0,5 l Weißwein  
je 50 ml Pernod und Noilly Prat  
40 g Meersalz  
30 g Zucker  
1 Gemüsezwiebel in Ringen  
je 100 g Karotten, Fenchel, Stangensellerie  
Lauch, in gleich großen Scheiben  
1 Zitronenscheibe  
3 dicke Scheiben frischer Ingwer  
8 Pfefferkörner  
6 Wacholderbeeren  
4 Pimentkörner  
4 Nelken  
3 Lorbeerblätter  
etwas Fenchelsamen  
0,2 l Essig  
1 kleines Bund gehackte Petersilie  
200 g zerlassene Butter

## Zubereitung:

Karpfen schuppen und waschen.

In breitem Topf Wasser mit Weißwein, Noilly Prat, Pernod, Salz, Zucker, zurechtgeschnittenen Gemüsen, Zitronenscheibe, Ingwer sowie sämtlichen Gewürzen 10 Minuten köcheln lassen, damit die Aromastoffe in den Sud übergehen können.

Essig zufügen, Karpfen einlegen, mit Deckel etwa 20 bis 25 Minuten garziehen lassen; der Sud darf nicht kochen.

Lässt sich die Rückenflosse leicht herausziehen, ist der Karpfen fertig.

Karpfen vorsichtig auf eine Porzellanplatte heben und mit den Gemüsen und etwas Sud anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen.

Die zerlassene Butter in der Sauciere servieren, dazu Petersilienkartoffeln reichen.



Blaukochen ist eine dekorative Zubereitungsart für ganze Süßwasserfische. Vor allem Aal, Karpfen, Schleie und Forelle werden blau gekocht. Die namengebende Blaufärbung ist auf die Schleimschicht der Fischhaut zurückzuführen, die beim Garen eine blassblaue Farbe annimmt.

Zum Blaukochen eignen sich nur sehr frische Fische, die noch nicht lange der Luft ausgesetzt und so wenig wie möglich berührt wurden, da die Schleimschicht sehr empfindlich ist.

# Krebse auf Spitzkohl mit Kümmel-Biersauce

## Zutaten:

Für 4 Personen

24 Krebse

SalzPfeffer

### Kümmelsauce:

0,1 l Weißwein

3 EL Noilly Prat

1 Schalotte

0,5 l Krebsfond

1 TL Kümmel

150 g Butter

1 Schuss Bier

### Spitzkohl:

200 g Spitzkohlblätter

etwas Butter

Muskat

wenig Zucker

ca. 3 cm schneiden. In Salzwasser kurz blanchieren, abschrecken und gut abtropfen lassen. Die leicht ausgedrückten Blätter mit der Butter in einen Topf geben. Gar dünsten. Mit Salz, Muskat und wenig Zucker abschmecken. Krebse in schaumiger Butter anschwanken, salzen und pfeffern. Auf dem Kohl mit Kümmel-Biersud im tiefen Teller servieren.

## Zubereitung:

Reichlich Wasser im großen Topf mit Salz sprudelnd kochen lassen. Krebse hineingeben und sofort unter die Wasseroberfläche drücken. Von der Kochstelle nehmen, 3 Minuten ziehen lassen, abschrecken. Krebse halbieren, Darm entfernen, Scheren leicht anschlagen, sodass man das Fleisch entnehmen kann. Weißwein und Noilly Prat mit der gewürfelten Schalotte kurz aufkochen, mit Krebsfond auffüllen und auf ein Drittel einkochen. Salz und Kümmel dazugeben, passieren.

Den Sud mit Butter im Mixer aufschlagen und mit Bier aromatisieren.

Spitzkohlblätter ohne Strunk in Flickerl von



# Lachs mit Staudenselleriemarinade

## Zutaten:

Für 4 Personen

$\frac{1}{2}$  Limette

50 ml Olivenöl

600 g Lachsfilet roh, mit Haut  
schwarzer Pfeffer

Meersalz

Für die Marinade:

$\frac{1}{2}$  Orange, unbehandelt

$\frac{1}{2}$  Zitrone, unbehandelt

150 ml Olivenöl

je 30g Karotten und Fenchel

30 g Schalotten

100 g Stangensellerie

1 Zwiebel Knoblauch

30 ml Weißwein

10 ml Orangensaft

300ml Fischfond

1 Thymianzweig

1 TL gehackte Petersilie

1 MS Safran

grobes Meersalz

schwarzer Pfeffer

## Zubereitung:

Für das Carpaccio den Saft der Limette auspressen, dann mit Olivenöl und etwas Salz und Pfeffer vermengen. Die Teller damit einpinseln.

Mit einem sehr scharfen Messer feine Scheibchen vom Lachs abschneiden (dabei von der Haut lösen), und auf die Teller legen, dünn mit der Öl-Marinade bepinseln.

Für die Sauce längliche Streifen (Zesten) aus der Orangen- und Zitronenschale schneiden. Das Olivenöl in einem Topferhitzen. Karotten, Fenchel, Schalotten, Stangensellerie und Knoblauch darin anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen, den Orangensaft dazu leeren und mit Fischfond aufgießen.

Thymian, Orangen- und Zitronen-Zesten sowie den Safran

dazugeben. Bei geringer Hitze köcheln lassen, bis das Gemüse weich, aber nicht verkocht ist.

Thymianzweig und die Zitrus-Zesten entfernen.

Mit Meersalz, Petersilie und grobem schwarzem Pfeffer abschmecken. Heiß über die Lachsscheiben verteilen.

# Lachstatar

## Zutaten:

Für 4 Personen

200 g Lachsfilet, gefroren  
4 Stangen Sellerie  
1 Tomate, 100 bis 110 g  
1 mittelgroße Karotte  
1 Avocado  
1 Bund Schnittlauch  
4 EL Limettensaft  
1 EL Creme Legere  
1 EL Senf (mittelscharf)  
Piment d'Espelette  
Salz  
Pfeffer  
Zucker  
Balsamicocreme

## Zubereitung:

Den Lachs, kurz vor dem endgültigen Auftauen, mit dem Messer zunächst in feine Scheiben, dann zu Tatar schneiden. Mit Creme Legere, 2 EL Limettensaft, je einer Prise Salz, Pfeffer, Zucker und Piment d'Espelette vermischen.

Die Karotte zunächst in dünne Streifen schneiden, blanchieren und dann sehr klein würfeln.

Die Tomate häuten, entkernen und in kleine Stücke schneiden.

Den Staudensellerie in kleine Würfel schneiden.

Das Gemüse im Blender oder Mixer kurz weiter zerkleinern.

Den Schnittlauch in Röllchen schneiden.

Die Avocado in kleine Würfel schneiden, mit dem Senf, zwei EL Limettensaft, je einer Prise Salz, Pfeffer und Piment d'Espelette vermischen.

Avocadogemisch, Gemüse und Schnittlauchröllchen vermengen.

Servierringe auf die Teller setzen und, beginnend und endend mit der Gemüse-Avocadomasse, alles stapeln.

Die Ringe abziehen, nach Geschmack mit Balsamicocreme-Streifen verzieren und die 'Türmchen' servieren.



# Loup de Mer auf Basilikum-Risotto

## Zutaten:

Für 4 Personen  
120 g Risotto-Reis  
500 g Filets vom Loup de Mer  
1 Bund Basilikum  
7 EL Olivenöl  
300 ml Balsamico-Essig  
1 EL Butter  
100 g Zucker  
 $\frac{1}{2}$  TL Senf  
1 EL Sojasauce  
50 ml Rotwein  
200 ml Weißwein  
2 Zwiebeln  
 $\frac{1}{2}$  Knoblauch-Zehe, fein gewürfelt  
100 ml Sahne  
1 l Brühe  
Salz, Pfeffer  
Zitrone  
Mehl

## Zubereitung:

Zwiebeln in kleine Würfel schneiden und in 3 EL heißem Olivenöl glasig dünsten. Risotto-Reis zugeben, mit einem Schöpflöffel warmer Brühe und Weißwein angießen. Bei schwacher Hitze köcheln lassen. Unter ständigem Rühren immer etwas Brühe (insgesamt 1 l) zugeben, bis das Risotto die richtige Konsistenz, d.h. im Kern einen leichten Biss hat. Den Zucker in einem kleinen Topf karamellisieren lassen, mit Balsamico-Essig, Rotwein, Sojasauce ablösen und leicht einkochen lassen. Senf und Sahne dazugeben. 500 g Filets vom Loup de Mer mit Zitrone, Salz und etwas Pfeffer würzen und mehlieren. In 4 EL heißem Olivenöl zuerst auf der Hautseite 1 bis 2 Minuten scharf anbraten und noch mal 1 Minute auf der Fleischseite. Zur Seite stellen und ruhen lassen. Zum Schluss das Basilikum waschen, zupfen und in feine Streifen scheiden. Mit 1 EL Butter unter das Risotto rühren. Fisch auf das Risotto setzen, Balsamico-Reduktion dazu geben.

# Miesmuscheln in Weißwein

## Zutaten:

Für 4 Personen als Vorspeise  
2 kg Miesmuscheln in der Schale  
150 g Butter  
je  $\frac{1}{2}$  Tasse feingehackte Zwiebeln und Schalotten  
1 Stängel feingeschnittener Staudensellerie  
6 EL feingehackte Petersilie  
6 EL frischer Kerbel oder 1 EL zerriebener getrockneter Kerbel  
 $\frac{1}{2}$  l trockener Weißwein  
schwarzer Pfeffer

## Zubereitung:

Die Muscheln unter fließendem kaltem Wasser gründlich mit einer harten Bürste oder mit einem Topfkratzer schrubben.  
In einer schweren, 8 l fassenden Kasserolle die Butter über Mittelhitze zerlassen. Wenn sich der Schaum zu legen beginnt, fügt man Zwiebeln, Schalotten, Staudensellerie, 4 EL Petersilie und den gesamten Kerbel hinzu. Etwa 5 Minuten lang häufig rühren, bis Zwiebeln und Schalotten weich, aber noch nicht braun sind. Sorgfältig darauf achten, dass sie an keiner Stelle dunkel werden, und die Temperatur entsprechend regulieren.

Den Weißwein sowie einige Prisen Pfeffer hinein rühren und dann die Muscheln mit der Scharnierseite nach unten darin anordnen. Die Kasserolle fest zudecken und den Wein über starker Hitze zum Kochen bringen. Nun auf schwache Temperatur herunterschalten und 5 bis 7 Minuten ziehen lassen, bis sich die Muschelschalen geöffnet haben. Diejenigen, die geschlossen bleiben, wegwerfen. Die geöffneten Muscheln mit einem Schaumlöffel in eine vorgewärmte Terrine oder in große Suppentassen legen. Die Brühe durch ein feines Sieb seihen, das mit einer doppelten Lage feuchtem Mull ausgelegt ist. Mit den restlichen 2 EL Petersilie bestreuen und sofort servieren.



**Tipp:**

Beim Kauf von Muscheln, wie auch beim Kauf von Austern, muss man darauf achten, dass die Schalen fest geschlossen sind. Sollten geöffnete Muscheln dabei sein, so hält man sie kurz unter fließendes kaltes Wasser; wenn sie sich dann nicht schließen, wirft man sie weg. Ebenso müssen diejenigen Muscheln weggeworfen werden, die sich beim Kochen nicht öffnen.

Miesmuscheln werden heute im Supermarkt in Schutzgaspackungen zu einem Kilogramm verkauft. Sie sind gewaschen und geputzt aber verhältnismäßig klein. Das Anordnen mit Scharnier nach unten kann man sich dabei schenken. Man gibt sie einfach in den Sud.

# Potaufeu von Miesmuscheln

## Zutaten:

Für 4 Personen  
2 kg Miesmuscheln  
1 Knoblauchzehe  
1 Fenchelknolle mit Grün  
1 Karotte  
1 Lauch  
100 g Staudensellerie  
2 Schalotten  
20 g Butterschmalz  
1 Thymianzweig  
15 cl trockener Weißwein  
25 cl Fischfond  
30 cl Sahne  
1 MS Safranfäden  
40 g Butterwürfel  
Saft von 1 Zitrone  
Salz und Pfeffer  
2 cl Pernod  
1 Tomate, geschält, entkernt und gewürfelt  
1 TL Estragon, fein gehackt

## Zubereitung:

Muscheln putzen, Knoblauchzehe schälen. Die inneren Blätter vom Fenchel in feine Streifen schneiden, Karotte, Lauch und das Schönste vom Sellerie in Rauten schneiden, blanchieren und beiseite stellen. Reste von Fenchel und Lauch und die Schalotten zerkleinern. Muscheln im Butterfett anschützen. Das zerkleinerte Gemüse, Knoblauch und Thymian zufügen, mitschwenken. Mit Wein und Fischfond auffüllen, zugedeckt ca. 5 Minuten köcheln, bis sich die Muscheln öffnen. Muscheln herausheben, Fleisch aus den Schalen lösen. Fond durch ein Sieb gießen, etwas einkochen. Sahne und Safran unterrühren, weiter reduzieren. Bei milder Hitze Butter zufügen und einköcheln. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Pernod abschmecken.

Muscheln, Gemüse, Tomatenwürfel und Estragon in den Fond geben, erhitzen, anrichten.

# Saibling mit Wodkasauce

## Zutaten:

Für 4 Personen

4 Saiblingfilets (pro Portion  
etwa 160 g)

Butter

Salz

Pfeffer

Frischhaltefolie

## Zubereitung:

Den Backofen auf 90 Grad vorheizen. Saiblingsfilets waschen, trocken tupfen, entgräten, von der Haut befreien.

Einen großen Esssteller mit Butter bestreichen, salzen und pfeffern. Saiblingsfilets darauf geben, mit Frischhaltefolie bedecken und 18

Minuten in den Backofen geben.

In einem Topf Butter zerlaufen lassen, Nussbutter zugeben, Schalotte darin glasig andünsten, mit Weißwein ablöschen und mit Fischfond aufgießen. Limonenschale beigeben, alles aufkochen lassen. Limonenschale herausnehmen.

Mit kleinen Butterstückchen und einem Mixstab den Fond aufmontieren. Zum Schluss noch geschlagene Sahne unterheben und einen Schuss Wodka zugeben. Abschmecken mit Salz, Cayennepfeffer und Limonensaft.

Wer möchte, kann das Gericht mit einem Löffel Kaviar verfeinern.



# Seezungenfilets mit Champignons

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen  
1½ kg Seezungen- oder Schollenfilets, in gleich große, serviergerechte Stücke geschnitten  
375 g Champignons  
4 EL Butter  
2 EL Pflanzenöl  
1 EL feingehackte Zwiebeln  
 $\frac{1}{8}$  l trockener Weißwein  
1 TL Zitronensaft  
Salz  
schwarzer Pfeffer  
Wasser

## Zubereitung:

Den Backofen auf 180° vorheizen.  
Die Köpfe von 12 bis 16 Champignons abschneiden und den Rest sowie alle Stiele in Scheiben schneiden. In einer Pfanne von 15 bis 20 cm Durchmesser zerlässt man auf mäßiger Hitze 2 EL Butter mit 1 EL Öl. Man schwenkt die ganzen Champignonköpfe 1 oder 2 Minuten in dem heißen Fett, bis sie leicht gebräunt sind, dann stellt man sie in der Pfanne beiseite.

In einer Pfanne von 20 bis 25 cm Durchmesser zerlässt man auf mäßiger Hitze 2 EL Butter mit 1 EL

Pflanzenöl. Die in Scheiben geschnittenen Champignons dazugeben und unter ständigem Rühren 2 Minuten dünsten. Die Schalotten zufügen, 1 Minute dünsten und den Zitronensaft zugießen.

Man buttert ein flaches, feuerfestes Geschirr, das groß genug ist, die Filets in einer Lage aufzunehmen, gut aus und legt die Filets nebeneinander hinein, wobei man sie einmal zusammen-faltet, wenn sie weniger als 6 mm dick sind. Salzen, pfeffern und die Champignon-Schalottenmischung über den Filets verteilen. Man gießt den Wein und so viel Wasser zu, dass es knapp bis zur Oberseite der Fische reicht. Auf der Herdplatte vorsichtig bis zum Siedepunkt erhitzen, mit gebuttertem Pergamentpapier bedecken und dann auf

dem mittleren Einschub des Backofens 8 bis 10 Minuten garen, bis die Filets gerade fest sind, wenn man auf sie drückt.

Aus dem Ofen nehmen und das Pergamentpapier entfernen. Vorsichtig schöpft man die Flüssigkeit aus dem Geschirr und siebt sie in eine Sauteuse. Das feuerfeste Geschirr stellt man lose zugedeckt zur Seite, um den Fisch warm zu halten.

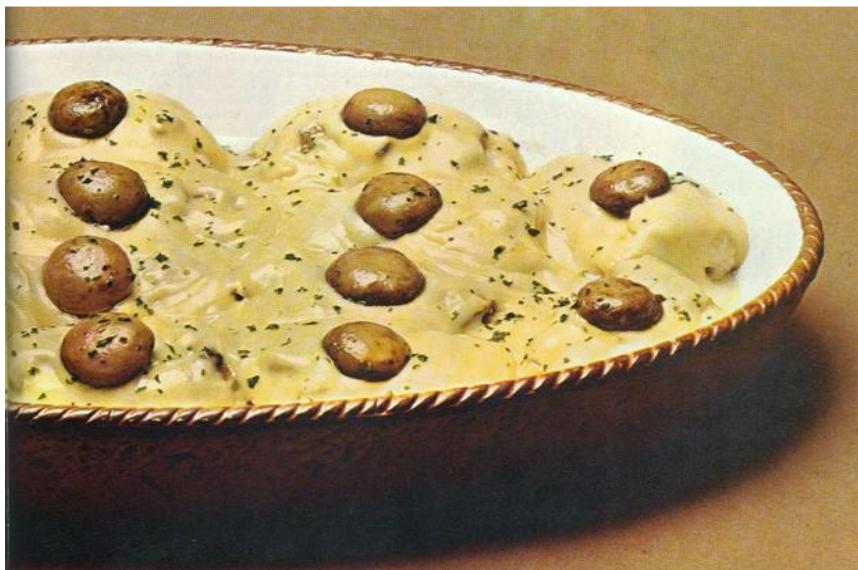
Die Pochierflüssigkeit kocht man auf großer Flamme, bis sie zu 1 Tasse eingekocht ist. Sie wird zur Zubereitung der Sahnesauce benötigt.

Unmittelbar vor dem Servieren erhitzt man die Champignonköpfe. Alle Flüssigkeit abnehmen, die sich in dem feuerfesten Geschirr gesammelt hat.

Den Fisch mit der Sauce überziehen und die Champignonköpfe drauf verteilen. Sofort servieren.

### Tipp:

Das Rezept für die erwähnte Sahnesauce ist unter Saucen zu finden.



# Spargel mit mariniertem Thunfisch

## Zutaten:

Für 4 Personen:

24 Stangen Spargel (1a Qualität)

Salz

Zucker

etwas Butter

Zitrone

4 Scheiben roher Thunfisch

Thunfisch-Marinade (Marinierzeit 20 Minuten):

1 EL Sojasauce

1/2 Limette

3 EL Sesamöl

1 Spritzer Sherry

etwas Zucker, Meersalz, Pfeffer

Gemüsevinaigrette:

10 halbierte Kapern

1 kleine Schalotte in feinen Würfeln

5 schwarze Oliven in kleinen Würfeln

1 EL geschälte Gartengurke in kleinen Würfeln

1 Tomate in kleinen Würfeln

1 hart gekochtes Ei

1 Msp. Senf

8 cl bestes Olivenöl

1/2 Teelöffel Nussöl

Salz

Pfeffer

Kräuter (Petersilie, Kerbel, Schnittlauch, Koriander)

Zitronensaft

## Zubereitung:

Spargelwasser mit Salz, Zucker, nussgroßem Stück Butter aufstellen. Spargel schälen, in Zitronenwasser legen.

Für die Thunfischmarinade Sojasauce, Limettensaft, Sesamöl, Sherry und etwas Zucker vermischen. Mit Meersalz und Pfeffer abschmecken.

Thunfisch auf beiden Seiten mit Marinade bestreichen, mit Folie abdecken, 20 Minuten kalt stellen. Vinaigrette-Zutaten (Kapern, Schalotten,- Oliven,- Gurken,- Tomatenwürfel) in eine Schüssel geben. Ei schälen, Eiweiß und Eigelb getrennt hacken, dazu geben, alles vermengen. Mit Senf, Oliven- und Nussöl, Salz und Pfeffer abschmecken. Gezupfte Kräuter untermischen. Einige Stunden ziehen lassen.

Spargel knackig mit Biss abkochen, kurz in Eiswasser abschrecken, trockentupfen und noch lauwarm mit der Gemüsevinaigrette marinieren.

Auf Teller anrichten: Spargel in die Mitte setzen, mit der Vinaigrette beträufeln, marinierten Thunfisch anlegen.

Mit Kopfsalatherzen und Kräutern ausgarnieren.



# Steinbutt in Milchsud

## Zutaten:

Für 4 Personen  
1 Steinbutt (bis 1kg)  
1 l Wasser  
1 l Milch  
1 Zitrone  
1 kleinen Zwiebel  
6 Pfefferkörner  
1 Lorbeerblatt  
100 g Champignons  
2 EL Pommery-Senf  
200 g feinste Tafelbutter

## Zubereitung:

Milchsud aus 1 l Wasser, 1 l Milch, 1 in Scheiben geschnittenen Zitrone ohne Schale, Haut und Kerne, 1 kleinen weißen, geschälten, halbierten und in Scheiben geschnittenen Zwiebel, 1 kleinem Lorbeerblatt, 6 zerdrückten Pfefferkörnern, reichlich Salz sowie 100 g in Scheiben geschnittenen Champignons aufkochen lassen.

Anschließend 2 bis 4 dicke Scheiben aus dem Mittelstück des Steinbutts

an der Gräte ä ca. 250 g darin einlegen und ca. 10 Minuten lang pochieren, ca. 5 Minuten auf den Garpunkt nachziehen lassen, aber nicht kochen.

Steinbutt herausnehmen, auf eine Stoffserviette legen und mit einer zweiten Serviette abdecken (damit der Fisch abtropfen kann und nicht der ganze Sud auf dem Teller ist).

In der Zwischenzeit ca. 200 g feinste Tafelbutter hellbraun aufschäumen lassen, 1 bis 2 EL Pommery-Senf einrühren.

Haut des Steinbutts auf beiden Seiten entfernen, Fisch auf heißem Teller anrichten, mit der heißen, schäumenden Butter beträufeln.

## Tipp:

Dazu kann man Dampfkartoffeln und Blattspinat servieren.

# Steinbutt mit Tomaten

## Zutaten:

Für 4 Personen:

4 gleichmäßig große Steinbuttfillets (à ca. 140 g)  
4 vollreife Tomaten  
1 mittelgroße rote Zwiebel  
4 Schalotten (ca. 60 g)  
150 g weiße Champignons  
30 g Butter  
50 cl Weißwein  
50 cl Fischfond  
Salz  
Pfeffer  
1 Prise Zucker  
1 Estragonzweig, gewaschen und abgezupft  
100 g Butter  
Zitronensaft  
20 g Butter für Champignons

## Zubereitung:

Tomaten waschen, am Stielansatz kreuzweise einschneiden, überbrühen, kalt abschrecken, Haut abziehen, vierteln, entkernen, und in  $\frac{1}{2}$  cm große Stücke schneiden.

Fischfond zubereiten, passieren.

Geschälte Zwiebel und Schalotte in feine Würfel schneiden.

Champignons putzen und mit einem feuchten Tuch sauber reiben.

In einer runden Reine 30 g Butter hell aufschäumen lassen, Zwiebel- und Schalottenwürfel beigeben und ganz langsam glasig dünsten. Mit Weißwein ablöschen, komplett einköcheln lassen. Fischfond beigeben, fast ganz einkochen lassen. Die Tomatenwürfel sowie den Estragonstängel ohne Blätter beigeben, salzen, pfeffern, eine Prise Zucker und

suppig einköcheln.

Gewürzte Steinbuttfillets einlegen (mit der schönen Seite nach unten), mit gebutterter Alufolie abdecken, Deckel darauf geben und bei 180 °C im vorgeheizten Rohr fünf Minuten gar ziehen lassen.

Mit Hilfe einer Palette den Fisch aus der Pfanne nehmen, mit Folie abdecken, warm stellen. Flüssigkeit fast zur Hälfte einkochen lassen, den Estragonstängel entfernen und 100 g in Würfel geschnitten kalte Butter nach und nach beigeben, binden lassen, mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft korrigieren.

Nun den Steinbutt mitsamt der ausgetretenen Flüssigkeit in die Sauce geben, ohne kochen zu lassen, warm schwenken.

Champignons in nicht zu dünne Scheiben schneiden, kurz in 20 g Butter ohne Farbe anschwitzen, salzen, etwas Zitronensaft darüber geben. Estragonblätter klein schneiden, beigeben. Fisch auf heißen Tellern anrichten Champignons zum Steinbutt geben. und mit der Sauce übergießen. Dazu einen lockeren Duftreis reichen.

**Tipp:**

Den Fond kann man kaufen oder selbst anfertigen, indem man sich vom Fischhändler die Gräten des Steinbutts mitgeben lässt und diese auskocht.



# Zanderfilet auf Rahmsauerkraut

## Zutaten:

Für zwei Personen  
100 g geräucherter durchwachsener Speck  
4 Stück Zanderfilet a 150 g  
100 g Weißbrotwürfel  
75 g Butter  
Salz Pfeffer  
Für das Rahmsauerkraut:  
50 g Gänsefett  
50 g gehackte Schalotten  
150 g süße Sahne  
200 g gewaschenes, abgetropftes Sauerkraut  
3 Wacholderbeeren  
1 Lorbeerblatt  
Salz Pfeffer

## Zubereitung:

Das Gänsefett zerlassen und die gehackten Schalotten darin andünsten.  
Die Sahne dazugeben und aufkochen lassen.  
Das Sauerkraut und die Wacholderbeeren zufügen, leicht mit Salz und Pfeffer würzen und etwas einkochen lassen.  
Den geräucherten Speck fein würfeln und in einer Pfanne ausbraten.  
Das Zanderfilet leicht mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen und in dem ausgebratenen Speck von jeder Seite ca. 1½ Minuten braten.  
Nebenbei die Brotwürfel in zerlassener Butter goldbraun anrösten.

Das Sauerkraut auf vorgewärmten Tellern anrichten, vorher das Lorbeerblatt entfernen, das Zanderfilet darauflegen und mit den Speck- und Brotwürfeln bestreut servieren.

Dazu passen kleine neue Kartoffeln, gepellt und in Butter geschwenkt oder als Salzkartoffeln.

## Tipp:

Zusätzlich etwas Sahnesauce bereithalten.



# Geflügel



	Seite
Entenbrustfilet mit Orangensauce	110
Gänsebraten	111
Gänse-Rillettes	112
Hähnchenbrust mit Zimtsabayon	113
Hähnchenfilet mit Kiwi und Gurke	114
Hähnchenpilav mit Safran	115
Hühnerklein	117
Paprikahähnchen	118
Riesling-Gockel	120
Zitronenhuhn mit Knoblauch	122

# Entenbrustfilet mit Orangensauce

## Zutaten:

Für 4 Personen  
4 Entenbrustfilets  
2 TL Butter  
10 Schalotten  
1 TL Honig, flüssig  
4 cl Cointreau  
125 ml Geflügelbrühe oder Entenfond  
125 ml Orangensaft, frisch gepresst  
Schale einer  $\frac{1}{2}$  Orange, mit dem Sparschäler schälen und dann in sehr feine Streifen geschnitten  
Salz und Pfeffer  
Basilikum

## Zubereitung:

Butter zerlassen und Schalotten (möglichst kleine) darin anschwitzen. Den Honig dazugeben und leicht karamellisieren lassen. Mit Cointreau ablöschen und warten, bis der Alkohol verdunstet ist. Mit Brühe, Orangensaft und der Orangenschale auffüllen, köcheln lassen und Flüssigkeit ein wenig reduzieren.

Entenbrust auf der Fettseite rautenförmig einschneiden. Mit Meersalz und Pfeffer von beiden Seiten würzen und in die heiße Pfanne. Erst mit der

Fettseite nach unten scharf anbraten (weitere Fettzugabe nicht erforderlich). Nach ca. 6-8 Minuten wenden und so lange braten, bis das Fleisch vollständig warm ist (KT 58°-60°). Entenbrust sollte im Gegensatz zu anderem Geflügel etwas rosa sein.

Die Sauce währenddessen vorsichtig mit Salz und Pfeffer abschmecken und leicht binden - mit Stärke oder eiskalter Butter.

Dazu eignet sich Rosenkohl, Kroketten oder Kartoffelgratin.

# Gänsebraten

## Zutaten:

Für 4 Personen

1 Gans, ca. 3 bis 3,5 Kg

1 l heißes Wasser

$\frac{1}{4}$  l Salzwasser

4 Zwiebeln

3 Äpfel

Salz

Pfeffer

## Zubereitung:

Die Gans waschen, säubern und evtl. restliche Federreste mit der Pinzette entfernen. Die Gans von innen und außen salzen, innen mit Pfeffer bestreuen und mit der Brustseite nach oben auf ein tiefes Backblech oder in eine Bräter legen.

Zwiebeln und Äpfel vierteln und in die Gans stopfen. Mit Zahnstochern und

Küchengarn die Öffnung verschließen.

Das heiße Wasser wird in die Fettpfanne gegeben.

Im Umluftofen bei 160°C ca. 3 Stunden braten. Nach einer Stunde im Abstand von 15 bis 20 Minuten mit dem Bratensatz übergießen.

10 Minuten vor Bratende mit Salzwasser bepinseln.



# Gänse-Rillettes

## Zutaten:

2 Gänsekeulen  
2 Flügel (oder entsprechend viel Karkassenabfälle)  
250 g Gängeschmalz  
1 Bund frischen Thymian  
Salz  
Pfeffer

## Zubereitung:

Das Fleisch mit Gänselfond (Hühner-brühe geht auch) bedeckt aufkochen und anfangs mehrmals abschäumen.

Ohne Deckel 2 Stunden schwach kochen.

Danach die Brühe durchsieben und auf  $\frac{1}{4}$  Liter einkochen.

Das Fleisch von den Knochen zupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in der Brühe über Nacht ziehen lassen.

Den gehackten Thymian in das zerlassene Gängeschmalz rühren, das abgetropfte Fleisch dazugeben und in einer zum Servieren geeigneten Form erkalten lassen.

## Tipp:

Statt Thymian kann man auch mit frischem Majoran würzen.



# Hähnchenbrust mit Zimtsabayon

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen

500 ml Wasser

3 EL Eisenkraut

4 Hähnchenbrüste

Zimtstange

200 ml Weißwein

4 Eigelbe

4 mittelgroßen Zucchini

30 g Butter

2 EL rosa Pfeffer

Salz und Pfeffer

## Zubereitung:

500 ml Wasser in einem Dämpfer erhitzen und 3 EL Eisenkraut ca. 2 Minuten mit kochen. 4 Hähnchenbrüste in den Dampfeinsatz legen und über dem Sud 10 Minuten leicht köchelnd andampfen. Warm stellen. Für die Sauce  $\frac{1}{8}$ l von der Brühe mit einer Zimtstange zur Hälfte einreduzieren. 200 ml Weißwein dazu gießen und nochmals einreduzieren lassen. Die Zimtstange herausnehmen. Mit einem Schneebesen 4 Ei-

gelbe über dem Wasserbad mit einem Teil der Brühemischung zu einer Sabayon aufschlagen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Äußere von 4 mittelgroßen Zucchini mit einem Zestenschneider spaghettiartig in feinen Streifen schneiden. Kurz in 30 g Butter anschwitzen, salzen und pfeffern. Die Hähnchenbrüste auf den Zucchini-Spaghetti anrichten und mit der Sauce übergießen. Mit 2 EL rosa Pfeffer bestreuen.

Ein superleichtes Gericht!

# Hähnchenfilet mit Kiwi und Gurke

## Zutaten:

Für 4 Personen  
400 g Hähnchenbrustfilet  
2 EL Zitronensaft  
1 EL Sojasauce (salzig)  
 $\frac{1}{8}$  l + 2 EL Sonnenblumenöl  
Saft und Abrieb von einer Limette  
1 TL Dijonsenf  
1 $\frac{1}{2}$  TL Curry  
1 Eigelb  
2 EL süße Sahne  
Salz  
Zucker  
500-600 g Salatgurke  
4 Kiwis  
1 Tablett Küchenkresse

## Zubereitung:

Die Filets in Zitronensaft und Sojasauce eine Stunde marinieren.  
In 2 EL Öl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 4 Minuten anbraten.  
In Aluminium-Folie einschlagen und rasten lassen.  
Die Gurke schälen, längs halbieren und mit einem Teelöffel die Kerne mit Flüssigkeit entfernen. In 3 mm dicke Halbmonde schneiden.  
Die Kiwis schälen, längs halbieren und in 3 mm dicke Scheiben schneiden.  
Aus Eigelb, Limettenabrieb und Limettensaft, Senf und Curry und unter Hinzufügen des Öls in dünnem Strahl, mit dem Rührgerät eine

Mayonnaise herstellen. Wenn gewünscht, mit Cayenne die Schärfe erhöhen.

Gurken- und Kiwischeiben abwechselnd ziegelartig im Halbkreis auf Tellern anordnen.

Die Filets auspacken und in schräge, 1 cm dicke Streifen schneiden. Auf der anderen Tellerhälfte platzieren.

Die Flüssigkeit aus der Alufolie und die Sahne in die Mayonnaise rühren und diese über das Fleisch verteilen.

Alles reichlich mit Kresse bestreuen.

Dazu isst man vorzugsweise Baguette.

# Hähnchenpilav mit Safran

## Zutaten:

Für 4 bis 5 Personen

500 g Hähnchenbrustfilet,  
in ca. 2x1 cm große Stücke  
geschnitten

200 g griechischer Joghurt  
Saft von 1/2 Zitrone

1/4 TL gemahlener Zimt

1/2 TL Safranfäden

1 l Hühnerbrühe

15 g Butter

2-3 EL Erdnussöl (falls  
erforderlich, etwas mehr)

500 g Basmatireis

3-4 Kardamomkapseln,  
Schale leicht zerdrückt  
Saft und abgeriebene

Schale von einer un-  
behandelten Zitrone

50 g Cashewkerne

50 g gehobelte Mandeln

25 g Pinienkerne

3-4 EL geschälte Pistazien,  
grob gehackt

1 kleines Bund frische Pe-  
tersilie, gehackt

## Zubereitung:

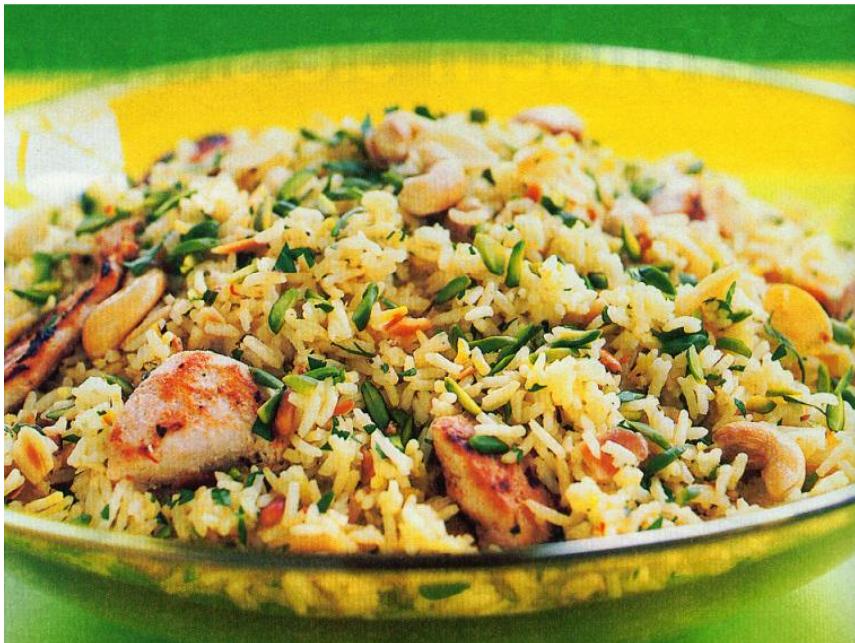
Joghurt, Zitronensaft und Zimt zu einer Marinade verrühren, die Fleischstücke hinein geben und ca. 1 Stunde darin ziehen lassen. Die Safranfäden in der Hühnerbrühe einweichen. In einem großen Topf Butter mit 1 EL Erdnussöl bei mittlerer Hitze zerlassen. Den Reis hinein geben und unter Rühren glasig werden lassen. Safran-Brühe, Kardamom, Zitronensaft und Zitronenschale hinzufügen. Alles aufkochen lassen, dann zugedeckt bei sehr schwacher Hitze 10 bis 15 Minuten köcheln lassen, bis der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat und gar ist.

Während der Reis gart, das Hühnerfleisch mitsamt der Marinade in ein Sieb abgießen und gut abtropfen lassen. Den restlichen Esslöffel Erdnussöl (mehr, falls erforderlich) in einer Pfanne erhitzen. Die Fleischstücke in kleinen Portionen hinein geben, Farbe annehmen lassen. Fertiggebratene Fleischstücke

in eine Schüssel geben und beiseite stellen.

Den gegarten Reis vom Herd nehmen. Die gebräunten Hähnchenstücke mit einer Gabel unterheben. Cashews, Mandelblättchen und

Pinienkerne bei mittlerer Hitze ohne zusätzliches Fett hellbraun rösten. Mit der gehackten Petersilie zum Reis geben. Den Pilaw auf eine Platte geben und mit den grünen Pistaziensplittern bestreuen.



### Tipp:

Zu diesem Gericht schmeckt eine arabisch gewürzte Joghurtsauce: Schlagen Sie Vollmilchjoghurt mit dem Schneebesen cremig, und würzen Sie ihn nach Belieben mit frischer, gehackter Minze, einem Spritzer Limettensaft, eventuell etwas Kreuzkümmel und Pfeffer und ganz wenig Salz.

# Hühnerklein

## Zutaten:

Für 4 Personen

100 g Hühneroberkeulenfleisch

100 g Hühnerherzen

100 g Hühnerleber

16 Staudensellerieblätter, jung, gelb

4 EL Kniabohnen

8 kernlose Trauben

$\frac{1}{2}$  TL Szechuanpfeffer, fein gemörser

6 cl PX Sherry (aus der Pedro-Ximenz-Traube)

6 cl Reisessig (Mirin)

Mondamin fix dunkel

Pflanzenöl

Salz

## Zubereitung:

Das Hühneroberkeulenfleisch, von Haut und Knochen befreien und vierteln. Die Hühnerherzen halbieren, von Sehnen und Adern befreien. Die Hühnerleber putzen, von Sehnen befreien.

Trauben in Scheiben, Staudensellerieblätter grob schneiden.

Die Kniabohnen 3 Min. blanchieren und in feine Scheiben schneiden.

In einer Teflonpfanne mit etwas Pflanzenöl jedes Produkt einzeln scharf anbraten, angefangen mit dem Keulenfleisch, dann die Herzen und zum Schluss die Leber. Alle angebratenen Teile zusammen in eine Schüssel geben. Die Pfanne weiter verwenden. Den Szechuanpfeffer bei mittlerer Hitze in dem Bratfett für 3 Minuten anschwitzen, mit Sherry und Reisessig ablöschen. Mit Salz abschmecken und mit Mondamin leicht binden. Die Hühnerteile hinzugeben, einmal aufkochen. Auf 4 tiefe Teller verteilen und je Teller mit den Trauben, Staudensellerieblätter und Kniabohnen garnieren.

# Paprikahähnchen

## Zutaten:

Für 4 Personen  
*Ein 1½ kg schweres Brathähnchen  
2 EL Schmalz  
1 Tasse feingewürfelte Zwiebeln  
½ TL feingehackter Knoblauch  
1½ EL ungarischer Edelsüßpaprika  
1 Tasse Hühnerfond  
2 EL Mehl  
1½ Tassen saure Sahne  
Salz*

## Zubereitung:

Das Hähnchen in Teile schneiden, trockentupfen und salzen.  
In einer großen Deckelpfanne oder Bräter das Schmalz auslassen und die Hähnchenteile darin goldbraun anbraten. Sie herausheben und auf einer Platte beiseite stellen.  
Das Schmalz, bis auf eine dünne Schicht, aus der Pfanne gießen. In dem Rest werden die Zwiebeln angebraten. Für zwei Min. den Knoblauch mit braten.

Dann die Pfanne vom Herd nehmen, den Paprika hinein rühren, mit Fond aufgießen und zum Kochen bringen. Alle Bratreste von der Pfanne kratzen und einrühren.  
Die Hähnchenteile in die Pfanne zurückgeben und zugedeckt ca. 20 bis 30 Min. bei schwacher Hitze schmoren.

Die Teile nochmals herausnehmen. In der sauren Sahne das Mehl verquirlen und in die Pfanne gießen. Nach 6 bis 8 Min., wenn die Soße etwas eingedickt ist, die Hähnchenteile endgültig hineingeben und noch 3 bis 4 Min. mit dünsten.



**Tipp:**

Als Beilage eignen sich Reis, Kartoffeln, Bandnudeln oder Spätzle und dazu ein Grüner Salat.

Statt eines ganzen Hähnchens eignen sich auch nur die Hinterkeulen, sie sind dazu besser aufzuteilen.



# Riesling-Gockel

## Zutaten:

Für 4 Personen  
1 Hähnchen,  
Salz,  
Pfeffer,  
etwas Mehl,  
100 g Butter,  
etwas Distelöl,  
 $\frac{1}{2}$  Stange Lauch,  
1 Stange Staudensellerie,  
4 Schalotten,  
4-5 Champignons,  
200 ml Riesling,  
0,5 l Geflügelfond,  
1 kl. Bund glatte Petersilie,  
250 g Sahne,  
Saft  $\frac{1}{2}$  Zitrone,  
1 EL geschlagene Sahne,

## Zubereitung:

Hähnchen zerteilen, salzen, pfeffern, mehlieren, Teile mit Haut nach unten in 1 EL Butter und etwas Öl angehen lassen. Wenden, noch mal 5 Min. garen. Grobe Lauch- und Selleriestücke sowie 3 gewürfelte Schalotten und die Champignons zugeben, 5 Min. mitschwitzen. Mit Wein ablösen, fast vollständig reduzieren. Fond angießen. Abgedeckt bei mittlerer Hitze 10 Min.

köcheln lassen.

Hähnchenbrüste herausnehmen, warm stellen, Keulen weitere 15 Min. garen. Verbliebene Schalotte schälen, würfeln. Petersilie waschen, trocken schleudern, fein hacken. Keulen herausnehmen, Sauce passieren, stark einkochen. Sahne zugeben, mit Salz, Zitrone abschmecken. Sauce aufmixen, geschlagene Sahne unterziehen.

Egerlinge in aufgeschäumter Butter anschwitzen, salzen, pfeffern, Schalotte zugeben, mit





Petersilie bestreuen, kurz angehen lassen. Pilz-Kräuter-Mischung auf Küchenpapier abtropfen lassen, zur Sauce geben.  
Hähnchenteile mit Sauce begossen servieren.  
Als Beilage: Weißbrot und gemischter Salat.

# Zitronenhuhn mit Knoblauch

## Zutaten:

Für 4 Personen  
2 EL Olivenöl  
Hähnchenflügel, -schenkel und -brust mit Haut (von etwa zwei Hähnchen)  
20 Knoblauchzehen  
1 Glas trockener Weißwein abgeriebene Schale von 2 Bio-Zitronen  
Saft von 1 Zitrone  
1 Thymianzweig  
2 Lorbeerblätter  
Meersalz  
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer  
500 ml Hühnerfond  
20 Blätter von glatter Petersilie, grob gehackt  
frisches Baguette

## Zubereitung:

Einen schweren Schmortopf bei mittlerer Temperatur erhitzen. Öl und Hähnchenteile mit der Hautseite nach unten hinein geben, so dass der Topfboden bedeckt ist. Passen die Teile nicht nebeneinander in den Topf, sollten sie in zwei Portionen gegart werden. Die Teile auf jeder Seite etwa 4 Minuten braten, bis sie goldbraun sind.

Überschüssiges Öl abgießen. Knoblauchzehen hinzu fügen, dann den Wein dazugeben und 2 Minuten einkochen lassen.

Zitronenschale, Zitronensaft, Thymian und Lorbeerblätter hinzu fügen. Topfinhalt großzügig salzen und pfeffern, Fond dazugeben. Die Zutaten zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten köcheln lassen.

Das Hähnchenfleisch mit einem kleinen spitzen Messer direkt am Knochen einstechen, um eine Garprobe zu machen. Wenn klarer Saft austritt, ist es durch. Ist der Saft rosa, muss es noch etwas garen.

Das Gericht probieren und, falls nötig, noch salzen und pfeffern. Lorbeerblätter und Thymianzweig entfernen. In einer Schüssel anrichten und mit der Petersilie bestreuen.

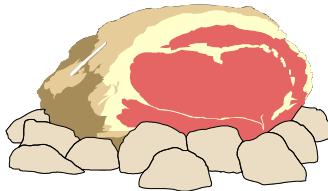
Das Baguette in Scheiben schneiden und toasten, in einer Schale zum Hähnchen reichen. Die weichen Knoblauchzehen werden zum

Essen auf eine Scheibe Baguette gedrückt. Mit dem Brot kann auch die Sauce aufgenommen werden.





# Fleischgerichte



	Seite
„Boarischer“ Schweinsbraten	127
Boeuf Stroganoff	129
Gefüllte Kalbsröllchen	130
Gefüllte Paprika	131
Gekochtes Rindfleisch	133
Geschmorte Kaninchenkeulen	134
Geschmortes Zicklein	135
Hirschgulasch	136
Kalbskotelett mit Apfel und Calvadossauce	138
Kaninchen	140
Königsberger Klopse	142
Lamm-Navarin	144
Lammschulter	145
Piccata	147
Poutine aus Quebec	148

<b>Rehrücken</b>	<b>149</b>
<b>Rinder Tataki</b>	<b>151</b>
<b>Schweinekrustenbraten asiatisch</b>	<b>153</b>
<b>Tafelspitz mit Dillsauce</b>	<b>154</b>
<b>Tagliata di Manzo</b>	<b>155</b>
<b>Vitello Tonnato</b>	<b>156</b>
<b>Wiener Schnitzel</b>	<b>158</b>
<b>Züricher Geschnetzeltes</b>	<b>160</b>
<b>Zwiebelrostbraten</b>	<b>161</b>

# „Boarischer“ Schweinsbraten

## Zutaten:

Für 4 bis 6 Personen

Das Röstgemüse:

*4 Karotten grob gewürfelt*

*1 Petersilienwurzel grob gewürfelt*

*$\frac{1}{4}$  Sellerie grob gewürfelt*

*6 Zwiebeln grob gewürfelt*

Der Braten:

*1,7 kg dicke Schweineschulter*

*1 kg Schweineknochen, gehackt*

*3 Knoblauchzehen*

*$\frac{1}{4}$  l Rapsöl*

*1 El Kümmel*

*1 Tl schwarzen Pfeffer,*

## Zubereitung:

Das Backrohr auf 180° vorheizen. Die Schweineschulter, vom Metzger zugeschnitten, mit der Schwarze nach unten in ein passendes Bratreind'l, mit 1 cm kochendem Wasser gefüllt, legen. In das Backrohr schieben, die Temperatur auf 145° reduzieren und 20 Min. dünsten lassen, das „Bradei“ heraus nehmen. Den Fond in ein Gefäß füllen und beiseite stellen.

Mit einem scharfen Messer die Schwarze vom Brad'l quer zur Fleischfaserung bis in die Fettschicht alle  $\frac{1}{2}$  cm einritzen (zisilieren). Danach das Bratenstück mit Konblauchohl aus den Knoblauchzehen und  $\frac{1}{8}$  l Rapsöl mit dem Pürierstab fein püriert, einstreichen und mit Kümmel, schwarzem Pfeffer und  $\frac{1}{2}$  El Salz würzen und gut einreiben.

Schweineknochen (vom Metzger für die Soße gehackt) in das Reind'l legen,

das gewürzte Brad'l mit der Schwarze nach oben auf das Knochenbett legen und 1 Stunde ins Backrohr (mit 145°) schieben. Danach den Bratensaft zum Dunst-Fond abgießen, die Knochen in einen Topf mit  $\frac{1}{8}$  l



Rapsöl geben.

Den Schweinsbraten bis 75° Kerntemperatur weiterbraten.

In der Zwischenzeit die Soßenknochen nussbraun anrösten, die Hälfte vom Röstgemüse beigeben und auch nussbraun anrösten. Den Soßenansatz mit  $\frac{1}{4}$ l kaltem Wasser ablöschen und wieder einreduzieren lassen, dabei gut durchrühren und nicht anbrennen lassen. Wenn der Soßenansatz vier Mal abgelöscht und wieder einreduziert ist, mit 1,5l kaltem Wasser und dem Bratensaft/Dünst-Fond auffüllen, abschäumen und  $\frac{1}{2}$  Stunde köcheln lassen, danach das restliche Röstgemüse beigeben und eine weitere  $\frac{1}{2}$  Stunde köcheln lassen, mit  $\frac{1}{2}$ El Stärkemehl, mit etwas Wasser angerührt, leicht binden, mit etwa  $\frac{1}{2}$ El Salz abschmecken und durch ein feines Sieb zum Fertigstellen passieren.

Es sollen etwa 1,5l nussbraune Bratensoße mit feinem, würzigen Geschmacksbild entstehen.

Wenn der Schweinsbraten eine Kerntemperatur von 75° erreicht hat, wird die Temperatur zum Farbe geben bzw. für die Kruste auf 230° erhöht.

In den nächsten 10 bis 15 Min. soll eine Kruste entstehen, die knusperig zart aufgehen und nicht zu dunkel werden soll, also schön aufpassen.

Danach den Schweinekrustenbraten im abgekühlten Backrohr etwa 10 Min. ruhen bzw. entspannen lassen.

Den Braten quer zur Fleischfaser in den Zisilierungen in nicht zu dicke Scheiben schneiden schön soßiert mit einem Semmelknödel auf heiße Teller anrichten, mit gehackter Petersilie oder mit fein geschnittenen Schnittlauch bestreuen und servieren.

Dazu passen Sauerkraut oder ein Krautsalat.

# Boeuf Stroganoff

## Zutaten:

Für 4 Personen  
600 g Rinderfilet  
2 m.-große Zwiebel(n)  
200 g Champignons  
4 m.-große Gewürzgurke(n)  
20 g Butterschmalz  
Salz und Pfeffer, weiß  
2 EL Mehl  
250 ml Fleischbrühe (Rindessa)  
250 g Schmand  
3 EL Senf, mittelscharf  
1 Prise Zucker  
Petersilie

## Zubereitung:

Filet in feine Streifen schneiden, Zwiebeln würfeln, Champignons blättrig und Gurken in Streifen schneiden.  
Die Filetstreifen portionsweise im heißen Fett anbraten, würzen und herausnehmen.  
Zwiebeln und Pilze im Bratfett leicht anbraten und herausnehmen.  
Die Reste in der Pfanne mit Brühe ablöschen und kurz aufkochen lassen.  
Mehl mit Schmand verquirlen

und mit dem Besen in die Brühe einrühren.

Nochmals zu Köcheln bringen und etwas eindicken. Senf einrühren.

Fleisch, Gurkenstreifen, Zwiebeln und Champignons zufügen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Mit Petersilie garnieren.



# Gefüllte Kalbsröllchen

## Zutaten:

Für 4 Personen

16 dünne Scheiben aus dem  
Kalbsrücken à 40 g  
1 weiße Zwiebel  
5 EL Butter  
100 g Champignons  
100 g gekochter Hinter-  
schinken  
2 Scheiben Weizentoast  
 $\frac{1}{2}$  Bund Petersilie  
150 g Bratwurstbrät  
(Nürnberger)  
1 Eigelb  
2 EL Crème fraîche  
Salz, Pfeffer  
Muskatnuss  
2 EL Öl

## Zubereitung:

Backofen auf 100 °C vorheizen.  
Zwiebel schälen, in feine Würfel  
schneiden und mit 1 EL Butter gla-  
sig anschwitzen. Champignons put-  
zen, mit dem Schinken würfeln, zu  
den Zwiebeln geben, anbraten und  
zur Seite stellen.

Toastbrot ebenfalls in kleine Wür-  
fel schneiden, in 1 EL Butter zu  
Croutons braten, herausnehmen und  
zur Seite stellen.

Petersilie waschen, trocken tupfen  
und fein hacken. Das Bratwurstbrät  
aus dem Darm drücken, mit Eigelb,  
Crème fraîche, Petersilie, Pilzmi-  
schung und Croutons gut vermi-  
schen, mit Salz, Pfeffer und frisch  
geriebener Muskatnuss abschme-  
cken.

Die Kalbsscheiben ausbreiten und mit der Füllung bestreichen.  
Zusammenrollen, mit einem Zahnstocher verschließen, salzen und  
pfeffern. In der restlichen Butter und 2 EL Öl von allen Seiten an-  
braten, herausnehmen und im Backofen etwa fünf Minuten ziehen  
lassen. Die Kalbsröllchen aus dem Ofen nehmen und aufschneiden.

# Gefüllte Paprika

## Zutaten:

Für 4 Personen

6 mittelgroße Gemüsepaprika (rot, gelb, grün)

500 g Hackfleisch (Kalb und Schwein)

1 Gemüsezwiebel in Würfeln

1 Knoblauchzehe, fein gehackt

50 g Butter

1 Bund Petersilie, gehackt

100 g Langkornreis

2 Eier

80 g Öl

1 l Gemüsebrühe

500 g Dosentomaten

3 frische Tomaten

50 g Jus (Fleischbrühe)

50 g Sahne

Majoran, Salz, Pfeffer, Muskat, Zitronenzeste, Tabasco, Zucker

in heißem Öl rundherum braun anbraten, anschließend mit Gemüsebrühe, den Dosentomaten und den gewürfelten frischen Tomaten auffüllen. Etwa 30 bis 40 Minuten langsam schmoren. Fertige Paprika aus der Sauce nehmen, Sauce noch etwas ein-

## Zubereitung:

Paprika-Deckel auf der Stielseite abschneiden, Paprika entkernen. Für die Füllung fein geschnittene Zwiebel- und Knoblauchwürfel in Butter glasig schwitzen, gehackte Petersilie und etwas Majoran ebenfalls kurz mit angehen lassen, zur Hackfleischmischung geben. Reis waschen, abtropfen lassen, dazugeben, ebenso Eier. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronenzeste würzen. Paprika damit füllen und die Deckel mit Zahnstochern befestigen. Jetzt die Schoten



kochen lassen, Salz, Tabasco, Zucker und etwas Sahne und Jus zugeben, aufkochen und durch ein feines Sieb passieren. Die Paprika wieder einlegen.



# Gekochtes Rindfleisch

## Zutaten:

Für 4 bis 6 Personen:

*1½ kg zartes Rindfleisch ohne Knochen in einem Stück (Bug, Hüfte oder Schwanzstück)*  
*1 l ausgekühlte Rindsbrühe*  
*1 TL Salz*  
*50 g Butter*  
*300 g Zwiebeln*  
*1 Pastinake (ersatzweise Petersilienwurzel)*  
*3 Mohrrüben*  
*1 große Selleriekholle*  
*1 Stange Lauch, von allem Grün befreit*  
*4 Stängel Petersilie*  
*1 Lorbeerblatt*  
*6 Pfefferkörner*  
*4 Pimentkörner*

## Zubereitung:

Das Rindfleisch für ca. 4-5 Minuten in einen Topf mit sprudelnd kochendem Wasser geben. Herausnehmen und mit einem Tuch bedeckt auf die Seite stellen.

Währenddessen in einer großen Pfanne die Butter erhitzen und darin die in Würfel geschnittenen Pastinake, Zwiebeln, Mohrrüben, Sellerie und Lauch 4 bis 5 Minuten von allen Seiten leicht anbräunen. Sie werden dann zusammen mit dem Fleisch in einen Suppentopf gegeben und mit der Brühe aufgefüllt. Nach dem Aufkochen wird das Lorbeerblatt, die Pfefferkörner sowie Piment und Petersilie beigefügt. Der Topf muss halb zugedeckt über schwacher Hitze etwa 2 Stunden lang köcheln, bis sich das Fleisch

ohne spürbaren Widerstand einstechen lässt. (KT 83° bis 85°). Es wird dann auf eine vorgewärmte Platte gegeben, damit man das Fett von der Brühe abschöpfen kann. Die Brühe wird zum Schluss durch ein Sieb geschüttet (wobei man die Gemüse kräftig auspresst) und abgeschmeckt. Sie kann als Rindsuppe mit oder ohne Einlage (Knödel, Reis usw.) serviert werden oder die Basis für eine Sauce bilden.

# Geschmorte Kaninchenkeulen

## Zutaten:

Für 4 Personen

4 frische Kaninchenkeulen  
400 g kleine Kartoffeln  
5 Schalotten  
5 Knoblauchzehen  
100 g Kirschtomaten, ohne  
Strunk  
50 g Olivenöl  
40 g gute schwarze Oliven (z. B.  
Taggiasca)  
2 Zweige Rosmarin  
2 Zweige Thymian  
100 g Weißwein  
100 g gewürzte Geflügelbrühe  
8 Scheiben Lardo  
20 g Pinienkerne Salz und Pfeffer aus der Mühle  
1 Zitrone

## Zubereitung:

Kartoffeln schälen, halbieren, in Salzwasser halb gar kochen und in einem Sieb abtropfen lassen.

Schalotten schälen und vierteln, Knoblauchzehen schälen und mit dem Messer zerdrücken, Tomaten waschen.

Kaninchenkeulen mit Salz und Pfeffer würzen und von beiden Seiten in Olivenöl goldgelb anbraten. Oliven mit Kartoffeln, Schalotten, Knoblauch, Rosmarin und Thymian in eine Bratreine geben. Obenauf die Kaninchenkeulen legen, mit Weißwein und Geflügelbrühe übergießen und zirka 30 Minuten im vorgeheizten Ofen (et-

wa 180 °) schmoren lassen.

Etwa 10 Minuten vor Garzeitende Kirschtomaten zugeben und auf jede Kaninchenkeule 2 Scheiben Lardo legen.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.

Das fertige Schmorgericht aus dem Ofen nehmen, mit den Pinienkernen bestreuen und etwas Zitronenzeste darüber reiben.

# Geschmortes Zicklein

## Zutaten:

Für 4 Personen

2 Zickleinkeulen von ca. 1,1 kg  
350 g Gemüsezwiebel in Scheiben  
12 Pfefferkörner  
4 Lorbeerblätter  
1 Knoblauchzehe in Scheiben  
1 Zweig Rosmarin  
250 rnl Weißwein  
120 ml Weißweinessig  
Olivenöl  
Meersalz  
schwarzer Pfeffer  
300 ml Lammfond  
8 violette Artischocken  
6 geschälte, halbierte Schalotten  
Saft einer  $\frac{1}{2}$  Zitrone  
200 ml Geflügelbrühe

## Zubereitung:

Ausgelöste Keulen je in 2 gleich große Teile schneiden. Salzen, pfeffern. Mit Rosmarin und Knoblauch einrollen, mit Küchengarn binden, in Olivenöl stark anbraten. Zwiebelscheiben zugeben. Hitze reduzieren, Zwiebeln glasig andünsten, Weißwein, Essig, Pfeffer, Lorbeer, Meersalz zufügen, bei 150 Grad 1 Stunde schmoren. Fleisch herausnehmen. Schmorfond durch Sieb pressen; zur Hälfte einreduzieren. Lammfond zugießen, aufkochen, warm halten.

Zicklein nochmals von allen Seiten stark anbraten. Schalotten und Artischockenböden in Olivenöl leicht anbraten, mit Zitronensaft ablöschen. Geflügelbrühe und Olivenöl zugeben. Salzen, pfeffern, abgedeckt bei niedriger Hitze weich kochen.

Zicklein in dicken Scheiben mit Artischocken und Bratenfond anrichten.

# Hirschgulasch

## Zutaten:

Für 4 bis 6 Personen

1 kg Hirschfleisch (Schulter), entsehnt, in 3-cm-Würfel geschnitten

Salz, Pfeffer

50 g Öl

50 g Speck

2 Karotten

$\frac{1}{4}$  Sellerie

1 Petersilienwurzel

2 Zwiebeln

1 EL Honig

1 EL Tomatenmark

$\frac{1}{2}$  l Rotwein

2 EL Preiselbeeren

10 Wacholderbeeren, zerdrückt

15 weiße Pfefferkörner, zerdrückt

etwas Orangenschale

$\frac{1}{2}$  Apfel

1 Lorbeerblatt

2 Nelken

1 Zweig Thymian

1 Zweig Rosmarin

20 g Stärke

30 g Gin

Essig

Crème fraîche

50 g Butter

## Zubereitung:

Karotten, Sellerie, Petersilienwurzel und Zwiebeln schälen und in 1-cm-Würfel schneiden.

Fleisch salzen und pfeffern. Portionsweise im Schmortopf mit Öl braun anbraten, dann Speck mitrösten, Karotten, Sellerie und Petersilienwurzel zugeben, bis diese braun sind, dann Zwiebeln braun rösten. Honig und Tomatenmark zugeben, kurz mitschwitzen. Mit etwas Rotwein ablöschen und einkochen lassen - dreimal wiederholen. Preiselbeeren, Wacholder, Pfefferkörner kurz mit anschwitzen. Mit Wasser auffüllen, bis das Fleisch bedeckt ist. Orangenschale, Apfel und restliche Gewürze zugeben, 1,5 bis 2 Stunden im geschlossenen Topf schmoren lassen. Hirschwürfel herausnehmen, Sauce passieren. Eventuell mit etwas Stärke abziehen. Mit Gin, Essig und Crème fraîche abschmecken, kalte

Butterwürfel unterrühren. Mit Semmelknödeln oder Spätzle anrichten, dazu Maroni, Rosenkohl und Preiselbeeren reichen.



# Kalbskotelett mit Calvados

## Zutaten:

Für 2 Personen

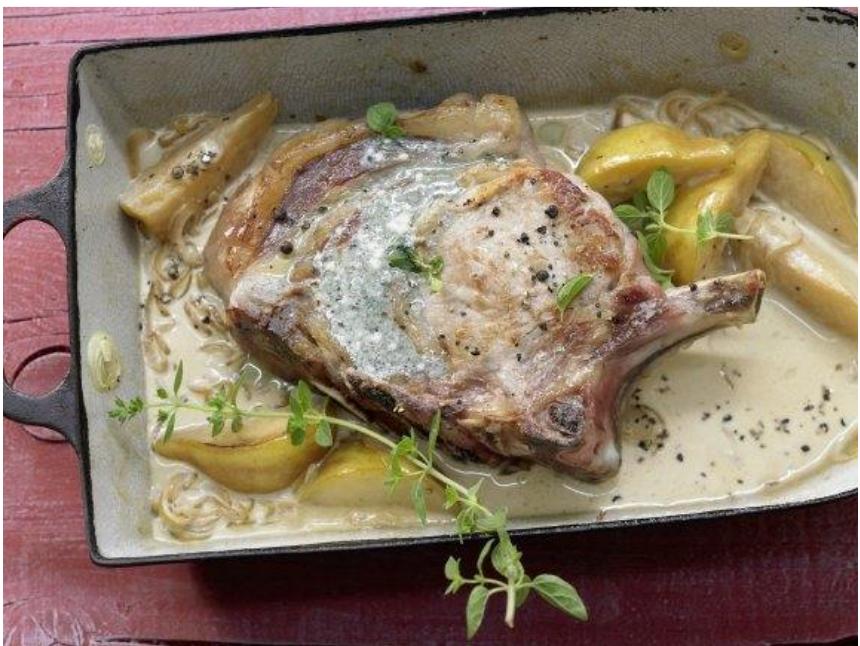
2 Milchkalbskoteletts a 220-  
250 g  
etwas Mehl  
70 g Butter  
Salz, Pfeffer  
2 Granny-Smith-Äpfel  
30 g Butter, 20 g davon für die  
Flocken  
1 Nelke  
Zitronensaft  
25 g Puderzucker  
Für die Sauce:  
1 Schalotte  
4cl Weißwein mit leichter Süße  
4cl besten Calvados  
1 dl süße Sahne  
Zitronensaft  
Salz, Cayenne  
einige Wacholderbeeren

## Zubereitung:

1/2 geschälten entkernten  
Granny-Smith-Apfel in 0,5 cm  
große Würfel schneiden und in  
etwas Butter, Nelke, Zitro-  
nensaft, einer Prise Puderzu-  
cker weich dünsten - aber  
noch mit leichtem Biss.  
Leicht angeklopfte Koteletts  
auf beiden Seiten leicht mit  
Mehl bestäuben, abschütteln,  
sofort in die hellbraun aufge-  
schäumte Butter einlegen und  
pro Seite etwa 2 Minuten bei  
ständigem Über-gießen braten.  
Herausnehmen, erst jetzt mit  
Salz und Pfeffer würzen. Braten-  
butter aufheben.  
Feuerfeste Form mit einem Teil  
der Bratenbutter anpinseln,  
Koteletts darauf legen, die Ap-  
felwürfel darüber verteilen.

Den anderen Apfel schälen, entkernen, in 3 mm dünne Scheiben  
schneiden, diese auf den Koteletts fächerförmig anordnen. Äpfel mit  
Puderzucker bestreuen, mit kleinen kalten Butterflocken be-  
stücken und im vorgewärmten Ofen bei starker Oberhitze leicht  
bräunen (ca. 5 Minuten bei 160°). Fleisch herausnehmen.

In die Bratform nun restliche Bratenbutter und fein geschnittene  
Schalotte geben, anschwitzen ohne Farbe zu geben, mit Weißwein



und Calvados ablöschen, einkochen lassen, Sahne beigeben und nur leicht cremig einköcheln lassen.

Sauce mit Salz, Zitronensaft, Cayenne abschmecken, den ausgetretenen Fleischsaft der Koteletts beigeben. Fleisch mit Sauce nochmals einige Minuten in den Backofen geben. Das Fleisch soll leicht rosa sein. Auf heißen Tellern servieren, Sauce um das Fleisch geben, fein gehackte Wacholderbeeren darüber streuen.

# Kaninchen

## Zutaten:

Für 4 Personen

1,5 kg Kaninchen (*Stallhase*) in 12 Stücke geschnitten.

Für die Marinade:

250 ml kräftiger Rotwein 3 Lorbeerblätter

je 1 Zweig Thymian, Rosmarin, Minze,

Oregano

5 Nelken

5 Pimentkörner

10 gestoßene Pfefferkörner

1 Zwiebel

2 angedrückte Knoblauchzehen

etwas Zitronen- und Orangenschale

Salz, Pfeffer, Mehl, Olivenöl

Zum Schmoren:

500 g Perlzwiebeln

6 halbe getrocknete Tomaten

300 ml Rotwein

50 ml Tomatensaft

3 EL Aceto Balsamico

3 Lorbeerblätter

2 Knoblauchzehen

ein Stück Orangenschale mit 4 Stück

Nelken gespickt

1 Zimtstange

Bouquet garni (*Petersilienstängel, Thymian, Rosmarin, Oregano*)

## Zubereitung:

Die Kaninchenstücke mit allen Zutaten der Marinade belegen, mit Folie abdecken und über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Am nächsten Tag die Stücke aus der Marinade nehmen, trocken tupfen, salzen, pfeffern, mehlieren, im heißen Olivenöl runderum anbraten und auf Küchenkrepp legen. Geschälte Perlzwiebeln in das Bratfett geben, mit Zucker, Salz, Pfeffer würzen und goldgelb anbraten. Danach auf einem Sieb abtropfen lassen. Etwas frisches Öl erhitzen, Kaninchen, Perlzwiebeln, getrocknete Tomaten beigeben und leicht angehen lassen. Nach und nach die abgesiehte Marinade und



den Rotwein zugeben und fast komplett einkochen lassen. Rückenstücke herausnehmen und zur Seite stellen. Nun Tomatensaft, sämtliche Aromaten sowie Bouquet garni zugeben und abgedeckt im vorgeheizten Rohr bei 180°C eine Stunde weich schmoren lassen. 20 Minuten vor dem Ende die Rückenstücke beigeben. Gegebenenfalls etwas Geflügelfond oder Wasser darüber

**Tipp:**

Das Kaninchen mit Kartoffelpüree, Polenta oder hausgemachten Nudeln servieren.

Falls kein ganzes Kaninchen zur Verfügung steht, nimmt man vier große Kaninchen-Keulen (Hinterläufe) und verfährt gleichermaßen.

# Königsberger Klopse

## Zutaten:

Für 4 Personen (ca. 16 Klopse)  
250 g Kalbshack,  
150 g feine, frische Weißbrotkrümel  
je 50 g Kalbszunge und Kalbsbries  
(gekocht und gewürfelt),  
2 Eier,  
Salz, weißer Pfeffer,  
50 g kleine Kapern,  
100 g feine Zwiebelwürfel  
(in Butter angeschwitzt)  
nach Belieben 4 EL gehackte Kräuter  
(z. B. Estragon, Kerbel, Petersilie),

## Sauce:

$\frac{1}{2}$  l halbtrockener Weißwein  
 $\frac{1}{2}$  l Kalbsfond  
200 ml Sahne  
100 g Butter  
100 g Mehl  
100 g kleine Kapern  
1 El Sardellen, fein gehackt  
Salz, Pfeffer, Muskatnuss

## Zubereitung:

Klopszutaten in der großen Rührschüssel der Küchenmaschine mit dem Knethaken zu einer homogenen Masse verarbeiten und golfballgroße Klopse formen. Das geht mit feuchten Händen, oder, wer die Fertigkeit besitzt, mit zwei Löffeln. In einem Topf Kalbsfond und Wein zum Kochen bringen und salzen. Die Klopse hinein geben, wieder aufkochen lassen und vom Herd ziehen. Nach 10 Minuten die Klopse herausnehmen und warm stellen.

Aus Butter und Mehl eine helle Schwitze bereiten und mit dem Kochsud auffüllen.

Mit dem Besen beim Ein-

dicken ständig schlagen und dann die Sahne unterrühren.

Kapern, Sardellen und Gewürze dazugeben.

Die Klopse hinein geben, Temperatur annehmen lassen und sofort servieren.

Als Beilage eignen sich Salzkartoffeln, Reis oder Püree.

**Tipp:**

Ich bereite meistens die doppelte Menge der Klopsmasse zu, friere dann die Hälfte der rohen Klopse ein.

Bei Bedarf sind die Klopse schnell aufgetaut, die Sauce rasch zubereitet und ein leckeres Mal auf dem Tisch.



# Lamm-Navarin

## Zutaten:

Für 6 Personen

1,5 kg Lammfleisch (Schulter/  
Keule)

60 ml Öl

300 g Röstgemüse (Zwiebel, Selle-  
rie, Karotte, Lauch, Petersilien-  
wurzel)

200 ml Rotwein

20 g Tomatenmark

15 g Mehl

10 g Paprika, rosenscharf

1,2 l Bouillon oder Kalbsfond

30 g kalte Butter

## Gewürze:

Zwiebel, Sellerie, Karotte, Lauch,  
Petersilienwurzel

Gehackte Kräuter zum Bestreuen:

Rosmarin, Petersilie, Thymia

## Zubereitung:

Lammfleisch von Sehnen und zu viel Fett befreien, in walnussgroße Würfel schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Lammwürfel in Öl anbraten, das Röstgemüse zugeben, mit rösten. Mit Rotwein ablöschen und reduzieren - diesen Vorgang wegen des Geschmacks und der Farbe auf drei Zugaben verteilen.

Tomatenmark mit anrösten, Mehl und Paprika zugeben, kurz angehen lassen, mit dem Fond auffüllen. Zerdrückten Knoblauch und restliche Gewürze zufügen,

eine Stunde schmoren lassen, bis das Fleisch weich ist.

Zum Fertigstellen das Fleisch herausnehmen, die Sauce zur gewünschten Konsistenz einkochen lassen, passieren, kalte Butterwürfel unterrühren und das Fleisch wieder hineinlegen.



# Geschmorte Lammschulter

## Zutaten:

Für 4 bis 6 Personen

2 Milchlammschultern oder  
1 kleine Lammschulter

2 EL Olivenöl

200 g geschälte, gewürfelte Sellerieknolle

6 große Fleischtomaten

4 Schalotten

2 Knoblauchzehen

10 zerdrückte Pfefferkörner

2 Zweige Basilikum

0,3 l Lammfond

Salz, Pfeffer

## Zubereitung:

Fleisch mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen und 1 Stunde ruhen lassen. In heißem Olivenöl in einem Bräter rundherum braun anbraten. Lammschulter herausnehmen. In einer Fettfangschale Selleriewürfel, grob zerkleinerte Tomaten, geschälte Schalotten und Knoblauchzehen, Pfefferkörner und Basilikum miteinander mischen. Das angebratene Fleisch darauflegen und etwas von dem Fond angießen. Im vorgeheizten Backofen bei 150 Grad ca. 45–55 Minuten garziehen lassen. Dabei immer wieder etwas Fond

angießen, um das Gemüse feucht zu halten.

Den Braten aus dem Ofen nehmen. Den Knochen herauslösen und das Fleisch auf einer vorgewärmten Platte warm stellen.

Das weichgesmorte Gemüse durch ein grobes Sieb streichen.

Den Braten aufschneiden; mit der leicht dicklichen Gemüsesoße anrichten.

## Tipp:

Dazu passen kleine neue, in Olivenöl und Butter gebratene Kartoffeln, die man zum Schluss mit einem Zweig frischem Rosmarin aromatisiert.

# Piccata

## Zutaten:

Für 4 bis 6 Personen

Ein Schweinefilet

1 Tasse geriebenen Parmesan

1 Ei plus ein Eigelb

3 gehäufte EL Tapiokamehl  
(Pfeilwurz Mehl)

150 g saure Sahne

1 dl süße Sahne

$\frac{1}{2}$  TL Salz

Mehl

Rosmarinpulver

Knoblauchpulver

Schwarzer Pfeffer

Butterschmalz

ren.

Die Eier, saure Sahne, süße Sahne, Tapiokamehl, 1 EL Mehl, Parmesan, Salz und etwas Pfeffer mit dem Handmixer gut verquirlen.

Mindestens eine Stunde im Kühlschrank aufbewahren. In einer großen, beschich-

teten Pfanne so viel Butterschmalz auslassen, dass das flüssige Schmalz ca. 2 bis 3 mm hoch den Boden bedeckt.

## Zubereitung:

Das Schweinefilet von allen Sehnen, Fettresten und feinen Häuten säubern. Den Kopf abtrennen und das Filet in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben auf einem Brett auslegen und auf der Oberseite mit Rosmarin, Knoblauch und Pfeffer würzen. Mit dem Plättiereisen oder einem schweren Messer plattdrücken.

Die Scheiben aufeinander schichten und in Form einer Wurst in Frischhaltefolie wickeln. Min. 2 Stunden im Kühlschrank aufbewah-



Die Filetscheiben in einer Schale bemehlen und auf einer Platte bereithalten. Die Käse-Ei-Sahne-Mischung noch einmal kräftig aufrühren, dann die Filetscheiben durchziehen und im Butterschmalz goldbraun braten.

Vor einem zweiten Bratdurchgang im Fett schwimmende Panadenreste entfernen. Bis alle Scheiben fertig sind, die Piccata auf der Servier-Platte im Backofen bei 100 Grad warm halten.

**Tipp:**

Hierzu passt Steinpilzrisotto und ein kräftiger Weißwein.

Die klassische Piccata wird in gleicher Weise, aber aus Kalbsfilet hergestellt. Zu ihr würde man Safranreis geben.

# Poutine aus Quebec

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen  
1 kg Schweineschulter  
1 Zwiebel  
1 Karotte  
 $\frac{1}{4}$  Sellerieknette  
Öl zum Anbraten  
1 Flasche Weißbier  
1 Lorbeerblatt  
1/2 TL Kümmel  
Tapioka-Mehl zum Binden  
Salz  
Pfeffer  
4 Salsiccie  
100 g Provolone dolce

## Zubereitung:

Fleisch an der Schwarze einritzen, rundum mit Salz einreiben.  
Zwiebel halbieren, Karotte und Sellerie grob würfeln. Alles mit Öl in einer Reine von allen Seiten gut anbraten. Mit dem Bier ablöschen, Lorbeer und Kümmel zufügen. Reine gut mit Alufolie abdecken.  
Bei 120 Grad ca. 6 Stunden im Ofen braten, dann Folie entfernen und Sauce abgießen.  
Schulter bei 180 Grad eine weitere Stunde grillen. Sauce mit Stärke binden.  
Salsiccie in ca. 1 cm dicken Scheiben

in heißer Pfanne ohne Fett kräftig anbraten.

Schweineschulter grob mit einer Gabel zerteilen, das Fleisch mit der Sauce über die Pommes geben, darüber die Salsiccie und den geriebenen Provolone.



# Rehrücken mit Kirschen

## Zutaten:

Für 4 Personen

600 g ausgelöstes Mittelstück vom Rehrücken

die zerschlagenen Knochen vom Rehrücken

3 EL Olivenöl

6 angedrückte Wacholderbeeren

1 Thymianzweig

2 geschälte halbierte Schalotten

1 nussgroßes Stück Selleriekohle

1 Lorbeerblatt

Salz

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

2 EL Cognac

3-4 EL Portwein (Ruby)

600 ml Wildfond

1 EL Mehlbutter aus gleichen Teilen

2-3 EL klein gewürfeltes Schwarzbrot oder Lebkuchen

50 g + 2 EL Butter

200 g dunkelrote entkernte Kirschen

4 cl Portwein

250 g junge Frühlingszwiebeln ohne Grün

10 g Zucker

## Zubereitung:

Knochenstücke in 1 EL Olivenöl anbraten. Wacholder, Thymian, Schalotten, Sellerie, Lorbeer, restliche 2 EL Olivenöl hinzufügen (Röstgemüse).

Rehrücken salzen, pfeffern und von allen Seiten anbraten. Mit dem Bratfett begießen.

Für 20 Minuten in den auf 180° Grad vorgeheizten Backofen schieben. Röstgemüse aus dem Ofen nehmen, Fleisch herausnehmen, 10 Minuten zugedeckt ruhen lassen.

Röstgemüse mit Cognac und Portwein ablöschen, einkochen. Wildfond angießen, etwas einkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Durch ein Sieb passieren, mit Mehlbutter binden.

Schwarzbrotwürfel in Butter knusprig rösten, auf Küchenpapier entfetten.

Für die Garnitur die Kir-

schen mit 4 cl Portwein zum Kochen bringen, gänzlich einkochen lassen, dann mit schwarzem Pfeffer aus der Mühle bestreuen.



Frühlingszwiebeln ohne Grün in Butter und etwas Zucker bräunen, salzen und pfeffern. Dann mit 2 cl Wasser ablöschen, gar kochen lassen und karamellisieren.

Auf einem großen Teller den Rehücken mit Frühlingszwiebeln und Kirschen umlegen, mit Brotwürfeln bestreuen. Wildsauce extra reichen.

# Rinder Tataki

## Zutaten:

Für zwei Personen

Pro Person 200 bis 250 g Rinderfilet

100 ml Sojasauce (Shoyu)

50 ml Wasser

4 EL Hoisin Sauce

2 EL Schnittlauchröllchen

Meersalz aus der Mühle (grob)

Schwarzer Pfeffer aus der

Mühle (grob)

1TL sehr fein geriebene Mandarinenenschale

## Zubereitung:

Aus Sojasauce, Wasser, Hoisin Sauce und Schnittlauch einen Dip anrichten.

Das Fleisch wird in Würfel von ca. 2 cm Kantenlänge geschnitten.

Man verteilt diese mit ausreichenden Abständen auf einer (gusseisernen) Grillplatte.

Nun kommt ein exotisches, selten benutztes Küchengerät zum Einsatz. Ich verwende es sonst nur zum Brennen der

Crème Brûlée oder Schälen von Paprika. Es ist der Bunsenbrenner aus der Werkstatt, der aber auch seinen Platz in der Küche hat.

Mit ihm werden die Fleischwürfel von allen Seiten angebräunt, bis sie schön rösch sind. Die Kanten können dabei schon recht dunkel werden. Um alle Seiten zu erreichen, hilft man sich mit einer Gabel.

Mit Pfeffer würzen und auf angewärmten Tellern servieren.



Den Dip dazu reichen. Salz, und Mandarinenschale ebenfalls getrennt in kleinen Schälchen zum Würzen auf den Tisch bringen.

Die Zubereitungsart lässt keine größeren Fleischmengen zu. Die Würfel würden zu schnell erkalten und wenn man sie warm hält, verlieren sie den besonderen Charakter von ,außen knusprig und innen noch fast roh'.

Für vier bis sechs Personen kann man es als japanischen ,Gruß aus der Küche' servieren.

Zu zweit gegessen beeindruckt man seinen Gast mit einem einfachen aber phantasievollen, zugleich fettlosem und gesunden Gang.

### Tipp:

Um die sehr weiche Mandarinenschale abreiben zu können, gehe ich wie folgt vor:

Ich halbiere die Früchte, presse sie aus und friere mir einen Vorrat an Schalen ein (das mache ich im Übrigen auch mit Orangenschalen; natürlich nur mit unbehandelten Früchten). Die hartgefrorenen Schalen lassen sich dann wunderbar abreiben.

# Schweinekrustenbraten asiatisch

## Zutaten:

Für 4 Personen

1 kg Krustenbraten

Salz, Pfeffer

1 EL Fenchelsamen

2 Zwiebeln

2 Möhren

1 Stange Lauch

2 Gewürznelken

1 Lorbeerblatt

1 Kaffirblatt

Schale von 1 Orange

Schale von 1 Zitrone

1 Vanillestange

frisch geriebener Ingwer

200 ml Pflaumenwein

Sojasauce

Fleisch aus dem Bräter nehmen, warm stellen. Fond und Gemüse durch ein feines Sieb passieren, abschmecken und mit Sojasauce verfeinern. Dazu passt Krautsalat, der mit frischem Koriander, Petersilie, Minze und Chili abgeschmeckt ist.

## Zubereitung:

Backofen auf 180 Grad vorheizen. Fleisch abbrausen, trockentupfen. Schwarze rautenförmig einschneiden. Mit Salz, Pfeffer, Fenchel einreiben, mit Schwarze nach oben in offenfesten Bräter legen. Zwiebeln abziehen, in Stücke schneiden. Möhren und Lauch waschen, schälen bzw. putzen, beides grob würfeln. Zwiebeln, Möhren, Lauch um das Fleisch verteilen, Gewürze zugeben. 250 ml heißes Wasser angießen. Fleisch in 75 bis 90 Minuten knusprig braten, nach 30 Minuten die Hälfte des Pflaumenweins darüber trüpfeln. Bis zum Ende der Bratzeit übrigen Pflaumenwein darüber trüpfeln.



# Tafelspitz mit Dillsauce

## Zutaten:

*1½ kg Tafelspitz  
restliche Zutaten wie bei:  
Gekochtes Rindfleisch  
Für die Sauce:  
½ l Brühe  
3 Bund Dill (ca. 10 Stängel)  
4 EL Butter  
3 EL Mehl  
½ l süße Sahne  
Salz  
Schwarzer Pfeffer  
1 EL Zitronensaft  
Zucker*

## Zubereitung:

Den Tafelspitz wie das ‚Gekochte Rindfleisch‘ zubereiten. Für die Sauce zerlässt man zunächst in einem 2 Liter fassenden Topf die Butter. Sobald der Schaum beginnt, sich zurückzubilden, den Topf vom Herd nehmen und das Mehl mit dem Kochlöffel einrühren. Den Topf wieder auf den Herd setzen und bei mäßiger Hitze das Mehl für ca. 5 Min. aufschäumen lassen. Dabei ständig rühren. Die ‚Mehlschwitze‘ muss hell bleiben.

Den Topf wieder vom Herd nehmen

und nach kurzem Auskühlen die erwärmte Brühe hineingießen. Mit dem Schneebesen ständig schlagen. Zurück auf den Herd und die Sauce unter ständigem Schlagen aufwallen lassen. Für ca. 5 Min. köcheln lassen.

Die Dillspitzen von den Stengeln lösen und fein wiegen. In die Sauce röhren. So viel Sahne dazugeben, dass eine schöne Konsistenz entsteht. (Von einem Löffelrücken muss sie ablaufen, aber einen deutlichen Film hinterlassen). Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und einer Prise Zucker abschmecken.

Den warmgehaltenen Tafelspitz in Scheiben schneiden, ggf. in der Sauce aufwärmen. Sofort servieren vorzugsweise mit Semmelknödeln und einem österreichischen Chardonnay.

# Tagliata di Manzo

## Zutaten:

Für 4 Personen

4 Scheiben Roastbeef (2 cm dick)  
vom Chianina Rind, ersatzw. Rinderfilet

300 g Rucola

12 Kirschtomaten, halbiert

3 EL bestes Olivenöl

1 EL Balsamico, beste Qualität

Fleur de Sel (grobes Meersalz)

Pfeffer

Erdnussöl

## Zubereitung:

Die Pfanne mit Erdnussöl auspinseln. Das Fleisch auf jeder Seite eine Minute sehr scharf anbraten. Pfeffern und in Alufolie einwickeln. 10 Minuten ruhen lassen.

In die etwas abgekühlten Pfanne das Olivenöl und den Balsamico geben und mit dem Rucola vermischen.

Rucola als Bett auf Tellern

anrichten. Außen mit Kirschtomaten dekorieren.

Das Fleisch in Streifen (ca. 5 bis 10 mm dick) aufschneiden und auf dem Rucola anrichten.

Nochmals leicht pfeffern und mit Salz bestreuen.

Beim Essen soll man ab und zu auf ein Salzkorn beißen.

Sofort servieren.



# Vitello Tonnato

## Zutaten:

Für 4 bis 6 Personen

750 g Kalbfleisch (Nuss)  
1 Knoblauchzehe, in Streifen geschnitten

$\frac{1}{2}$  l Hühnerfond

150 ml Weißwein

150 ml Wasser

1 Zwiebel, geviertelt

1 Mohrrübe, geschnitten  
2 Stangen Sellerie, geschnitten

1 Lorbeerblatt

3 Stängel Petersilie

5 schwarze Pfefferkörner  
Für die Garnitur

1 Zitrone, in Scheiben geschnitten

3 Stängel Petersilie, fein gehackt

fischsauce abschöpfen und durch ein Sieb gießen.

Das ausgekühlte Fleisch von allem Fett, Häuten und Knorpeln befreien und in dünne, gleichmäßige Scheiben schneiden.

Den Boden eines passenden Gefäßes mit einer dünnen

## Zubereitung:

Das Fleisch mit den Knoblauchstreifen spicken. Dann in einem großen Topf blanchieren, indem man es mit kaltem Wasser bedeckt und dann eine Minute bei großer Hitze kochen lässt. Das Wasser und den Schaum abgießen.

Das Fleisch in einen Topf geben, der gerade groß genug ist, um es bequem zu fassen. Alle Zutaten hinzufügen. Falls die Flüssigkeit das Fleisch nicht ganz bedeckt, mit mehr Brühe oder Wasser auffüllen. Zum Kochen bringen, dann die Hitze reduzieren und das Fleisch nicht ganz zudecken ca. eine Stunde langsam kochen lassen (KT 75°). Den Topf von der Kochstelle nehmen und das Fleisch in der Brühe auskühlen lassen. Eine Tasse Brühe für die Thun-



Schicht Thunfischsauce bedecken und die Fleischscheiben darin nebeneinander anordnen. Die restliche Sauce darüber geben und alles bedecken. Mit Folie abdecken und möglichst ein bis zwei Tage im Kühlschrank aufbewahren.

Etwa eine Stunde vor dem Anrichten das Fleisch aus dem Kühlschrank nehmen, damit es wieder Zimmertemperatur erlangt. Die Scheiben sorgfältig auf einer Servierplatte anordnen und alle Sauce darüber geben. Mit der Petersilie bestreuen und den Zitronenscheiben garnieren.



### Tipp:

Weitere Garnierungs-Möglichkeiten sind schwarze Oliven, ohne Kern und halbiert, sowie hartgekochte, geviertezte Eier.

# Wiener Schnitzel

## Zutaten:

Für 4 Personen

4 Schnitzel aus dem  
Frikando-Stück a 120 g

2 Eier

2 TL Öl

$\frac{1}{2}$  Tasse Mehl

2 Tassen Semmelbrösel  
(aus 4 Scheiben Weizen-  
toast, leicht angetrocknet  
im Mixer selbst gemacht)

350 g Butterschmalz

schwarzer Pfeffer

Salz

## Zubereitung:

Die Schnitzel salzen und pfeffern,  
dann leicht mit dem Fleischklopfer  
(feineres Raster) klopfen.

Die Eier und das Öl in einem tiefen  
Teller leicht verquirlen.

Die Schnitzel allseitig bemehlen und  
das überschüssige Mehl abschütteln.

Die Schnitzel durch das verquirlte  
Ei ziehen und in den Semmelbröseln  
wenden, bis sie ganz bedeckt sind.

Eine Stunde im rasten lassen.

Danach im heißen Butterschmalz auf  
jeder Seite goldbraun braten, 2 Mi-

nuten pro Seite

Nicht mehrfach wenden!

Kurz auf Küchenpapier legen, um das Bratfett aufzusaugen.



**Tipp:**

Das Mehlen und Panieren geht am einfachsten in ausreichend großen Behältern mit einem 3 bis 5 cm hohen Rand.

Diese Schalen, vorzugsweise aus Edelstahl, eignen sich auch vorzüglich für Gratins, Lasagne oder zum Servieren von Salaten auf einem kalten Buffet.

# Züricher Geschnetzeltes

## Zutaten:

Für 4 Personen:

75 g Butter

3 EL Pflanzenöl

750 g Kalbschnitzel

1 EL fein gehackte Zwiebel

5 EL trockener Weißwein

$\frac{1}{4}$  l süße Sahne

Salz

Weißer Pfeffer

## Zubereitung:

Die Schnitzel in  $\frac{1}{2}$  cm breite und ca. 5 cm lange Streifen schneiden.

In einer großen Pfanne 30 g Butter mit dem Öl zerlassen. Die Hälfte des Kalbfleischs unter ständigem Rühren ca. 2 Min. sautieren. Sobald die Streifen gebräunt sind, in ein Sieb geben, dabei die abtropfende Flüssigkeit auffangen.

Weitere 30 g Butter in die Pfanne

geben und den Rest des Fleisches wie zuvor sautieren und den gesamten Inhalt in das Sieb geben. Den Rest der Butter in der Pfanne zerlassen. Die Zwiebeln unter ständigem Rühren ca. 2 Minuten an-dünsten. Den Wein dazugeben und bei starker Hitze zum Kochen bringen. Die Sahne und die aufgefangene Bratflüssigkeit dazugeben, weiterkochen, bis alles um die Hälfte reduziert und leicht angedickt ist.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch in die Pfanne zurückgeben und in der Sauce verteilen. Für 2 bis 3 Minuten über schwacher Hitze gut durchwärmen und sofort servieren.

## Tipp:

Klassische und ideale Beilage sind Rösti. Dazu ein Weißwein, vorzugsweise ein Fendant.



# Zwiebelrostbraten

## Zutaten:

Für 2 Personen

2 Scheiben von der Hochrippe oder Lende {je etwa 200 g) mit Fettrand

Salz

Pfeffer

1 EL Sonnenblumenöl

20 g Butter

Für die Sauce:

200 g weiße Zwiebeln

60 g Butter

1 TL Tomatenmark

100 ml Weißwein

etwa 0,5 l Rinderbrühe

Salz

Pfeffer

$\frac{1}{2}$  TL Majoran

1 Spritzer Aceto Balsamico

Für die Röstzwiebeln:

500 g weiße Zwiebeln

4 EL Sonnenblumenöl

50 g Butter

Mehl

Außerdem:

1 EL Schnittlauchröllchen

zum Bestreuen.

## Zubereitung:

Zunächst für die Sauce Zwiebeln schälen, halbieren in feine Streifen schneiden und in zerlassener Butter unter Rühren hell braten. Das Tomatenmark einrühren und kurz anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und fast völlig einkochen lassen. Die Rinderbrühe in vier Portionen nacheinander angießen, dabei die Flüssigkeit jeweils unter Rühren fast völlig reduzieren. Die Sauce sollte schön sämig sein. Sauce mit Salz, Pfeffer, Majoran sowie Aceto Balsamico würzen und warm halten.

Inzwischen die restlichen Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. In einer Schale mit Mehl wenden und nicht haftendes Mehl abschütteln. Öl und Butter in der Pfanne erhitzen, Zwiebelstreifen bei nicht zu starker Hitze knusprig braten. Danach auf Küchenpapier legen.

Die Fleischscheiben zwischen Frischhaltefolie gleichmäßig plattieren (mit dem Handballen breit drücken und anschließend stauchen),

den Fettrand mehrfach einschneiden. Die Scheiben in Öl anbraten. Butter zufügen und den Rostbraten bei nicht zu starker Hitze leicht



rosa braten (Finger-Druckprobe), dabei immer weder mit dem Bratfond beschöpfen. Salzen und pfeffern. Den Rostbraten auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit Sauce umgießen und mit den Röstzwiebeln belegen. Wer mag, bestreut den Rostbraten vor dem Servieren mit Schnittlauchröllchen.

**Tipp:**

Die perfekte Beilage: Bratkartoffeln.

# Innereien



	Seite
<b>Beuschel</b>	<b>164</b>
<b>Gebratene Nieren</b>	<b>166</b>
<b>Gebratenes Kalbshirn</b>	<b>168</b>
<b>Geschmorte Kalbsleber</b>	<b>169</b>
<b>Kalbsbries, gebacken</b>	<b>171</b>
<b>Kalbsleber mit Salbei</b>	<b>172</b>
<b>Kalbsnieren in Senfsauce</b>	<b>173</b>
<b>Saure Nierchen</b>	<b>175</b>

# Beuschel

## Zutaten:

Für 4 Personen

1 Kalbslunge

1 Kalbsherz

2 Bund Suppengemüse

1 Lorbeerblatt

3 Thymianzweige

Einige Kapern, nach Geschmack

100 ml Crème Fraîche

100 ml Sahne

$\frac{1}{4}$  l Weißwein, trocken

abgeriebene Zitronenschale

Essig

Salz

1 EL Mehl

1 EL Butter

## Zubereitung:

Aus den 2 Bund Suppengemüse und reichlich Salzwasser mit einem Schuss Essig und einem Lorbeerblatt eine kräftige Gemüsebrühe zubereiten.

In dieser werden dann Herz und Lunge etwa 1 Stunde gekocht. Aber Achtung! Unbedingt einen sehr großen Topf nehmen, denn die Lunge dehnt sich aus! Entstehenden Schaum abschöpfen.

Nach dem Kochen die Lunge etwas pressen (z. B. mit einem mit einem Gewicht beschwerten Suppenteller).

Nach dem Erkalten in feine Würfel oder Streifen schneiden, wobei wirklich alle Röhren und ähnliches entfernt werden müssen. Genauso wird das Herz behandelt.

Man kann das Ganze noch durch den Fleischwolf drehen - das ist aber reine Geschmackssache. Ich liebe es in Stückchen.

Danach die Sauce zubereiten: Mehl in der erhitzen Butter hell anschwitzen, Brühe (vom Kochen) mit dem Schneebesen einrühren, aufkochen lassen, dazu einen guten Schuss Riesling geben, süße und saure Sahne, etwas Thymian, Zitronenschale und ein paar klein gehackte Kapern. Mit Salz und Essig abschmecken. Die Sauce muss ganz zart gebunden und leicht pikant - aber auf gar keinen Fall sauer - sein.

Das Beuschel dazu geben, kurz aufkochen lassen, etwa 10 Minuten in der leicht siedenden Sauce ziehen lassen, nochmal abschmecken und servieren.

Dazu passen alle Arten von Semmelknödel.



# Gebratene Nieren

## Zutaten:

Für 4 Personen  
3 Kalbsnieren  
2 EL Butter  
4 EL Olivenöl  
2 TL fein gehackter Knoblauch  
3 EL fein gehackte glatte Petersilie  
2 EL Zitronensaft  
Salz  
Schwarzer Pfeffer

## Zubereitung:

Mit einem scharfen kleinen Messer vorsichtig das dünne Häutchen ablösen, das jede Kalbsniere umgibt (ein guter Metzger nimmt einen diese Arbeit ab), und das Stückchen Fett darunter wegschneiden. Dann die Nieren in sehr dünne Scheiben schneiden. In einer schweren, 25 bis 30 cm großen Pfanne die Butter und das Olivenöl zerlassen. Sobald sich der Schaum gelegt hat, die Nieren hineintun und bei mäßiger Hitze und unter dauerndem Rühren und Wenden 2 Minuten anschmoren. Dann Knoblauch und Petersilie hinzufügen, weiter rühren und 1 bis 2 Minuten weiter braten, bzw. bis die Nieren leicht gebräunt sind. Den Zitronensaft hinein gießen und noch einmal aufkochen lassen, dann die Hitze abschalten. Die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen. Die Nieren sofort anrichten.

Dazu Reis oder Kartoffelpüree.



**Tipp:**

Man kann das ausgelöste Fett würfeln und mit der Butter und dem Öl auslassen. Die zurückbleibenden Grieben entfernen. Darin dann die Nierenscheibchen anbraten.

# Gebratenes Kalbshirn

## Zutaten:

Für 1 bis 2 Personen

1 Kalbshirn

50 g feingekackte Zwiebeln

50 g Butter

schwarzer Pfeffer

Salz

## Zubereitung:

Das Hirn, falls es nicht schon der gute Metzger getan hat, unter fließendem kaltem Wasser von allen Häutchen und Äderchen befreien. Dabei besonders auch die Vertiefungen zwischen den Lappen säubern.

In einer beschichteten Pfanne 30 g Butter auslassen. Bei mittlerer Hitze das Hirn hineingeben und auf einer Seite anbräunen. Dann wenden und die zweite Seite bräunen.

Das Hirn hat jetzt eine Konsistenz, in der man es mit dem Spachtel in Würfel von ca. 2 cm Kantenlänge stechen kann. Jetzt auch die Zwiebeln dazugeben. Unter ständigem Wenden bei etwas stärkerer Hitze weiterbraten, dabei den Rest Butter dazu geben und aufschäumen lassen.

Wenn die Zwiebeln gebräunt sind, Mit Salz und Pfeffer würzen.

## Tipp:

Die beste Beilage ist Langkornreis. Auf dem Teller sollte man Reis und Hirn zu gleichen Teilen haben.



# Geschmorte Kalbsleber

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen

*Ein Schweinenetz, küchenfertig,  
ohne Adern und Drüsen*

*1/2 Bund Majoran, frisch*

*Eine Knoblauchzehe*

*80 g Butter*

*900 g Kalbsleber am Stück,*

*küchenfertig*

*Schwarzer Pfeffer*

*Salz*

*2 EL Pflanzenöl*

*2 rote Zwiebeln*

*1 Apfel, z.B. Boskop*

*200 ml Kalbsfond*

*200 ml Rotwein*

## Zubereitung:

Backofen auf 150°C vorheizen.

Das Schweinenetz in einer Schüssel circa 1 Stunde lang wässern, zwischendurch das Wasser einmal wechseln. Das Netz zum Schluss unter fließendem Wasser noch einmal abwaschen, leicht ausdrücken, auf einem mit einem trockenen Küchentuch belegten Brett auslegen und noch einmal vorsichtig mit Krepppapier trocken tupfen.

Zwiebeln und Knoblauch schälen, Zwiebeln würfeln, Knoblauch zerdrücken. Majoran

waschen, trocken tupfen, Blättchen abzupfen und hacken. Apfel schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und fein würfeln. 40 Gramm Butter in Flöckchen kalt stellen.

Die Leber mit Pfeffer, Majoran und Knoblauch einreihen, auf das Schweinenetz legen und damit einwickeln. Überschüssiges oder am Rand überlappendes Schweinenetz einfach mit einer Küchenschere abschneiden. Die Leber soll einmal mit dem Netz dicht umschlossen sein.

Öl in einem Bräter erhitzen und die Leber darin ringsum scharf anbraten. 40 Gramm Butter im Bräter zerlassen, die Zwiebeln dazugeben, kurz mit dünsten und dann den Bräter für circa 25 Minuten in den Ofen geben, (Für eine Leber die circa 3 Zentimeter dick beziehungsweise hoch ist, sind 25 Minuten perfekt.) Die Leber heraus-

nehmen, in eine Schüssel geben und mit Alufolie bedeckt im ausgeschalteten Ofen warm stellen. Die Ofentür einen Spalt offen lassen. Den Bräter auf den Herd stellen, die Apfelwürfel im Bratensatz anschmoren. Kalbsfond und Rotwein angießen und ohne Deckel 5 Minuten einkochen. Die Sauce durch ein Sieb passieren und mit der kalten Butter binden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Schweinenetz vorsichtig von der Leber schaben und diese in Scheiben schneiden, das Fleisch sollte zartrosa sein. Leber mit der Sauce anrichten.



# Kalbsbries

## Zutaten:

Für 4 Personen  
2 Kalbsbries, je ca. 250 g  
Salz  
1 Eigelb  
30 g Mehl  
50 g Semmelbrösel  
Pfeffer  
2 EL Butter, zum Braten  
1 Bund Petersilie  
1 Zitrone

## Zubereitung:

Kalbsbries kalt abspülen und mit kaltem Wasser bedeckt in einen Topf geben. 1 TL Salz zufügen. Wasser bei mittlerer Hitze langsam zum Kochen bringen.

Bries nach dem Aufkochen zugedeckt bei schwacher Hitze 15 Min. garen. Abgießen, kalt abschrecken und häuten. Dabei auch alle Äderchen und Knorpel entfernen. Bries erkalten lassen und in fingerdicke Scheiben

schneiden.

Ei mit Eigelb auf einem Teller verrühren.

Mehl und Semmelbrösel auf zwei weiteren Tellern bereit stellen. Briesscheiben mit Salz und Pfeffer würzen, zuerst in Mehl, dann in Ei und zuletzt in den Semmelbröseln wenden.

Butter in einer großen Pfanne zerlassen.

Briesscheiben darin bei mittlerer bis schwacher Hitze pro Seite ca. 4 Min. braten, bis die die Scheiben goldbraun sind. Mit Petersiliensträußchen und Zitronenschnitten garniert anrichten.

Dazu passen grüner Salat, Tomatensalat oder Kartoffelpüree.



# Kalbsleber mit Salbei

## Zutaten:

Für 2 Personen  
2 große Scheiben Kalbsleber  
15 - 20 Salbeiblätter  
100 g Butter  
Mehl  
Salz  
Pfeffer

## Zubereitung:

Die Salbeiblätter in sehr feine Streifen schneiden.  
Die Butter in einer großen, dickwandigen Pfanne auslassen und wenn der Schaum verschwunden ist, die Salbei-Streifen hineingeben. Die Temperatur so niedrig halten, dass die Butter nicht braun wird.

Die Leber mehlieren und in der Pfanne bei milder Hitze 2 bis 3 Minuten pro Seite anbraten (leicht bräunen). Mit Salz und Pfeffer würzen und sofort auf angewärmten Tellern servieren.



## Tipp:

Die beste Beilage ist Kartoffel- oder Kartoffel-Sellerie Püree.

# Kalbsnieren in Senfsauce

## Zutaten:

Für 4 Personen  
2–3 Kalbsnieren (ca 750 g)  
3 Schalotten  
2 EL Zucker  
3 EL Weissig  
0,2 l brauner Kalbsfond  
60 g Butter  
4 cl Weinbrand  
2 EL Senf  
0,1 l trockener Riesling  
0,2 l Crème double  
Salz. Pfeffer

## Zubereitung:

Die Kalbsnieren in ihre natürlichen Segmente zerteilen; dabei die Sehnen und das Fett heraus schneiden. Geschälte Schalotten fein hacken. Zucker in einem Topf bei mittlerer Hitze unter Rühren schmelzen und karamellisieren lassen. Mit dem Weissig ablöschen und mit der Hälfte des Kalbsfonds aufkochen. Die Flüssigkeit zu einem Sirup einkochen lassen. 30 g Butter erhitzen, die Nieren hineingeben und bei mittlerer Hitze

unter Wenden in 2–3 Minuten rosa braten. Den Weinbrand über die Nieren gießen und flambieren. Alles kräftig hin und her schütteln, die Nieren aus der Pfanne nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und warm stellen, den verbliebenen Sud für die Sauce aufbewahren. Restliche Butter in der Pfanne erhitzen und die Schalotten darin glasig dünsten. Den Senf dazugeben und mit Weißwein ablöschen. Übrigen Kalbsfond aufgießen und die Soße etwas einkochen lassen. Zum Schluss die Crème double und Sud unterrühren und die Soße abschmecken.

Nieren auf der Soße anrichten und mit dem Kalbssirup überziehen.

## Tipp:

Wenn man sich zum ersten Mal an Kalbsniere heran wagt, muss es u.U. nicht gleich diese Luxusversion sein.



In einer abgespeckten Variante sollte man auf den Sirup aus Zucker, Essig und Kalbsfond verzichten.

Kalbsfond kann durch Rindessa-Brühe ersetzt werden. Wenn man sich im Umgang damit eine gewisse Fertigkeit angeeignet hat, kann man auch auf das Einreduzieren verzichten. Man verwendet entsprechend mehr Pulver im Verhältnis zum Wasser.

Auch Crème double lässt sich durch einreduzierte süße Sahne ersetzen.

Statt Schalotten tun es auch Zwiebeln, allerdings sehr fein gehackt.

# Saure Nierchen

## Zutaten:

Für 4 Personen  
500 g Kalbsnieren  
4 Schalotten  
20 g Butter  
10 g Öl  
10 g Zucker  
20 g Mehl  
30 g Essig  
300 g Bouillon oder Gemüsebrühe  
100 g Kalbsjus  
1 TL scharfer Senf  
1 EL Preiselbeeren  
20 g Sahne  
3 Zweige Estragon, geschnitten  
Salz, Pfeffer

3 Minuten durch- bzw. einköcheln lassen, danach Senf und Preiselbeeren untermischen.

Sahne und Estragon zugeben.  
Je nach Geschmack nachwürzen.

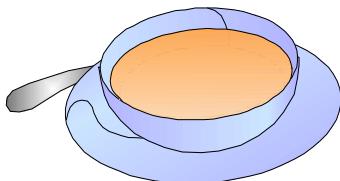
## Zubereitung:

Die Nieren gut waschen bzw. wässern, von der weißen Haut, dem umgebenden Fett, den Sehnen und Häuten befreien und in dünne Scheiben schneiden. Schalotten schälen, längs halbieren und in Streifen schneiden. In Butter und Öl andünsten und den Zucker mit einrühren. Die Nierchen dazugeben, anbräunen und mitschwitzen. Salzen, pfeffern und mit Mehl bestäuben, dann mit Essig ablöschen und mit Brühe und Kalbsjus auffüllen. Etwa 2 bis





# Saucen und Dressings



	Seite
Bozner (Bozener) Sauce	179
Buerre Blanc	180
Estragonsauce	181
Frankfurter Grüne Sauce	182
Gorgonzolasauce	183
Grüne Sauce (warm)	184
Himbeersauce	185
Hoisin Sauce	186
Kressesauce	187
Morchelrahmsauce	188
Orangensauce (kalt)	190
Pesto Genovese	191
Pfeffersauce	192
Safran-Pernod Sauce	193

Sahnesauce	194
Sauce Bolognese	195
Sauce Suzette	197
Sauce Tatar	198
Saucen (Grundrezept)	199
Thousand Island Dressing	200
Thunfischsauce	201
Tomatensauce	202
Vinaigrette	203

# Bozner (Bozener) Sauce

## Zutaten:

Für 4 Personen

2 Eier

2 TL Senf

150 ml Öl (Samenöl)

1 TL Essig (Weißweinessig)

2 EL Fleischbrühe

1 EL Schnittlauch, fein geschnitten

Salz

Pfeffer weiß

## Zubereitung:

Die Eier 7 Minuten kochen, in kaltem Wasser abschrecken, schälen und das Eigelb vom Eiweiß trennen.

In einer Schüssel das Eigelb mit dem Senf, Salz, Pfeffer und der heißen Fleischbrühe gut verrühren. Dann das Öl langsam

kräftig einrühren.

Mit dem Weißweinessig würzen, den Schnittlauch sowie das feingehackte Eiweiß untermengen.

Die Bozner Soße zu frischem Spargel servieren.



# Buerre Blanc

## Zutaten:

2 EL Weißweinessig  
 $\frac{1}{3}$  Tasse Weißwein  
2 EL fein gehackte Schalotten  
 $\frac{1}{2}$  TL gemahlener weißer Pfeffer  
250 g Butter

## Zubereitung:

Die Butter in Würfelzucker groÙe Stückchen schneiden und im Tiefkühlfach aufbewahren. Wein, Essig, Schalotten, Salz und Pfeffer einkochen bis nur noch ein EL Flüssigkeit übrigbleibt.

Ohne Kochen, aber mit ausreichender Hitze nach und nach alle Butterstücke mit dem Schneebesen einrühren und die dabei entstehende Soße aufschlagen.

Sofort servieren.



## Tipp:

Passt zu Edelfischen in der Folie oder Salzkruste.

# Estragonsauce

## Zutaten:

Für ein 2 Personengericht  
*Sauce nach dem Grundrezept*  
3 Stengel Estragon  
1 EL getrockneter Estragon

## Zubereitung:

Die Estragonsauce begleitet ideal entweder Fischgerichte (Zander, Seezunge, Scholle, Steinbeißer oder Seeteufel), aber auch Geflügel, wie Hähnchen Brustfilet.

Je nach Gericht bereitet man die Sauce entweder mit Fisch- oder Hühnerfond zu.

Zu Beginn der Saucenherstellung wird der getrocknete Estragon zum Lorbeerblatt in die Brühe gegeben.

10 Minuten vor dem Ende der Köchelphase wird der feingehackte frische Estragon in die Sauce gerührt. Dann abschmecken.



## Tipp:

Ohne Estragon, dafür aber mit Sauerampfer oder Bärlauch lassen sich andere Geschmacksrichtungen erzielen.

# Frankfurter Grüne Sauce

## Zutaten:

Für 4 Personen

Je ein Bund Kerbel, Pimpernell,  
Sauerampfer, Borretsch, Petersilie,  
Schnittlauch und Kresse  
6 Eier, hart gekocht  
4 EL Öl  
2 EL Zitronensaft  
1 EL mittelscharfer Senf  
 $\frac{1}{4}$  l Creme Fraîche  
Salz  
Pfeffer, weiß

## Zubereitung:

Eiweiß vom Eigelb trennen, das Eiweiß fein hacken und zu den Kräutern schütten. Das Eigelb durch ein Sieb streichen, mit Zitronensaft und Öl glattrühren, Senf und Creme Fraîche zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. In diese gut durchgerührte Marinade von den 7 genannten Kräutern, fein gehackt, je Sorte etwa 2 Tassen mit dem fein gehackten

Eiweiß schütten und nochmals gut durchrühren. Die Soße an einen kalten Ort mindestens noch 2 Std. ziehen lassen, damit sich der Kräutergeschmack voll entfalten kann.

Die „Grie Sooß“ sollte weder zu fest noch zu flüssig sein. Verlängern kann man sie durch Zugabe von saurer Sahne oder Joghurt.



# Gorgonzolasauce

## Zutaten:

Für 2 Personen

*Sauce nach dem Grundrezept unter Verwendung von Fleischbrühe.*  
250 g Gorgonzola

## Zubereitung:

Während der letzten 10 Minuten der Köchelphase wird der Käse in kleinen Würfeln in die Sauce gegeben und geschmolzen. Am Ende kurz mit dem Besen aufschlagen.

## Tipp:

Eine ganz besonders leckere Variante erzielt man, wenn man in die fertige Sauce 2 Hände voll 'Baby-Spinat' gibt und diesen nur noch auf Saucentemperatur bringt. Das geht ganz schnell.

Zur Not geht es auch mit 100 bis 120 g tiefgefrorener Blattspinat, den man natürlich vorher aufgetaut und auf Zimmertemperatur gebracht hat.

Das Ganze gibt man vorzugsweise zu Gnocchi oder feinen Bandnudeln.



# Grüne Sauce (warm)

## Zutaten:

Je 1 Bund Kerbel, Dill, Sauerpfeffer, Petersilie, Boretsch, Schnittlauch und Pimpernell  
 $\frac{1}{8}$  l trockener Rheingauer Riesling  
1 gehackte Schalotte  
 $\frac{1}{2}$  l Kalbsfond  
3 EL Crème double  
etwas Zitronensaft  
1 Stück kalte Butter  
Salz, Pfeffer

## Zubereitung:

Die Kräuter verlesen, waschen und von den dicken Stielen befreien.  
Wein mit der gehackten Schalotte aufkochen und etwa auf die Hälfte einkochen lassen.  
Kalbsfond dazugeben und die Flüssigkeit auf etwa ein Drittel einkochen lassen.  
Crème double unterrühren und die Sauce ca. 7 Minuten bei geringer Hitze köcheln lassen.  
Die Soße etwas abkühlen lassen, die Kräuter hinein streuen. Mit einem

Pürierstab mixen und durch ein Sieb streichen.

Die Soße mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und mit einem Stück kalter Butter geschmacklich abrunden.

# Himbeersauce

## Zutaten:

Für 4 Personen  
200 g Himbeeren  
100 g Zucker  
2 cl Himbeergeist

## Zubereitung:

Himbeeren und Zucker mischen.  
Aufkochen lassen und durch ein  
Sieb streichen. Mit Himbeergeist  
abschmecken.



## Tipp:

Passt u.a. zu Quarkkeulchen und Grießpudding..

# Hoisin Sauce

## Zutaten:

6 EL Sonnenblumenöl  
6 Knoblauchzehen  
12 Chilischoten  
1,5 Tassen ungesüßte Rote-Bohnen-Paste  
3 TL grobes Salz  
1,5 Tassen Rohrzucker  
9 EL Reisessig  
6 EL Sojasauce  
6 EL Wasser

## Zubereitung:

Wok heiß werden lassen  
Das Öl zufügen und den gemörserten Knoblauch und gemörserte Chilischoten bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten anrösten.  
Bohnen Paste zugeben und unterrühren.  
Restliche Zutaten zugeben und weiter rühren.  
Wenn alles vermischt ist, Herd auf sehr schwacher Hitze zurückdrehen und ca. 30 Minuten, bzw. bis die Sauce etwas eindickt, köcheln lassen.

Zum Schluss mit einem Stabmixer oder in der Küchenmaschine zu einer glatten Sauce mixen  
Noch heiß in die Gläser füllen und luftdicht verschließen.



# Kressesauce

## Zutaten:

*1 großes Bund Brunnenkresse  
2 gewürfelte Schalotten  
1 EL Butter  
 $\frac{1}{4}$  l Gemüsebrühe  
100 g Crème double  
etwas Zitronensaft  
Salz*

pürieren.

Mit Zitronensaft und Salz abschmecken.

## Zubereitung:

Die gesäuberte Kresse zupfen und von den dicken Stielen befreien.  
Die Schalottenwürfel in heißer Butter glasig dünsten, mit Gemüsebrühe ablöschen und aufkochen.  
Auf etwa  $\frac{1}{8}$  l einkochen lassen und Crème double unterrühren.  
Kresse einstreuen und die Soße mit einem Pürierstab oder im Mixer



## Tipp:

Passt u.a. zu Gemüseterrine

# Morchelrahmsauce

## Zutaten:

20 g getrocknete Morcheln  
30 g fein gehackte Zwiebeln  
30 g Butter  
400 ml Kalbsfond  
200 ml süße Sahne  
100 ml trockener Weißwein  
Milch  
Zitronensaft  
Salz  
Schwarzer Pfeffer

## Zubereitung:

Die Morcheln in ein Glas mit Schraubdeckel geben. Die Größe soll so bemessen sein, dass sie es gerade bis zum Rand füllen. Dann mit Milch bis oben vollfüllen. Den Deckel aufschrauben und die Morcheln über Nacht einweichen. Am nächsten Morgen das Glas wenden und so bis zur Zubereitung aufheben.

Dazu die Morcheln in ein Sieb stürzen und mit Wasser abspülen. Mehrmals mit der Hand ausdrücken und wieder spülen. Winzige Morcheln ganz lassen, die anderen grob haken und beiseite stellen.



In einer Pfanne die Zwiebeln in der Butter hellgelb andünsten. Die Morcheln dazugeben und einige Minuten mit dünsten. Mit dem Weißwein angießen. Den Kalbsfond dazugeben und die ganze Flüssigkeit bei stärkerer Hitze auf  $\frac{1}{4}$  einreduzieren.

Die Temperatur zurücknehmen und die Sahne angießen. Leicht köchelnd etwas sämig werden lassen.

Mit Salz, Pfeffer und wenig Zitronensaft abschmecken.

**Tipp:**

Passt vorzüglich zu Bandnudeln (Fettucine) und kurzgebratenen Stücken vom Schweinefilet.

# Orangensauce (kalt)

## Zutaten:

Für 6 Personen  
150 g Zucker  
Saft von 1 Zitrone  
4 cl Grenadine  
Saft von 4 Orangen  
50 g Kumquats-Konfitüre  
2 cl Whisky  
1 TL Stärkemehl/mehl

## Zubereitung:

Zucker mit etwas Zitronensaft zu Karamell schmelzen lassen. Mit Grenadine ablöschen.

Den Orangensaft mit dem restlichen Zitronensaft dazugeben. Danach Konfitüre und Whisky beigeben und etwa drei Minuten leicht kochen lassen, eventuell abschäumen.

Die Kartoffelstärke mit dem

Schneebesen in die Sauce rühren und kalt stellen.

Wer mag, kann die Orangensauce noch mit Orangenfilets und Minze ausgarnieren.



## Tipp:

Orangensauce passt u.a. zu Mousse au Chocolat.

# Pesto Genovese

## Zutaten:

2 Tassen grob gehackte frische Basilikumblätter  
1-1½ Tassen Olivenöl  
½ Tasse geriebenen Parmesankäse  
2 EL gemahlene Pinienkerne  
2 TL fein gehackter Knoblauch  
1 TL Salz  
½ TL gemahlener schwarzer Pfeffer

## Zubereitung:

Alles bis auf den Käse in den Mixer geben und fein pürieren.  
In eine Schüssel geben und den Käse unterrühren.

## Tipp:

Eine Abwandlung ist das Bärlauch-Pesto. Hierbei ersetzt man das Basilikum durch Bärlauch und Petersilie (Anteile nach Vorliebe für Knoblauchgeschmack) und verzichtet auf Knoblauch und Pfeffer.

In einem verschließbaren Behälter kann man Pesto im Kühlschrank vier Wochen ohne Geschmacksverlust aufbewahren. Vor jedem Gebrauch gut aufrühren.

Die Pinienkerne zerkleinert man am einfachsten in der Moulinette.



# Pfeffersauce

## Zutaten:

Für ein 2 Personengericht  
*Sauce nach dem Grundrezept unter Verwendung von Fleischfond*  
50-70 schwarze Pfefferkörner (ca. 2-3 g)

## Zubereitung:

Die Pfefferkörner auf die Arbeitsplatte legen (immer jeweils 5-10 Stück) und mit der flachen Seite des Küchenbeils oder einem anderen geeigneten Gegenstand zerdrücken. Es müssen grobe Pfefferstücke entstehen.

In den letzten 10 Minuten der Köchelphase den Pfeffer in die Sauce geben.

Danach das Abschmecken mit Zitrone, Zucker und Salz vornehmen.



## Tipp:

Eine klassische Sauce zum Filetsteak vom Rind.

# Safran-Pernod Sauce

## Zutaten:

Für ein 2 Personengericht

*Sauce nach dem Grundrezept unter Verwendung von Fischfond*

2 EL Pernod

## Zubereitung:

Die Safranfäden im Mörser zerreiben und in den letzten 10 Minuten der Köchelphase mit dem Schneebe- sen in die Sauce rühren.

Den Pernod zugeben und die Sauce abschmecken.



## Tipp:

Vorzügliche Sauce zu weißem Seefisch, wie Loup de Mer, Dorade, Steinbeißer, Seeteufel, Jakobsmuscheln u.ä.

# Sahnesauce

## Zutaten:

4 EL Butter  
4 EL Mehl  
 $\frac{1}{8}$  l süße Sahne  
1 TL Salz  
Weißer Pfeffer  
1 EL Zitronensaft  
4 bis 8 EL weiche Butter

## Zubereitung:

In einem schweren, 2 bis 3 l fassenden Topf lässt man 4 EL Butter auf mäßiger Hitze zergehen. Sobald der Schaum verschwindet, nimmt man den Topf vom Feuer und röhrt das Mehl hinein. Auf schwache Hitze zurücksetzen und ein oder zwei Minuten durchschwenken. Den Topf

vom Herd nehmen und nach und nach die eingekochte Pochierflüssigkeit (aus dem Gericht „Seezungenfilets mit Champignons“, oder eine vergleichbare Basis) zugeben, dabei ständig rühren. Dann schaltet man wieder auf hohe Temperatur und kocht, ständig mit dem Schneebesen schlagend, bis die Sauce aufwallt. Sie soll sehr dick sein. Dann die Sahne zugeben und wieder zum Köcheln bringen. Esslöffelweise mit Sahne verdünnen, bis die Sauce den Löffel leicht überzieht. Mit Zitronensaft, Salz und weißem Pfeffer würzen. Die Sauce vom Feuer nehmen und nach Belieben esslöffelweise weiße Butter einrühren.

## Tipp:

Dies ist ein Rezept auf Basis einer sog. Mehlschwitze. Sahnesaucen jeder Geschmacksrichtung z.B. Estragon, Pfeffer u.a. lassen sich auch auf andere Weise herstellen. Siehe „Grundrezept Saucen“.

# Sauce Bolognese

## Zutaten:

Für etwa  $2\frac{1}{2}$  Tassen  
125 g geräucherter Schinken, in feine Würfel geschnitten  
1 Tasse fein gewürfelte Zwiebeln  
 $\frac{1}{4}$  Tasse Mohrrüben  
1 Tasse fein gewürfelte Stangensellerie  
4 EL Butter  
2 EL Olivenöl  
375 g bestes Rindfleisch  
125 g mageres Schweinefleisch  
 $\frac{1}{2}$  Tasse trockener Weißwein  
2 Tassen Rinderbouillon  
2 EL Tomatenmark  
250 g Hühnerleber  
1 Tasse süße Sahne  
1 Prise Muskatnuß  
Salz  
schwarzer Pfeffer

## Zubereitung:

Die Schinken-, Zwiebel-, Möhren- und Stangenselleriewürfel sollten alle gleich groß sein, ca. 4 x 4 mm. (Diese Mischung heißt *battuto*, nach dem Kochen *soffritto*). 2 EL Butter in einer 25 bis 30 cm großen Pfanne über mittlerer Hitze zerlassen. Wenn der Schaum sich gelegt hat, den *battuto* hineingeben und unter häufigem Umrühren 10 Minuten leicht bräunen. Den *soffritto* in einen 3 bis 4 l fassenden Topf tun. In derselben Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen und das Fleisch, das zweimal durch den Wolf gedreht wurde, bei mäßiger Hitze unter ständigem Rühren braten.

Den Wein hinzugießen, die Temperatur erhöhen und unter dauerndem Rühren rasch kochen lassen, bis fast alle Flüssigkeit eingekocht ist. Das Fleisch zu dem im Kochtopf befindlichen *soffritto* hinzufügen und die Bouillon und das Tomatenmark hinein röhren. Bei großer Hitze zum Kochen bringen, dann die Temperatur reduzieren und das Gericht teilweise bedeckt unter gelegentlichem Rühren 45 Minuten schmoren lassen. Inzwischen werden 2 weitere EL Butter bei großer Hitze in der ursprünglichen Pfanne zerlassen, und wenn der Schaum sich gelegt hat, die Hühnerlebern

hineingetan. 3 oder 4 Minuten braten, bzw. bis sie fest und leicht gebräunt sind. Die Hühnerlebern in kleine Würfel schneiden, beiseite stellen und während der letzten 10 Minuten in der Sauce mitkochen lassen. Ein paar Minuten vor dem Anrichten die Sahne hinein rühren und erhitzen. Abschmecken und mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen.

**Tipp:**

Sauce Bolognese serviert man zu einer Pasta oder verwendet sie, ohne Sahne, für Lasagne.



# Sauce Suzette

## Zutaten:

6 Stücke Würfelzucker  
1 große unbehandelte Zitrone  
2 unbehandelte Saftorangen  
125 g weiche Butter  
1 EL Zucker

## Zubereitung:

Drei der Zuckerwürfel rundum an der Zitronenschale abreiben, so dass das Öl am Zucker haften bleibt. Die anderen Würfel auf die gleiche Art an den Orangen abreiben.  
Die Orangen auspressen und den Saft durch ein Sieb in einen Messbecher geben. Man sollte 1/8 l Saft erhalten.

Alle Zuckerwürfel in den Orangensaft geben, rühren und drücken, bis sich der Zucker aufgelöst hat.

Bei Zimmertemperatur aufbewahren.

Die Butter mit 1 EL Zucker in einer Schüssel schaumig rühren

Die Butter in einer unbeschichteten Pfanne von ca. 30 cm Durchmesser, möglichst einer Flambierpfanne, erwärmen bis sie flüssig ist ohne zu bräunen. Den gesüßten Orangensaft dazugeben und unter häufigem Rühren sprudelnd kochen, bis die Sauce auf 1/8 l reduziert ist.

## Tipp:

Die Zubereitung von Crêpes Suzette sollte ab dem Handhaben der Pfanne am Tisch vor den Gästen stattfinden.



# Sauce Tatar

## Zutaten:

Für 4 Personen  
1 Ei  
1/2 TL Senf  
Saft von einer 1/2 Zitrone  
1 Prise Zucker  
100 ml Öl  
1 hart gekochtes Ei  
8 Cornichons  
1 TL Kapern  
1 Sardelle  
1/2 Bund Schnittlauch  
Salz, Cayennepfeffer  
1 EL geschlagene Sahne

## Zubereitung:

Ei, Senf, Zitronensaft, Zucker und das Öl in einen hohen Becher geben und mit dem Stabmixer rasch cremig aufschlagen.  
Das hart gekochte Ei, Cornichons, Kapern und Sardelle mit einem großen Messer fein hacken, den Schnittlauch fein schneiden.  
Alles unter die Mayonnaise rühren und mit Salz und Cayenne würzen.  
Zum Schluss die geschlagene Sahne locker unter die Sauce Tatar ziehen.



# Saucen (Grundrezept)

## Zutaten:

Für ein 2-Personengericht

$\frac{1}{2}$  gewürfelte Zwiebel

$\frac{1}{4}$  l Fond

$\frac{1}{8}$  l trockener Weißwein

$\frac{1}{4}$  l süße Sahne

1 EL Butter

1 Lorbeerblatt

6 schwarze Pfefferkörner

## Zubereitung:

In einem Topf die Zwiebelwürfel in Butter hellgelb andünsten. Mit dem Wein ablöschen und den Fond dazugeben. Lorbeerblatt und Pfefferkörner hineingeben und eine halbe Stunde köcheln lassen.

Durch ein Sieb in eine Sauteuse gießen und bei starker Hitze auf ein Viertel einreduzieren.

Die Hälfte der Sahne dazugeben und auf schwacher Hitze ganz leicht köcheln lassen. Gelegentlich die

entstehende Haut und die sich am Rand absetzende Sahne unterrühren. Das Einköcheln auf die gewünschte Konsistenz kann eine halbe Stunde dauern. Einen Teil der verbleibenden Sahne benutzt man um entweder die Sauce zu verlängern, die Konsistenz zu verdünnen oder den Geschmack zu mildern.

Mit Zitronensaft, Salz und Zucker abschmecken.

## Tipp:

Durch Verwendung unterschiedlicher Fonds, sowie Einsatz von Kräutern und weiterer Gewürze, entstehen aus diesem Grundrezept verschiedene, sehr leckere Sahnesaucen, wie Pfeffer-, Estragon- oder Sauerampfersauce.

# Thousand Island Dressing

## Zutaten:

225 g Mayonnaise  
150 g Natur-Joghurt  
75 g (4 EL) Tomatenmark  
5 Tropfen Tabasco oder  
3 Tropfen Piripiri  
1 EL Zitronensaft  
je  $\frac{1}{2}$  Paprikaschote rot und grün  
3 Cornichons  
1 hartgekochtes Ei  
5 Stängel Petersilie  
Salz und Pfeffer

## Zubereitung:

Paprika und Gurken in möglichst winzige Würfelchen schneiden.  
Das Ei über Kreuz durch den Eierschneider drücken und zusätzlich sehr klein hacken.  
Die Petersilie fein wiegen.  
Alle Zutaten miteinander vermischen.  
Mit Salz und Pfeffer abschmecken.  
30 Minuten ziehen lassen und nochmals abschmecken.

Um der Sauce noch eine besondere Note zu geben, kann man noch winzige Würfel eines süßen Obstes darunter mischen, z. B. Weinbergpfirsich, Mango, Sharon, Birne o.ä.)



# Thunfischsauce

## Zutaten:

300 g Thunfisch aus der Dose (in Öl)  
12 Sardellenfilets  
3 Eigelbe  
6 EL Zitronensaft  
 $\frac{3}{4}$  Tasse süße Sahne  
1 Tasse Kalbsfond  
 $2\frac{1}{4}$  Tassen Olivenöl  
6 EL kleine Kapern (Nonpareilles)  
 $\frac{1}{2}$  TL gemahlener weißer Pfeffer  
 $\frac{1}{2}$  TL Salz

## Zubereitung:

Die Sardellen 10 Minuten wässern, mit Küchenpapier abtrocknen und grob zerschneiden.

Alles außer den Kapern, der Sahne und dem Kalbsfond in den Mixer geben und pürieren.

Es entsteht ein mayonnaiseartiger Brei.

In eine Schüssel geben und die Sahne und so viel

Kalbsfond mit dem Schneebesen unterrühren, bis er den Charakter einer sämigen Sauce annimmt.

Dann die Kapern dazugeben.

## Tipp:

Diese Soße ist z.B. die Grundlage des Vitello Tonnato.



# Tomatensauce

## Zutaten:

Für etwa 3 Tassen  
3 EL Olivenöl  
1 Tasse feingehackte Zwiebeln  
1 EL feingehackter Knoblauch  
4 Tassen italienische Dösentomaten, grob gehackt, aber nicht abgetropft  
150 g Tomatenmark  
1 EL getrocknetes Oregano, zerrieben  
1 EL feingehacktes frisches Basilikum  
1 Lorbeerblatt  
2 TL Zucker  
1 EL Salz  
schwarzer Pfeffer

## Zubereitung:

In einem 3 bis 4 l fassenden Kochtopf die 3 EL Olivenöl erhitzen und darin die feingehackten Zwiebeln bei mäßiger Hitze und häufigem Umrühren 7 bis 8 Minuten dünsten. Wenn die Zwiebeln weich und glasig, aber nicht braun sind, 1 EL gehackten Knoblauch hinzufügen und unter dauerndem Rühren 1 oder 2 Minuten weitererhitzen.

Dann die grob gehackten Tomaten mit ihrem Saft, Tomatenmark, Oregano, Basilikum, Lorbeerblatt, Zucker, Salz und ein wenig frisch gemahlenen Pfeffer hineingehen.

Die Sauce zum Kochen bringen, die Hitze stark reduzieren und unbedeckt unter gelegentlichem Rühren mindestens 1 Stunde lang schwach

kochen lassen.

Wenn die Sauce fertig ist, sollte sie dick und ziemlich glatt sein. Das Lorbeerblatt entfernen. Abschmecken und mit Salz und frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer würzen. Wenn eine noch glattere Sauce gewünscht wird, die Sauce mit dem Pürierstab bearbeiten oder mit dem Rücken eines Holzlöffels durch ein Sieb passieren.

# Vinaigrette

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen

100 ml Wasser

50 ml Olivenöl

3 TL sehr fein gehackte Zwiebel

2 TL scharfer Senf

1 EL gehackte Petersilie

1 TL Zucker oder Honig

1 sehr fein geschnittene Knoblauchzehe

$\frac{1}{2}$  TL Salz

Pfeffer

## Zubereitung:

Alle Zutaten in ein verschließbares, becherförmiges Gefäß (z.B. ein Marmeladen- oder Fondglas mit Schraubdeckel) geben und so lange wie einen Mixbecher schütteln, bis Alles gut vermischt ist.

## Tipp:

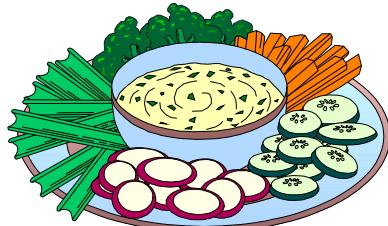
In Küchenfachgeschäften gibt es praktische Gefäße, auf denen die Mengenangabe schon aufgedruckt ist.

Mit der Zeit und dem Gebrauch verblassen leider Schrift und Eichstriche, so dass man sich wieder an das Rezept halten sollte.





# Dips und Chutneys



	Seite
Apfel-Blutwurst-Dip	206
Chutney von grünen Tomaten	207
Fish'n Chips-Dip	208
Geträufelter Obatzter	209
Gewürzjoghurt	210
Hummus	211
Käsefondue-Dip	212
Marsala-Auberginen-Dip	216
„Obatzta“ (mein Standard)	214
Saint-Tropez-Dip	215

# Apfel-Blutwurst-Dip

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen

*1 Blutwurst, frisch vom Metzger  
1 Schalotte  
2 Äpfel (Elstar, Boskop)  
1 TL Butter  
1 TL Mehl  
1 EL Essig  
50 ml Apfelsaft  
Salz, Pfeffer  
etwas Petersilie*

## Zubereitung:

Die Schalotte und die Äpfel schälen und fein würfeln, die Blutwurst aus der Pelle schälen und grob würfeln.

In einer Kasserolle 1 TL Butter schaumig schmelzen, einen 1 TL Mehl darüber stäuben und mit einem Holzlöffel ca. 30 Sekunden rühren. Äpfel und Schalotte darin ca. 1 Minute anschwitzen, die Blutwurst zugeben, eine weitere Minute anschwitzen und mit etwas Essig und Apfelsaft ablöschen.

Ca. 3 Minuten köcheln lassen, dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mit etwas gehackter Petersilie servieren.



# Fish'n Chips-Dip

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen

200 g Bacalhau, (gewässert)

1 Schalotte

1 Stange Staudensellerie

1 Karotte

etwas Weißwein zum Ablöschen

1 EL Essig

1 Eigelb

1 Spritzer Zitronensaft

Salz

1 EL Wasser

80 ml Olivenöl

## Zubereitung:

Schalotte, Sellerie und Karotte würfeln und in einer Kasserolle in etwas Olivenöl anschwitzen. Den Bacalhau trocken tupfen, würfeln und mit dem Gemüse anbraten. Mit dem Weißwein ablöschen und einen Deckel auf die Kasserolle legen, vom Feuer nehmen und zwei Minuten ziehen lassen.

Dann mit einem Pürierstab fein aufmixen und mit etwas Essig abschmecken.

Das Eigelb in eine Schüssel geben, etwas Zitronensaft und eine Prise Salz dazugeben, mit einem Rührbesen aufschlagen. Einen Esslöffel Wasser unterrühren und das Olivenöl in einem dünnen Strahl und unter ständigem Rühren hinzufügen.



# Geträufelter Obatzter

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen

*1 Schalotte (150 g)  
200 g reifer Camembert  
ein Schuss Weißbier  
100 g Doppelrahm-Frischkäse  
2 TL Schmand  
1 TL Trüffelöl  
1 TL Paprika edelsüß  
Salz  
schwarzer Pfeffer  
1 Bund Schnittlauch*

## Zubereitung:

Schalotte fein würfeln, Camembert würfeln und mit dem Weißbier, Frischkäse und Schmand in einer Schüssel mit dem Pürierstab mixen.

Etwas Trüffelöl zugeben, Paprika, eine Prise Salz, Pfeffer und die Schalottenwürfel untermischen.

Mit etwas Schnittlauch garnieren.



# Gewürzjoghurt

## Zutaten:

Für 4 Personen  
1 Espressolöffel Koriandersamen  
1 Msp. Kümmel  
1 Stück Kardamom  
 $\frac{1}{2}$  Sternanis  
1 Lorbeerblatt  
3 Nelken  
je 1 Schalenstreifen von Orange,  
Zitrone  
1 Sträußchen Thymian  
220 g Joghurt  
220 g Sauerrahm  
Salz  
Zucker

## Zubereitung:

Joghurt-Gewürze im Mörser zerstoßen, mit übrigen Zutaten für verrühren.  
Mit Salz und Zucker abschmecken und 10 Minuten ziehen lassen.  
Dann den Joghurt durch ein sehr feines Sieb streichen.  
Gehört u. a. zum Couscous.



# Guacamole

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen  
1 Schalotte  
2 Zehen Knoblauch  
etwas Pflanzenöl  
100 ml Guavensaft  
3 Chilischoten rot  
1 Vanilleschote  
2 Avocados  
1 Limette  
1 EL Weißweinessig  
2 Tomaten  
3 Stängel Koriander  
Salz

## Zubereitung:

Schalotte schälen und fein würfeln, Knoblauch hacken, beides in Öl in einer Kasserolle anschwitzen, mit Guavensaft ablöschen.

Chilischoten entkernen und schneiden, Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark auskratzen, mit den Chilis zum Guavensaft geben. Ca. 2 Minuten köcheln, vom Feuer nehmen, abkühlen lassen.

Avocados schälen und entkernen, eine davon fein würfeln, die andere grob würfeln und mit Limettensaft pürieren. Ca. 1 TL Essig zugeben und salzen.

Tomaten entkernen, fein würfeln. Koriander fein hacken und mit den Avocados und Tomatenwürfeln unter die abgekühlte Masse mischen.

Mit Salz und Essig abschmecken.



# Hummus

## Zutaten:

Für 6 Personen  
250 g Kichererbsen  
270 g helle Sesampaste (Tahini),  
4 EL Zitronensaft  
4 zerdrückte Knoblauchzehen  
1½ TL Salz  
100ml eiskaltes Wasser  
1 TL Backnatron  
1½ Liter Wasser

## Zubereitung:

Die Kichererbsen waschen und über Nacht in Wasser einweichen.  
Danach abgießen und mit einem TL Backnatron für drei Minuten unter Rühren stark erhitzen. 1,5 Liter Wasser angießen, aufkochen lassen, abschäumen und weiterköcheln lassen, bis die Kichererbsen weich sind (etwa 30 Minuten).

Die abgegossenen Erbsen mit der Küchenmaschine oder dem Stabmixer pürieren.

Nacheinander die helle Sesampaste (Tahini), den Zitronensaft, die zerdrückten Knoblauchzehen, Salz und das eiskalte Wasser hinzufügen; alle Zutaten für etwa fünf Minuten glattpürieren und 30 Minuten kaltstellen.

Dazu passen nicht nur Fladenbrot und Rohkost.



# Käsefondue-Dip

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen  
100 g Gruyère  
100 g Appenzeller  
1 Glas Weißwein  
1 Stamperl Kirschwasser  
1 EL Frischkäse  
1 Eigelb

## Zubereitung:

Gruyère und Appenzeller reiben und mit Weißwein und Kirschwasser langsam in einem Topf schmelzen. Dann den Frischkäse und das Eigelb unterrühren.



# Marsala-Auberginen-Dip

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen

2 große Auberginen

1 EL Marsala-Currypaste

4 EL Öl

4 Cornichons

2 EL eingelegte Perlzwiebeln

Salz

Pfeffer

## Zubereitung:

Die Auberginen der Länge nach halbieren und an der Innenseite mit dem Messer gitterartig einritzen.

Dann die Innenflächen jeweils mit 1 EL Öl und etwas Currypaste einreiben, die Auberginen in eine Reihe legen und bei 170 Grad ca. 20 Minuten backen.

Cornichons und Perlzwiebeln fein hacken.

Wenn die Auberginen fertig sind, das noch heiße Fleisch mit einem Löffel aus der Haut kratzen und mit einem großem Messer fein hacken. Cornichons und Perlzwiebeln untermischen und bei Bedarf mit Salz und Pfeffer abschmecken.



# „Obatzta“

## Zutaten:

Für 4 Personen

175 g Frischkäse, Doppelrahmstufe  
125 g weiche Butter  
1 große Schalotte, in feinen Würfeln  
1 EL Paprika edelsüß  
1 TL Rosenpaprika  
1 TL Salz

## Zubereitung:

Alle Zutaten in einen Behälter geben und mit den Knethaken des Rührgerätes so lange vermischen, bis eine geschmeidige Creme entstanden ist.  
Im Kühlschrank aufbewahren.

Vor dem Servieren in Portionsschälchen auf Zimmertemperatur erwärmen lassen.



# Saint-Tropez-Dip

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen

100 g Kabeljaurogen

3 Scheiben trockenes Baguette

1 Limette

Salz

$\frac{1}{2}$  Glas Champagner Rosé

200 ml Olivenöl

1 Gläschen Keta-Kaviar

## Zubereitung:

Baguettescheiben in heißem Wasser einweichen, Kabeljaurogen in einer Küchenmaschine mixen, etwas Limettensaft und eine Prise Salz zugeben.

Baguette gut ausdrücken und unter die Masse mixen. Unter ständigem Rühren den Champagner dazugeben, und das Olivenöl langsam in einem dünnen Strahl eingießen.

Wenn die Masse sämig und sattrosa ist, kurz im Kühlschrank abkühlen lassen und dann den Keta-Kaviar untermischen. Den restlichen Champagner dazu servieren, sofern dann noch etwas übrig ist.





# Beilagen



	Seite
Baked Potatoes	218
Bayerische Semmelknödel	219
Bayerischer Kartoffelsalat	220
Blumenkohlpüree	221
Böhmisches Semmelknödel	222
Gnocchi (Siehe „Nachspeisen“)	339
Kartoffelgratin (Siehe „Aufläufe und Gratins“)	284
Kartoffel-Sellerie Püree	223
Pommes frites	224
Rösti	226
Serviettenknödel	227

# Baked Potatoes

## Zutaten:

Für 4 Personen  
4 große Kartoffeln  
4 TL Olivenöl  
4 TL Meersalz, grobes  
4 Prise Kümmel

## Zubereitung:

Die Kartoffeln gut waschen. Auf vier gleichgroßen Stücken Alufolie je einen Teelöffel grobes Meersalz und eine Prise Kümmel verteilen. Die Kartoffeln mit dem Olivenöl einpinseln und mit einer Gabel ein paarmal einstechen. Nun die Kartoffeln in der Salz/Kümmelmischung wälzen und einpacken. Die Kartoffeln bei 180 Grad für ca. 75 Minuten im Ofen garen.

So selten ich mit der Microwelle arbeite, aber hier ist sie von Vorteil.

Statt Alufolie benutzt man Küchenpapier, verfährt aber ansonsten in gleicher Weise.

In der Microwelle dauert das Garen auf höchster Stufe aber nur 20 Minuten.



# Bayerische Semmelknödel

## Zutaten:

Für 2 Knödel  
3 Semmeln vom Vortag  
 $\frac{1}{2}$  Zwiebel  
10 g Butter  
125 ml Milch  
1 Ei (Klasse M)  
1 EL gehackte Petersilie  
Salz  
Schwarzer Pfeffer

## Zubereitung:

Die Semmeln in Würfel schneiden, 1x1 cm. Die Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in der Butter hellgelb anbraten.  
Die Zwiebel nach dem Abkühlen mit dem Ei in die Milch geben und leicht salzen und pfeffern. Mit dem Stab pürieren.  
Mit der Petersilie über die Semmelwürfel geben und zu einem Teig verkneten. Diesen ca. eine Stunde ruhen lassen.



Mit nassen Händen aus dem Teig zwei Knödel formen und in kochendes Salzwasser legen. Aufkochen und 25 Min. ziehen lassen. Heraus nehmen und etwas abdampfen lassen.

Eventuell mit zusätzlicher gehackter Petersilie bestreuen.

# Bayerischer Kartoffelsalat

## Zutaten:

Für 4 Personen  
400 g Salatkartoffeln  
2 Weiße Zwiebeln  
220 ml Wasser  
32 ml milden Essig  
36 g Zucker  
26 g Salz  
1 MS Senf

## Zubereitung:

Die Salatkartoffeln abkochen (20 bis 22 Min.) und so heiß wie möglich pellen. Ich mache das mit Peeling-Handschuhen (aus der Kosmetik) unter warmem Wasser.  
Während der Kochzeit der Kartoffeln die restlichen Zutaten, außer den Zwiebeln, vermischen und kurz aufkochen. Bei Seite stellen.

Die geschälten Kartoffeln auf dem Hobel in 2 bis 2 mm dicke Scheiben schneiden. Mit den Zwiebeln vermengen und die warme Flüssigkeit darüber geben.

Nochmals gut vermischen und den Salat lauwarm servieren z.B. zum Schnitzel.



# Blumenkohlpüree

## Zutaten:

Für 4 Personen

400 g Blumenkohl

4 Lauch- bzw. Frühlingszwiebeln

60 g Butter

200 ml Wasser

100 ml Sahne

Salz

Pfeffer

Muskat

## Zubereitung:

Blumenkohl waschen, in kleine Röschen teilen, Stiele mitverwenden (kleine Röschen aufheben als Beilage! Garnitur, in 20 g Butter anschwenken).

Lauchzwiebeln waschen, klein schneiden, nur das Weiße verwenden. In einem Topf Butter zerlaufen lassen. Lauchzwiebeln und Blumenkohl mit den Stielen darin andünsten. Bei niedriger Temperatur langsam dünsten, etwas Wasser zugeben, bei geschlossenem

Deckel weich dämpfen. Nach und nach immer wieder Wasser zugeben.

Zum Schluss die leicht erwärmte Sahne darüber geben, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Dann alles mit dem Stabmixer zu einem glatten Püree mischen.

Mit den in Butter angeschwenkten, noch leicht bissfesten kleinen Röschen garnieren.



## Tipp:

Passt z.B. als Beilage zum Saibling mit Wodkasauce.

# Böhmisches Semmelknödel

## Zutaten:

Für 2 bis 3 Knödel  
80 g Semmelwürfel  
1 Ei  
70 g Mehl  
1 dl Milch  
50 g Butter  
Salz

## Zubereitung:

Mit 50 cl Milch die Würfel benetzen.  
Die zerlassene Butter über die Würfel geben.  
Ei und 50 cl Milch verquirlen und über die Würfel geben.  
Salzen und mit dem Mehl zu einem Teig festigen.

Apfelgroße Knödel formen und in Salzwasser 25 Minuten köcheln.



## Tipp:

Knödel lassen sich über Dampf wieder sehr gut aufwärmen.  
Kalt in Scheiben geschnitten und mit Rührei in der Pfanne gebraten schmeckt auch sehr gut.

# Kartoffel-Sellerie Püree

## Zutaten:

Für 4 Personen:

6 mittelgroße, mehlig kochende Kartoffeln

$\frac{1}{2}$  Sellerieknothe

$\frac{1}{2}$  l Fleischbrühe

$\frac{1}{2}$  Tasse heiße Milch

## Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen und in Würfel (ca. 1,5x1,5 cm) schneiden.

Mit dem Sellerie ebenso verfahren.

Die Fleischbrühe zum Kochen bringen und die Selleriewürfel hineingeben und weiterkochen.

Nach 10 Minuten die Kartoffelwürfel dazugeben. Weitere 25 Minuten kochen. Bis auf einen kleinen Rest Brühe abgießen. Mit den Besen des elektrischen Handrührgerätes Kartoffeln, Sellerie und Butter ganz kurz durchrühren und für 2 bis 3 Minuten ruhen lassen. Etwas Milch dazugeben und nochmals durchrühren.

Bei der handwerklich etwas anspruchsvoller Version nimmt man statt des Rührgeräts die Kartoffelpresse. Das ergibt eine feinere, nicht so klebrige Konsistenz. Butter und gegebenenfalls Milch muss man dann mit dem Schneebesen unterrühren.

Der Aufwand lohnt sich aber.

## Tipp:

Passende Beilage zu gebratener Kalbsleber, Lammrücken oder feinen Wildgerichten, aber auch zu Fleischklopsen.



# Pommes frites

## Zutaten:

Mehlig kochende Kartoffeln  
Öl zum Ausbacken, ersatzweise gehärtetes Pflanzenfett  
Salz

## Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen, waschen, abtrocknen und der Länge nach in höchstens 1 cm dicke Scheiben schneiden. Dann die einzelnen Scheiben in 1 cm breite Stäbchen zerteilen. Die Stücke niemals dicker zuschneiden, denn sonst ver-

bleibt in der Mitte der Stäbchen auch nach langem Frittieren ein Kern von mehligem, schwer verdaulichem und im Mund unangenehm wirkendem Fruchtfleisch. Es ist immer empfehlenswert, die Stäbchen vor dem Frittieren zu waschen und abzutrocknen, denn dadurch wird auf der Oberfläche haftende überflüssige Stärke entfernt. Durch diese Stärke kleben die Stäbchen häufig aneinander und werden nicht gleichmäßig braun.

Die Stäbchen in einen Frittierkorb legen und in ein reichliches Ölbad (ersatzweise Fett verwenden) tauchen, das rauchend heiß sein muss. Beim Eintauchen in das etwa 180 Grad heiße Bad, die Hitze des Fett-Bades kann man durch einen eingetauchten Holzlöffelstiel kontrollieren: Es müssen kleine Bläschen heftig daran aufsteigen, werden die Kartoffeln sofort von der Hitze angegriffen, ohne dass sie sich mit Fett voll saugen. Da sie kalt sind, wird die Temperatur des Ölbads dabei auf etwa 160 Grad gesenkt. Bei dieser zurückgenommenen Temperatur werden die Kartoffeln nun unter ständiger Überwachung frittiert, bis sie eine hellgelbe Farbe anzunehmen beginnen. Die Temperatur des Öls sinkt dabei bis etwa 150 Grad ab, wo sie gehalten werden muss, da die Kartoffeln bei tieferer Temperatur nicht mehr ausbacken, sondern zu kochen beginnen.

Nach 5 Minuten den Garungsgrad überprüfen. Dazu ein Stäbchen herausnehmen und zwischen den Fingern zerdrücken. Wenn sich das

Fruchtfleisch leicht zerdrücken lässt, die Kartoffeln mit dem Frittierkorb herausheben und abtropfen lassen. Das Öl wieder erhitzen, bis es erneut zu rauchen beginnt und 180 Grad heiß sind.

Während dieses ersten Frittierbades hat das plötzliche Eintauchen der Kartoffeln in das heiße Fett dazu geführt, dass dieses mit der in den Kartoffeln enthaltenen Stärke auf der Oberfläche eine Verbindung eingegangen ist und eine dünne Schicht gebildet hat, wodurch ein Teil der in den Kartoffeln enthaltenen Feuchtigkeit eingeschlossen wurde. Durch die Erhitzung dieser Flüssigkeit ist das Fruchtfleisch im Innern der Stäbchen sozusagen gekocht worden und also gar.

Die während des erneuten Erhitzens des Öls lauwarm oder kalt gewordenen Stäbchen werden nun zum zweiten Mal sehr plötzlich in das hei-

ße



Ölbad getaucht. Dabei verhärtet sich die bereits gebildete, isolierende Schicht, wird golden und knusprig und blättert sich durch den im Inneren der Stäbchen entstehenden Dampfdruck auf.

Wenn die Stäbchen eine schöne dunkelgoldene Farbe bekommen haben, werden sie mit dem Frittierkorb aus dem Öl genommen, gut abgetropft und mit einer Prise Salz bestreut. Durchmischen und anrichten. Sofort servieren, solange die Stäbchen noch nicht aufgeweicht sind.

Ein sehr umfangreicher Text für eine Sache, die sich die meisten Menschen aus TK-Ware zubereiten. Wer es einmal versucht hat, wird mir bestätigen, dass sich der Aufwand lohnt.

# Rösti

## Zutaten:

Für 4 Personen  
8 große Kartoffeln (festkochend)  
 $\frac{1}{2}$  TL Salz  
1 EL Öl  
20 g Butterschmalz

## Zubereitung:

Die Kartoffeln 10 bis 12 Min. kochen, auskühlen lassen und pellen. Abgedeckt im Kühlschrank für eine Stunde kühl stellen. Unmittelbar vor dem Braten auf einem groben Hobel mit tropfenförmigen Schneidöffnungen reiben und mit

dem Salz vermischen.

In einer beschichteten Pfanne (Durchmesser ca. 25 cm), mit ausreichend hohem Rand, Öl und Butterschmalz erhitzen.

Die geriebenen Kartoffeln hineingeben und etwas andrücken.

10 Min. braten, dann einen Teller in passender Größe auflegen und die Pfanne wenden. Die Kartoffeln, die jetzt eine goldgelbe Farbe haben, vom Teller in die Pfanne gleiten lassen und die zweite Seite 8 bis 10 Min. braten.

Das Rösti wird wie ein Kuchen auf einem großen Teller serviert und aufgeschnitten.



## Tipp:

Ein sog. „Berner Rösti“ bereitet man zu, indem den Kartoffeln vor dem Braten in kleine Würfel geschnittener und leicht angebratener Schinkenspeck untergemischt wird. Sie schmecken herzhafter, eignen sich aber nicht so gut als Beilage für feine Fleischgerichte, wie „Zürcher Geschnetzeltes“. Dann besser nur ein Spiegelei.

# Serviettenknödel

## Zutaten:

Für 6 Personen

320 g Semmelwürfel

200 g Butter

300 g Mehl

9 EL gehackte Zwiebeln

6 EL gehackte Petersilie

1 gestrichener TL Muskat

2 TL Salz

3 Eier plus 1 Dotter

250 ml Milch

## Zubereitung:

Die Semmelwürfel in drei Partien in jeweils 60 g Butter hellbraun anrösten.

Im Rest der Butter die Zwiebeln andünsten.

Zwiebeln, Petersilie, Milch, Eier und Dotter, Salz und Muskat verrühren und mit dem Mehl zu einem nicht zu festen Teig vermischen.

Die ausgekühlten Semmelwürfel

darunterheben und die Masse min. 1 Stunde ruhen lassen.



Zwei Rollen formen (ca. 8 cm Durchmesser) und in „Servietten“ (Windeln, Verbandsmull) einwickeln, die Enden mit Küchengarn zubinden.

30 Minuten in leicht gesalzenem Wasser köcheln.

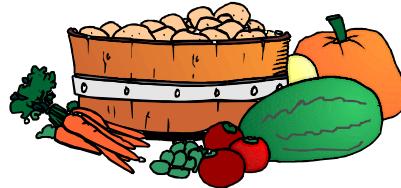
Danach auswickeln, abdampfen lassen und in 2 cm dicke Scheiben schneiden.

**Tipp:**

Das Schneiden geht sehr gut am besten mit einem elektrischen Messer oder man benutzt Küchengarn und schnürt die Rollen scheibenweise ab.

Grundsätzlich kann man auch die Knödelmasse der „Bayerischen Semmelknödel“ als Serviettenknödel zubereiten.

# Gemüse und Vegetarisches



	Seite
Bärlauchspätzle	231
Blaukraut	233
Brokkoli mit Pinienkernen und Rosinen	234
Couscous	235
Fenchelgemüse	236
Gratinierte Tomaten und Zucchini	238
Kartoffelpuffer	240
Käse-Fondue	241
Kochkäse	243
Marillenknödel	244
Pommes von Schwarzwurzeln	245
Provenzalisch Gemüse	246
Rahm-Pfifferlinge	248
Rosenkohl indisch	250

<b>Spinatnocken</b>	<b>251</b>
<b>Spinatrouade (Siehe „Vorspeisen“)</b>	<b>34</b>
<b>Steinpilz-Ragout mit Sellerie-Kartoffel-Flan</b>	<b>252</b>
<b>Tiroler Graukas-Taler</b>	<b>254</b>
<b>Tomaten mit Mozzarella</b>	<b>256</b>
<b>Topfennocken (siehe „Nachspeisen“)</b>	<b>344</b>
<b>Ziegenkäse im Teignest</b>	<b>258</b>
<b>Zucchiniflan mit Brin d'Amour</b>	<b>259</b>
<b>Zucchinipuffer</b>	<b>260</b>

# Bärlauchspätzle

## Zutaten:

Für 4 Personen  
200 g Bärlauch  
50 g glatte Petersilie  
100 g Sauerrahm (10% Fett)  
225 g Weizenmehl Typ 550  
50 g Hartweizengrieß  
4 Eigelbe  
2 Eier  
Salz  
1 EL Olivenöl  
150 g junge weiße Zwiebeln  
120 g Champignons  
30 g Butter  
frisch gemahlener Pfeffer  
1 Spritzer Zitronensaft  
frisch gemahlene Muskatnuss  
100 ml Gemüsebrühe  
50 g frischer Gratte paille oder  
Saint Andre (ohne Rinde, in  
Scheiben geschnitten)  
3 EL Schnittlauch, in Röllchen

## Zubereitung:

Von Bärlauch (ein paar Blätter für Garnitur aufheben) und Petersilie Stiele abzupfen; gezupfte Kräuter waschen und trocken schleudern.

Mit dem Sauerrahm im Mixer sehr fein pürieren und die Paste durch ein Sieb passieren.

Mehl und Grieß in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde drücken, Eigelb, Eier, Salz, Öl und die Bärlauchpaste zufügen und alles mit einem Kochlöffel zu Teig verrühren.

Kräftig schlagen, bis der Teig eine glatte Konsistenz hat und zäh vom Löffel tropft; bei Bedarf noch Wasser zufügen.

In einem großen Topf viel Salzwasser zum Kochen bringen.

Zwiebeln schälen, vierteln und in dünne Scheiben schneiden.

Dünn aufgeschnittenen Schinken in feine Streifen schneiden.

Champignons putzen und vierteln. Butter in einer Pfanne zerlassen und Zwiebeln hinzufügen, salzen, pfeffern, langsam hellbraun braten - sie sollten schön weich sein.

Geviertelte Pilze 2 bis 3 Minuten mitbraten. Zitronensaft für weitere 2 Minuten hinzufügen.

Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Gemüsebrühe angießen.



Den Teig in den Spätzlehobel füllen und durch die Löcher in das sprudelnd kochende Wasser tropfen lassen. Spätzle sammern lassen, bis sie an der Oberfläche schwimmen.

Bärlauchspätzle mit einem Schaumlöffel herausheben, gut abtropfen lassen und mit den Champignons durchschwenken.

2 EL Schnittlauchröllchen darüber streuen, geschnittenen Käse darüber geben, zerlaufen lassen, mit den übrigen Schnittlauchröllchen bestreuen, pfeffern und servieren.

# Blaukraut

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen

1 kg Rotkohl

1 Apfel (250 g)

Saft 1/2 Zitrone

8 El Essig

150 g Zwiebel

50 g Gänsefett

1 El Johannisbeergelee

1 l Glühwein

## Zubereitung:

Geputztes Blaukraut in feine Streifen hobeln oder schneiden. Geschälten und entkernten Apfel stifteln, mit Blaukraut, Zitronensaft, 6 El Essig, eine Prise Salz, mischen und zugedeckt im Kühlschrank 24 Stunden ziehen lassen. Am nächsten Tag geschälte Zwiebeln in feine Streifen schneiden. Gänsefett zergehen lassen und Zwiebelstreifen darin andünsten. Mit 2 El Essig ablöschen. Mariniertes Blaukraut, Johannisbeergelee, und Glühwein dazugeben und zum Köcheln bringen. Im geschlossenen Topf im vorgeheizten Backofen bei 175° ca. eine Stunde garen. Wer es etwas weicher mag, auch gerne zwei Stunden.



# Brokkoli mit Pinienkernen und Rosinen

## Zutaten:

Für 4 Personen

1 kg Brokkoli

2 EL Fleur de Sel

2 EL Rohrzucker

1 Knoblauchzehe, in Scheiben geschnitten

1,5 l Wasser

3 EL Olivenöl

3 EL Pinienkerne

3 EL helle Rosinen, halbiert

2 Prisen Chili getrocknet

## Zubereitung:

Den Brokkoli vierteln und jeden Strunk schälen.

Fleur de Sel, Rohrzucker und Knoblauchzehe in einem Topf mit Wasser aufkochen, den Brokkoli hineingeben und bei geschlossenem Deckel weich kochen. Den Brokkoli aus dem Wasser nehmen, aber keinesfalls wie üblich mit Eiswasser abschrecken, sondern auf einer Porzellanplatte anrichten.

2 Kellen vom Kochwasser separat einkochen lassen, mit Olivenöl verrühren und über den Brokkoli gießen. Pinienkerne und Rosinen darüber verteilen und die Brokkolistiele unten mit etwas Chili bestreuen.



# Couscous

## Zutaten:

Für 4 Personen

150 g fein geriebene Blumenkohlröschen

150 g Couscous

2 EL Rosinen

25 g geröstete Pinienkerne

25 g geröstete Mandelblättchen

450 ml Gemüsebrühe

Saft von 2 Limetten

Abrieb von 2 Limetten

1 Msp. Ras el Hanout

50 g feine Apfelwürfel

je 1 fein geschnittenes Sträußchen

Blattpetersilie,

Minze,

Koriander

## Zubereitung:

Blumenkohlröschen, Couscous, Rosinen, Pinienkerne und Mandelblättchen vermengen.

Gemüsebrühe mit Limettensaft aufkochen, über den Couscous gießen und abgedeckt quellen lassen.

Anschließend Couscous mit Limettenabrieb, Ras el Hanout und Salz abschmecken.

Die geschnittenen Kräuter sowie die Apfelwürfel untermengen. Couscous z. B. ringförmig anrichten.

Man reicht dazu Gewürzjoghurt.



# Fenchelgemüse

## Zutaten:

Pro Person:

1 Fenchelknolle

$\frac{1}{4}$  Gemüsezwiebel

Hühnerbrühe

frisches Fenchelgrün

Butter

## Zubereitung:

Die Fenchelknollen in ihre einzelnen Schalen zerlegen.

Diese mit der Faser in 5 mm breite Streifen schneiden, ggf. bei sehr großen Knollen die Länge halbieren.

Die Streifen in Hühnerbrühe biss-fest kochen (ca. 10 bis 12 Minuten).

In kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen.

Die Zwiebel fein würfeln und in einer Pfanne in etwas Butter hell-gelb andünsten. Die abgetropften Fenchelstreifen dazugeben und bei mittlerer Hitze erwärmen.



Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit feingehacktem Grün, welches vor dem Zerlegen der Knolle abgeschnitten wurde, bestreuen.

**Tipp:**

Dieses Fenchelgemüse eignet sich sehr gut als Beilage zu feinen Fisch- oder Geflügelgerichten.

Die bei der Zubereitung anfallende Hühnerbrühe mit Fenchelschmack ergibt einen interessanten Zwischengang, wenn man sie nochmals unter Zugabe einer halben Chilischote aufkocht, mit Salz und Pfeffer abschmeckt, durch ein feines Sieb abgießt und in dünnwandigen Espressotassen heiß serviert.

# Gratinerte Tomaten und Zucchini

## Zutaten:

Für 4 Personen

*8 längliche San-Marzano-Tomaten  
1 trockene Scheibe Weißbrot  
1/2 Bund glatte Petersilie  
3-4 Stängel Oregano  
2 Knoblauchzehen  
Olivenöl  
Salz  
Pfeffer  
4 Zucchini  
1/2 Bund glatte Petersilie  
3 EL Paniermehl  
2 EL geriebener Parmesan  
2 Blätter Minze  
1 Zweig Rosmarin  
4 Scheiben festes Weißbrot*

## Zubereitung:

Tomaten waschen und längs halbieren, Kerne entfernen. Tomaten umgedreht auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Im Blitzhacker die trockene Brotscheibe nicht allzu fein zerkleinern. Kräuter, 1 Zehe Knoblauch und 1 EL Olivenöl beigeben, salzen, pfeffern. Mixen, bis eine grobkörnige Masse entsteht.

Ofen auf 140 Grad vorheizen. Backblech mit Folie auskleiden, Tomatenhälften mit der Füllung bestreichen, mit Olivenöl beträufeln. 40 Minuten backen, bis die Tomaten schön gratiniert sind.

Zucchini putzen, längs halbieren, mit einem Löffel den Kernbereich herausschaben. Fruchtfleisch einer Zucchini in den Blitzhacker geben. 1 Knoblauchzehe, Petersilie, Paniermehl, Parmesan und Minze beigeben. Mixen, bis eine grobkörnige Masse entsteht. Zucchini-hälften damit füllen, mit Olivenöl beträufeln, Rosmarinstücke auflegen.

Bei 180 Grad 15-20 Minuten backen. Brotscheiben toasten. Zucchini in die Mitte des Tellers legen, drum herum Tomaten und getoastete

Brotscheiben mit einigen Tropfen Olivenöl anrichten, mit frischem Oregano dekorieren.



# Kartoffelpuffer

## Zutaten:

Für 4 Personen  
12 große Kartoffeln  
3 Zwiebeln  
8 EL Mehl  
2 Eier  
Salz  
Pfeffer  
Öl

## Zubereitung:

Kartoffeln auf der großen Reibe reiben, mit viel Salz und wenig Pfeffer würzen. Eier und gewürfelte Zwiebeln dazugeben. Mit so viel Mehl bestäuben, dass die Kartoffelmasse bedeckt ist (kann mehr oder weniger als 8 EL sein). Alles ordentlich miteinander verrühren. Portionsweise Reibekuchen ausbacken. Müssen in Öl schwimmen.

Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.



# Käse-Fondue

## Zutaten:

Für 6 Personen

*250 g Schweizer Gruyère-Käse, grob gerieben  
250 g Schweizer Emmentaler Käse, grob gerieben  
1½ EL Stärkemehl  
½ l trockener Weißwein, vorzugsweise Neuchâtel  
1 mittelgroße Knoblauchzehe, geschält und mit der flachen Klinge eines schweren Messers zerdrückt  
2 EL Kirschwasser  
¼ TL frisch geriebene Muskatnuss  
⅛ TL Salz  
Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer  
1 Meterbrot, in 3 cm große Würfel geschnitten*

## Zubereitung:

Beide Käsesorten und 1½ EL Stärkemehl in einer großen Schüssel gründlich miteinander vermengen. Den Wein in eine 2 l fassende Fonduekachel (oder in eine 2 l fassende, feuergeschützte Emaillekasserolle) gießen, die Knoblauchzehe hineinlegen und über starker Hitze zum Kochen bringen. Den Wein 1 bis 2 Minuten sprudelnd kochen lassen, dann den Knoblauch herausnehmen und wegwerfen. Die Hitze so weit reduzieren, dass der Wein nur noch gerade siedet. Unter ständigem Rühren mit einer großen Gabel den Käse nach und nach hinein geben - jeweils etwa 4 EL gleichzeitig, die geschmolzen sein müssen, bevor die nächste

Portion kommt. Wenn die Fondue glatt und sahnig ist, röhrt man Kirschwasser, Muskat, Salz und einige Prisen schwarzen Pfeffer hinein und schmeckt ab.

Zum Servieren setzt man die Fonduekachel oder Kasserolle über einen Spiritusbrenner auf die Mitte des gedeckten Tisches und reguliert die Flamme so, dass die Fondue eben unter dem Siedepunkt bleibt. Daneben wird ein Korb mit Brotwürfeln gestellt. Traditionsgemäß spießt jeder Gast einen Brotwürfel auf seine Gabel



(vorzugsweise eine Fonduegabel mit langem Griff), dreht das Brot in der Fondué, bis es dick überzogen ist, und steckt es dann sofort in den Mund.

**Tipp:**

Neben den Brotwürfeln schmecken auch in Stücke geschnittene Birnen, die genauso aufgespießt und in den Käse getaucht werden.

# Kochkäse

## Zutaten:

Für ca. 950 g  
100 g Margarine  
150 g Butter  
300 g Handkäse  
125 g Schmelzkäse  
200 g Saure Sahne  
80 g Kondensmilch  
1 gestr. TL Natron  
Kümmel nach Geschmack

## Zubereitung:

In einem hohen, min. 2 l fassenden Topf Margarine, Butter und Schmelzkäse schmelzen.  
Den Handkäse in kleine Würfel schneiden, dazugeben und ebenfalls schmelzen. Unter ständigem Rühren die Sahne und die Milch dazugeben. Alles aufkochen lassen und das Natron dazugeben. Vorsicht! Das ganze schäumt jetzt stark auf (deshalb der große Topf).

Gegebenenfalls den Kümmel, den ich dazu in einer zweckentfremdeten Pfeffermühle gemahlen habe, dazugeben. Umrühren, vom Feuer nehmen und während des Erkaltens gelegentlich weiter rühren, damit sich keine Haut bildet.

In Portionsbehälter nach Wunsch abfüllen.



# Marillenknödel

## Zutaten:

Für 4 Personen  
250 g Quark (Topfen), 40 %ig  
250 g Mehl  
1 Ei  
etwas Zitronenschale, abgeriebene  
eine Prise Salz  
8 Aprikosen (Marillen) oder 10  
ebenso viel Würfel Zucker  
Semmelbrösel  
Zucker  
evtl. Zimt  
etwas Butter

## Zubereitung:

Topfen, Mehl, Ei, Zitronenschale und Salz zu einem glatten Teig verkneten und im Kühlschrank eine Stunde rasten lassen.

Die Marillen längs aufschneiden, entkernen und mit einem Würfel Zucker füllen.

Den Teig in so viele gleich große Stücke teilen, wie man Marillen hat. Die Stücke flach drücken und die Marillen damit umhüllen. Die Knödel in leicht siedendem Salzwasser 20 Minuten ziehen lassen.

Je nach Größe reicht der Teig für 8-10 Marillen.

Für die Brösel Butter in der Pfanne schmelzen lassen, Semmelbrösel und Zucker dazu geben und vorsichtig bräunen lassen. Wer mag, kann auch etwas Zimt mit dazu tun.

Wenn die Knödel fertig sind, in den Bröseln wälzen.



# Pommes von Schwarzwurzeln

## Zutaten:

Für 4 Personen  
400 g Schwarzwurzeln  
1 l Milch  
4 Eier  
2 EL Sahne  
4 EL Mehl  
120 g japanisches Paniermehl (Panko)  
1 l Pflanzenöl  
Salz, Pfeffer

## Zubereitung:

Schwarzwurzeln gründlich waschen, schälen und danach in Milch legen — sonst oxidieren sie und laufen dunkel an.

Schwarzwurzeln in Pommes-frites-große Stifte schneiden, etwa 5 cm lang und 0,5 auf 0,5 cm dick.

Eier mit der Sahne vermischen.

Mehl, Eier-Sahne-Gemisch und Paniermehl je in kleine Schüsseln geben.

Die Schwarzwurzelstreifen in Salzwasser kurz blanchieren: erst für zirka zwei Minuten in kochend heißes Wasser geben und dann in Eiswasser abschrecken.

Schwarzwurzeln trocken tupfen, salzen, pfeffern und im Mehl wenden, danach in die Eimasse geben und zum Schluss im Paniermehl wenden.

Die Schwarzwurzeln in heißem Pflanzenöl gold-gelb ausbacken.

Dazu passt Sauce Tatar oder ein anderer Dip nach Geschmack.



# Provenzalischs Gemüse

## Zutaten:

Für 2 Personen:

1 kleine Zucchini

$\frac{1}{2}$  Gemüsezwiebel

1 Stangen Sellerie

$\frac{1}{2}$  gelbe Paprikaschote

$\frac{1}{2}$  Fenchelknolle

2-3 Tomaten

1 Zweig Thymian

## Zubereitung:

Die Tomaten abbrühen, schälen, achtern und entkernen. Die Gemüsezwiebelhälfte dreimal quer und längs durchschneiden. Die Zucchini längs halbieren und in 3 mm dicke Scheiben schneiden. Die Selleriestange ebenfalls in 3 mm dicke Scheiben schneiden. Die halbe Paprikaschote quer halbieren und in  $1\frac{1}{2}$  cm breite Streifen schneiden. Mit der Fenchelknolle genauso verfahren.



In einer großen und tiefen Pfanne, ein Wog wäre ideal, das Öl erhitzen. Nach und nach die Gemüse hineingeben und unter ständigem Rühren bei großer Hitze anbraten. Man beginnt mit dem Gemüse mit der längsten Garzeit, also Fenchel, dann Paprika, Sellerie, Zwiebel und Zucchini.

Wenn sich bräunliche Ränder an den Gemüestücken zeigen, nimmt man die Pfanne vom Herd. Jetzt werden die von den Stengeln gezupften Thymianblättchen und die Tomatenstückchen untergemischt, dabei pfeffern.

Alles wird in ein entsprechend großes feuerfestes, flaches Gefäß gegeben, das man je nach Geschmack zuvor mit Knoblauch eingerieben hat und gibt es für min. eine Stunde in den mit 100° beheizten Backofen. Danach nochmals durchmischen und salzen.

Als Beilage zu Lammrücken, Kaninchen aber auch Loup de Mer.  
Kalt auch als Antipasto geeignet.

# Rahm-Pfifferlinge

## Zutaten:

Für 2 Personen  
250 g Pfifferlinge  
125 ml süße Sahne  
2 EL in feine Würfel geschnittener fetter Speck  
1 kleine Zwiebel  
1 EL Butter  
1 TL Rindessa  
Salz  
Schwarzer Pfeffer  
Zucker  
Zitronensaft  
2 EL feingeschnittene frische Petersilie

## Zubereitung:

Die Pfifferlinge von grobem Schmutz befreien, Stiele ggf. leicht abschneiden. Dann für ca. zwei Minuten in kochendem Wasser blanchieren. In einen Durchschlag geben.  
In einer Pfanne von ca. 27 cm Durchmesser, für die auch ein Deckel vorhanden ist, den Speck auslassen. Die Butter dazugeben und wenn der Speck, nachdem er glasig wurde, leicht Farbe annimmt, die fein gewürfelte Zwiebel dazugeben. Leicht anschwitzen und dann die Pfifferlinge dazugeben. Den Deckel auf die Pfanne setzen, damit die Pilze etwas

Wasser ziehen. Wenn sich so viel Wasser angesammelt hat, dass man die Rindessa darin gut auflösen kann, diese dazugeben und gut verrühren. Den Deckel bei Seite legen und die Sahne angießen. Bei mittlerer Hitze so weit einkochen, bis die Sahne eine schöne Konsistenz angenommen hat.



Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft, und Zucker abschmecken. Nach dem Anrichten mit der Petersilie bestreuen.

**Tipp:**

Hierzu passen Semmelknödel oder feine Bandnudeln (Fettucine).

# Rosenkohl indisch

## Zutaten:

Für 4 Personen

1 kg Rosenkohl

100 g Rote Linsen,

100 g getrocknete Aprikosen

1 weiße Zwiebel

2 EL Keimöl

1 EL gelbe Currysauce

1 Zimtstange

400 ml Geflügelbrühe

2 EL Aprikosenkonfitüre

100 g Vollmilch-Joghurt

Salz

weißer Pfeffer

## Zubereitung:

Rosenkohl putzen und Strünke einschneiden, in kräftigem Salzwasser 5 bis 8 Minuten kochen, bis er gar ist. In Eiswasser absecken. Linsen in einem Sieb kalt abbrausen. Aprikosen würfeln. Zwiebeln schälen, in feine Würfel schneiden und im Topf in Öl glasig anschwitzen, Currysauce zugeben und kurz mitdünsten. Nun Linsen zugeben, dann die Zimtstange, mit Geflügelbrühe auffüllen und etwa 15 Minuten garen. Dann Rosenkohl mit den

Aprikosen in den Topf geben und auf Serviertemperatur bringen. Mit der Konfitüre, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Joghurt einrühren. Zum Servieren Zimtstange herausnehmen.

Passt am besten zu gebratenen Geflügel.



# Spinatnocken

## Zutaten:

Für 4 Personen  
1 kg Spinat  
 $\frac{1}{2}$  Zwiebel  
1 EL Butter  
etwas Petersilie  
2 gestrichene EL Mehl  
300 g Semmelbrösel  
3 EL Milch  
3 Eier  
80 g Butter  
80 g geriebener Parmesan  
Salz  
Muskatnuß

## Zubereitung:

Den wie üblich vorbereiteten Spinat kurz kochen (bis er zusammenfällt) und anschließend passieren. Die fein geschnittene Zwiebel in der Butter hellgelb dünsten, den Spinat dazugeben und gut mischen, noch etwas schmoren lassen.  
Gehackte Petersilie dazugeben, erkalten lassen. Mehl, Brösel, Milch, die verquirlten Eier, Salz und Muskat zusammen mit dem Spinat in eine Schüssel geben. Gut vermischen. Nockerl ausstechen, in siedendes Salzwasser geben, 20 Minuten gar ziehen lassen.

Vorsichtig abseihen. Auf einer angewärmten Platte, mit brauner Butter übergossen und mit Parmesan bestreut, anrichten.  
Gut schmeckt eine Tomatensauce dazu.



# Steinpilz-Ragout mit Sellerie-Kartoffel-Flan

## Zutaten:

Für 4 Personen

160 g Steinpilze

100 g Zwiebel

60 g Porree

40 g Pancetta (oder Bauchspeck)

12 EL Olivenöl

0,5 l Gemüsebrühe

1 Kartoffel

2 Knoblauchzehen

1 Bund glatte Petersilie

150 g Tomaten

3 Zweige Thymian

2 Zweige Pfefferminze

1 Peperoncino

1 EL Milch

1 Zucchini

## Zubereitung:

Zwiebel und Porree in feine Streifen schneiden, mit Pancetta in 4 EL Olivenöl hellgold braten. Nach und nach Brühe und geräffelte Kartoffel zugeben. Salzen, pfeffern. In weiterer Pfanne 2 EL Olivenöl, 1 ganze Knoblauchzehe, gehackte Petersilie, klein gewürfelte Tomaten, 2 Zweige Thymian, 1 Zweig Minze, etwas Peperoncino und in Scheiben geschnittene Steinpilze 2 Minuten anbraten, Milch unterziehen. Zugleich in dritter Pfanne 2 EL Olivenöl, 1 ganze Knoblauchzehe, 1 Zweig Minze,

fein geschnittene Zucchini wenige Minuten anbraten, salzen, pfeffern. Pilze und Zucchini in die Pfanne mit Zwiebel und Porree geben, bei niedriger Hitze etwas weiterkochen lassen. Für den Flan Kartoffeln 20 Minuten gar kochen. Inzwischen Porree in Ringe schneiden, blanchieren. In Eiswasser abschrecken, abtropfen lassen. Kartoffeln pellen, grob würfeln. 4 EL Olivenöl erhitzen. Kartoffeln, Porree, Pancetta, 1 Zweig Thymian andünsten. Butter darin schmelzen, salzen, pfeffern. Brühe und Maismehl zugeben, 5 Minuten köcheln. Speck entfernen. Alles im Mixer grob pürieren. Parmesan, Sahne und Eigelb unterrühren. Sellerie waschen, putzen, entfädeln. Längs in

Für den Flan:

250 g Kartoffeln  
200 g Parree  
1 Scheibe Pancetta  
1 Zweig Thymian  
20 g Butter  
200 ml Gemüsebrühe  
50 g Maismehl  
120 g Parmesan gerieben  
300 g Sahne  
8 Eigelb  
500 g zarter Stangensellerie  
Salz, Pfeffer

dünne, möglichst breite Streifen schneiden. 4 Förmchen (8 cm, Höhe 6 cm) buttern, mit Mehl bestäuben, mit Selleriestreifen auslegen, Kartoffelmasse hineinfüllen. Im Wasserbad im 140 Grad heißen Backofen etwa 30 Minuten stocken lassen.



# Tiroler Graukas-Taler

## Zutaten:

für 4 Personen:

200 g gekochte mehlige  
Kartoffeln

200 g einen Tag alte Semmeln oder Knödelbrot

100 ml lauwarme Milch

1 mittelgroße weiße Zwiebel

30 g Butter

100 g Tiroler Graukäse  
(Sauermilchkäse)

Salz

Pfeffer

Muskat

1 EL fein gehackte glatte  
Petersilie

1 EL fein geschnittener  
Schnittlauch

3-4 große EL saure Sahne

100 g Butter zum Braten

## Zubereitung:

Die gewaschenen Kartoffeln in der Schale weich kochen. Die Semmeln halbieren und mit etwas (nicht zu viel!) lauwärmer Milch in einer großen Schüssel anfeuchten. Geschälte Zwiebel in feine Würfel schneiden und langsam in Butter hell weich schwitzen. Käse ohne Rinde in kleine Würfel schneiden.

Die geschälten, ausgedämpften Kartoffeln mit Hilfe einer Kartoffelpresse über die leicht angefeuchteten Semmeln drücken. Mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen, Käsewürfel, Petersilie, Schnittlauch, angewischzte Zwiebelwürfel und saure Sahne beigeben, behutsam durchkneten bis die Masse geschmeidig ist. Falls nötig, noch etwas saure Sahne zufügen. Den Teig etwa 20

Minuten ruhen lassen. Taler formen.

In einer Eisenpfanne die Butter hellbraun aufschäumen lassen, Taler von beiden Seiten in knusprig goldbraun braten. Falls nötig, frische Butter beigeben.

## Tipp:

Wenn man die Taler nicht zusammen mit einem Krautsalat oder einem kräftigen grünen Salat (z.B. Endivien) essen möchte, so eignen

sie sich hervorragend als Suppeneinlage in einer kräftigen Rindsbrühe. Belegt mit dünnen, angebräunten Zwiebelringen und bestreut mit fein geschnittenem Schnittlauch und etwas fein gehacktem Maggi-kraut (Liebstöckel) ist es etwas sehr Leckeres.

Nimmt man 80% Almkäse und nur 20% Graukas, so werden daraus die sog. Kaspressknödel, die genauso zu verwenden sind. Der Geschmack ist etwas milder



# Tomaten mit Mozzarella

## Zutaten:

Pro Person:

2 reife Tomaten a ca. 75 g  
 $\frac{1}{2}$  Kugel Mozzarella (75 g)  
2-3 gehäufte EL grob gehacktes Basilikum  
Zucker  
Sehr gutes Olivenöl  
Parmesankäse  
Salz  
Schwarzer Pfeffer

## Zubereitung:

Die Tomaten an den Stielansätzen mit zwei kreuzförmigen Schnitten einritzen, in ein Gefäß geben und mit kochendem Wasser übergießen. Nach 30 Sekunden herausnehmen, auskühlen lassen und schälen. In 5 bis 6 mm dicke Scheiben schneiden. Auf einem flachen, ausreichend großen Teller auslegen.

Mit wenig Zucker, etwas Salz und Pfeffer würzen und leicht mit

frisch geriebenem Parmesankäse bestreuen. Den Mozzarella in dünne Scheiben schneiden und auf den Tomatenscheiben verteilen. Den



Käse hat man 2 Stunden vorher aus dem Kühlschrank genommen und abtrocknen lassen. Nochmals mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Großzügig mit dem Olivenöl begießen.

Etwas ruhen lassen, damit alles Zimmertemperatur bekommt.

Unmittelbar vor dem Auftragen das Basilikum hacken und auf Tomaten und Mozzarella verteilen.

Wer mag, kann, wie auf dem Foto, die Tomaten zur Abwechslung auch einmal in Würfelform auf den Teller bringen.

# Ziegenkäse im Teignest

## Zutaten:

Für 4 Personen  
1 Zucchini (ca. 200 g)  
20 ml Olivenöl  
1 Thymianzweig  
1 Knoblauchzehe  
Salz  
Pfeffer  
250 g Ziegenkäserolle  
(St. Maure)  
4 Filoteigblätter  
2 Eigelbe  
50 ml Sahne

## Zubereitung:

Zucchini mit der Aufschnittmaschine in 4 Längsscheiben (3mm dünn) schneiden. Öl in einer Grillpfanne erhitzen.

Zucchinischeiben darin mit Thymian und der zerdrückten Knoblauchzehe auf jeder Seite eine Minute braten.

Mit Salz und Pfeffer würzen, auf Küchenkrepp abtropfen und erkalten lassen.

Ziegenkäse in vier Scheiben (3,5 cm dick) schneiden.

Getrocknete Tomatenviertel auf die

Zucchinischeiben legen. Ziegenkäse darin einrollen.

Filoteigblätter auslegen. Eigelbe und Sahne verrühren, die Teigblätter damit bestreichen. Auf jedes Teigblatt ein Stück Ziegenkäse setzen. Die Teigspitzen so einschlagen, dass der Käse in einem kleinen Teignest sitzt.

Ziegenkäse im vorgeheizten Ofen bei 220 Grad 10-12 Minuten backen. Nach dem Backen mit etwas Bärlauchpesto bestreichen. (Siehe Pesto Genovese).

Bärlauchpesto mit einem Spritzbeutel auftragen

# Zucchiniflan mit Brin d'Amour

## Zutaten:

Für 4 Personen  
2 kg Zucchini  
grobes Meersalz  
4 Eier  
125 g Gervais oder Frisch käse  
100 g geriebener Comte  
oder Emmentaler  
2 EL Olivenöl  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
1 EL Butter  
100g Brin d'Amour (Käse)  
Bechamelsauce:  
60 g Butter  
40 g Mehl  
1/2 l Milch  
Salz, Cayennepfeffer, Muskat

## Zubereitung:

Zucchini waschen, trocken reiben, falls nötig schälen und auf jeden Fall beide Ende abschneiden. Dann auf einer Reibe in feine Streifen hobeln. Mit Meersalz bestreuen, vermengen und zehn Minuten Wasser ziehen lassen. Die Masse in kleinen Mengen in ein Tuch füllen und Flüssigkeit herauspressen.

Für die Bechamelsauce Butter aufschäumen lassen, Mehl begeben und ohne Farbe zu geben 5 Minuten rösten, nach und nach mit Milch auffüllen. Mit Salz, Cayenne und Muskat würzen und zirka 20 Minuten ganz langsam

köcheln lassen. Passieren. Ofen auf 180 Grad vorheizen.

Die Eier in einer Schüssel aufschlagen, Gervais, Comte, Olivenöl und 2 bis 3 EL Bechamelsauce beigeben (Rest ist für Gemüsesuppen sehr gut), mit Salz und Pfeffer abschmecken, glatt rühren. Ausgedrückte Zucchini beigeben, locker vermengen, noch mal abschmecken.

Masse in eine gut gebutterte Form geben. Form kurz auf der Herdplatte erhitzen, dann auf ein Gitter stellen und 45 Minuten bis eine Stunde im Ofen goldbraun backen.

Herausnehmen, 10 Minuten ruhen lassen. Geriebenen Brin d' Amour darauf verteilen und kurz unter dem Grill zerlaufen lassen.

Dazu gibt man Tomatensauce.

# Zucchinipuffer

## Zutaten:

Für 6 Personen

4 Zucchini (etwa 750 g)

5-6 Frühlingszwiebeln, fein gehackt

250 g Feta-Käse, zerbröckelt

1 kleines Bund frische Petersilie, gehackt

1 kleines Bund frische Minze, gehackt, einen Teil davon zum Garnieren aufheben

1 EL getrocknete Minze

1 TL. edelsüßes Paprikapulver

140 g Mehl

Salz und Pfeffer

3 Eier, verquirlt

Olivenöl zum Braten

3-4 Limetten

## Zubereitung:

Die Zucchini raspeln. Die Raspel zum Abtropfen auf einem Küchentuch ausbreiten und ca. 20 Minuten ruhen lassen.

Die gehackten Frühlingszwiebeln mit dem Feta in eine Schüssel geben. Mit Petersilie, der frischen und getrockneten Minze sowie dem Paprikapulver vermischen. Mehl unterrühren, salzen und pfeffern.

Nach und nach die verquirlten Eier untermischen, alles gut verrühren, dann die Zucchiniraspel hinzufügen. Nicht erschrecken, wenn der Teig klumpig und trocken aussieht, er muss so sein.

In einer großen Pfanne einige

Esslöffel Olivenöl erhitzen. Teig portionsweise hinein geben und mit dem Löffelrücken flach drücken. Die Puffer, insgesamt werden es etwa 25 Stück, auf jeder Seite rund zwei Minuten braten.

Limetten klein schneiden und mit den Puffern auf Tellern anrichten.

Küchlein mit restlicher Minze bestreuen und mit ein paar Spritzern Limettensaft würzen.

## Tipp:

Wenn Sie einen Teil der Zucchini durch geraspelte Mohren ersetzen, haben die Puffer etwas mehr Biss. Sollten welche übrig bleiben,

kein Problem: Sie schmecken auch kalt und können im Kühlschrank aufbewahrt werden. Vorm Servieren sollten sie aber Raumtemperatur annehmen.





# Eintöpfe



	Seite
Cassoulet	264
Chilli con Carne	269
Feijoada mit Hühnchen	270
Gänseeintopf	272
Irish Stew	274
Kichererbsen-Kartoffel-Gulasch	275
Linseneintopf	277

# Cassoulet

ÜBERBACKENER FLEISCHEINTOPF MIT WEISSEN BOHNEN

BOHNEN UND WURST

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen  
3 ganze geschälte Zwiebeln  
4 1 Hühnerbrühe, frisch,  
aus Würfeln oder aus der  
Dose  
1 TL feingehackter Knob-  
lauch  
1 TL getrockneter Thymian  
1 kg getrocknete weiße  
Bohnen  
500 g durchwachsener  
Speck in einem Stück  
Bouquet garni, bestehend  
aus 4 Petersilienstengeln, 3  
Stielen Selleriekraut, wei-  
ßer Teil einer Lauchstange  
und 2 Lorbeerblättern in  
Mull eingebunden  
1 l Wasser  
500 g Kochwurst, nach  
Möglichkeit mit Knoblauch  
Salz  
Schwarzer Pfeffer

## Zubereitung:

In einem schweren, 6 bis 8 1 fas-  
senden Topf oder Suppenkessel  
bringt man die Hühnerbrühe auf  
großer Flamme zum Sprudeln. Die  
Bohnen hineinschütten und 2 Minu-  
ten lebhaft kochen. Den Topf vom  
Feuer nehmen und die Bohnen 1  
Stunde weichen lassen. Inzwischen  
kocht man den Speck und ggf. die  
Speckschwarze 15 Minuten in 1 l  
Wasser. Abgießen und beiseite stel-  
len.

Mit der Spitze eines scharfen Mes-  
sers sticht man 5 oder 6 Löcher in  
die Wurst und gibt sie zusammen  
mit dem durchwachsenen Speck zu  
den Bohnen. Auf großer Flamme  
aufkochen und dabei den Schaum  
von der Oberfläche abschöpfen.  
Wenn die Brühe ziemlich klar aus-  
sieht, gibt man die ganzen Zwiebeln,  
Knoblauch, Thymian, bouquet garni,  
Salz und etwas Pfeffer aus der  
Mühle dazu. Die Hitze verringern  
und ohne Deckel 45 Minuten lang köcheln lassen. Man legt die Wurst

auf einen Teller und stellt sie beiseite. Bohnen und Speck werden noch weitere 30 bis 40 Minuten gegart, bis die Bohnen weich sind. Dann lässt man den Speck abtropfen und legt ihn auf den Teller zu der Wurst. Zwiebeln und bouquet garni wirft man weg. Die Brühe durch ein Sieb in eine Rührschüssel gießen, das Fett abschöpfen und abschmecken. Dann setzt man Bohnen, Brühe und Fleisch in getrennten Gefäßen beiseite.

## DIE ENTE

### Zutaten:

Eine 2-2 $\frac{1}{4}$ kg schwere Ente,  
geviertelt  
4 EL Butter  
1 EL Pflanzenöl

### Zubereitung:

Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Butter sahnig rühren, indem man sie mit einem Holzlöffel kräftig gegen die Seiten einer kleinen Schüssel schlägt, bis sie ganz locker

ist; dann das Öl unterziehen. Die Ente trocknet man mit Küchenkrepp und überzieht die Viertel mit der Mischung aus schaumiger Butter und Öl. Man legt sie mit der Hautseite nach unten auf den Rost und grillt sie 15 Minuten in 10 cm Entfernung vom Strahler. Mit dem Saft aus der Fettwanne begießen und weitere 5 Minuten grillen. Danach vergrößert man die Hitze auf 200° und grillt noch 15 Minuten, wobei man die Ente ein- oder zweimal mit der angesammelten Flüssigkeit überschüttet. Mit einer Küchenzange dreht man die Viertel um, befeuchtet sie wieder und legt nun die Hautseite nach oben 10 Minuten unter den Strahler. Die Hitze auf 235° erhöhen, erneut überschöpfen und weitere 10 Minuten grillen. Dann legt man die Ente auf eine Platte und gießt den Grillsaft aus der Fettwanne in eine Schüssel, wobei man allen braunen Satz, der an der Wanne haftet, auch hineinkratzt. Die Flüssigkeit lässt man sich setzen, schöpft das Fett oben ab und hebt es in einer kleinen Schüssel auf. Den entfetteten Rest gibt man in die Bohnenbrühe. Wenn die Ente abgekühlt ist, schneidet man überschüssiges Fett und Knorpel ab

und trennt die Viertel mit einer Geflügelschere in serviergerechte Stücke.

## SCHWEINE- UND LAMMFLEISCH

### Zutaten:

250 g frischer Speck, gewürfelt

500 g ausgebeintes Schweinekotelett, in 5 cm große Stücke geschnitten  
500 g ausgebeinte Lamm Schulter, in 5 cm große Stücke geschnitten

1 Tasse feingeschnittene Zwiebeln

1/2 Tasse kleingeschnittener Staudensellerie

1 TL feingehackter Knoblauch

1 Tasse herber Weißwein

750 g feste, reife Tomaten, geschält, entkernt und grob geschnitten (etwa 2 bis  $2\frac{1}{2}$  Tassen) oder dafür 2 Tassen geschnittene, abgetropfte ganze Tomaten aus der Dose

1 Lorbeerblatt

$\frac{1}{2}$  TL Salz

Schwarzer Pfeffer

### Zubereitung:

Den Backofen auf 160° vorheizen. In einer schweren Pfanne von 25 bis 30 cm Durchmesser brät man den gewürfelten Speck auf mäßiger Hitze unter ständigem Rühren, bis er knusprig und braun ist. Die Würfel herausnehmen und aufheben. Alles ausgebratene Fett bis auf 2 oder 3 EL in eine kleine Rührschüssel abgießen. Das in der Pfanne verbliebene Fett erhitzt man fast bis zum Rauchpunkt und bräunt darin das Schweine- und Lammfleisch, jeweils 4 oder 5 Stücke zur gleichen Zeit. Sind die Stücke auf allen Seiten braun, legt man sie in einen 4 l fassenden Bräter oder in eine schwere, feuerfeste Kasserolle.

Nun entfernt man alles Fett aus der Pfanne bis auf 3 EL und dünstet darin die geschnittenen Zwiebeln auf schwacher Hitze 5 Minuten. Dabei den braunen Satz loskratzen, der an der Pfanne haftet. Sellerie und Knoblauch zugeben und 2 Minuten düstern. Dann löscht man mit dem

Wein ab und kocht auf großer Flamme, bis die Mischung zur Hälfte reduziert ist. Mit einem Gummispatel kratzt man den Inhalt der

Pfanne in die Kasserolle. Behutsam röhrt man Tomaten, Lorbeerblatt, Salz und etwas Pfeffer aus der Mühle in die Kasserolle.

Auf dem Herd aufkochen, zudecken und auf dem mittleren Einschub des Ofens (etwas Brühe oder Wasser zugießen, falls das Fleisch trocken aussieht) 1 Stunde, bis das Fleisch weich ist, garen. Mit der Küchenzange hebt man das Fleisch in eine Schüssel. Das Fett wird von dem Saft in der Kasserolle abgeschöpft, dann seiht man den Saft in die Bohnenbrühe und wirft die Gemüse weg

## DIE GEBACKENE KRUSTE

### Zutaten:

$\frac{1}{2}$  Tasse feingehackte frische Petersilie  
 $1\frac{1}{2}$  Tassen, trockene Semmelbrösel

### Zubereitung:

Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Wurst schälen und in halbzentimeter dicke Scheiben schneiden. Den durchwachsenen Speck und die Speckschwarze zerteilt man in 2 cm

große Würfel. In eine schwere, feuerfeste, 6 bis 8 l fassende Kasserolle, die mindestens 12 cm tief ist, gibt man eine 2 cm dicke Lage Bohnen. Die Hälfte von der Wurst, dem frischen Speck, der Schwarze, dem durchwachsenen Speck, der Ente, dem geschmorten Schweine- und Lammfleisch schichtet man darüber. Darauf kommt eine weitere Lage Bohnen, dann der Rest des Fleisches und eine letzte Schicht Bohnen, mit Wurtscheiben belegt. Man gießt die Bohnenbrühe dazu, bis sie fast die Bohnen bedeckt. Die Brösel breitet man in einer dicken Schicht über die Oberfläche und beträufelt sie mit 3 oder 4 EL Entenfett.



Auf der Herdplatte bringt man die Kasserolle zum Kochen, dann backt man sie, nicht zugedeckt, im oberen Drittel des Ofens  $1\frac{1}{4}$  Stunden, bis die Brösel eine feste dunkle Kruste gebildet haben. Man kann diese Kruste (*Gratin*) behutsam in das Cassoulet drücken und das Gericht weiterbacken, bis sich eine neue Kruste bildet. Dies kann man zwei- oder dreimal wiederholen. Direkt in der Kasserolle, die mit Petersilie überstreut wird, servieren.

# Chilli con Carne

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen  
2000 g Rote Bohnen aus der Dose  
1 l Fleischbrühe  
750 g Rinderhack  
800 g geschälte Tomaten  
500 g Champignons  
4 mittelgroße Zwiebeln  
5 Knoblauchzehen  
200 g Tomatenmark  
120 g schwarze Oliven (ohne Kerne)  
2 große Karotten  
4 Chilischoten  
1 kleine Dose Maiskörner  
Olivenöl, Salz, Pfeffer

## Zubereitung:

Einen ca. 5 l fassenden Topf bereitstellen. In einer großen Pfanne mit etwas Öl das Rinderhack braun anbraten und in den Topf geben.  
Die Karotten, die Zwiebeln, die Champignons in gleichkleine Würfelchen schneiden und ebenfalls eine Sorte nach der anderen in etwas Öl anbraten und in den Topf geben.  
Den Knoblauch, die Chilischoten und die Oliven fein Hacken und dazugeben.  
Den Mais und die Tomaten sowie die Bohnen in den Topf geben und alles mit der Brühe aufkochen.  
Das Tomatenmark dazugeben.  
Ohne Deckel köcheln lassen bis die

suppige Konsistenz in eine brennende übergegangen ist.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

## Tipp:

Eignet sich besonders als Bestandteil eines Essens, das sich bis in die späte Nacht hinzieht (z.B. Silvester). Der Topf bleibt auf dem Ofen, eventuell muss man mehr Brühe bereithalten, um das Chilli nicht zu dick werden zu lassen.



# Feijoada mit Hühnchen

## Zutaten:

Für 4 Personen  
250g Bohnen,  
Schwarzaugebohnen  
2 Hähnchenfilet, (eine  
Brust)  
Bacon-Streifen  
1 Liter Fleischbrühe  
2 Schalotten, gewürfelt  
1 Knoblauchzehe, klein ge-  
schnitten  
 $\frac{1}{2}$  Knollensellerie, gewürfelt  
3 Tomaten, gewürfelt  
1 Lorbeerblatt  
1 Prise Piment  
1 Chilischote, entkernt,  
klein geschnitten  
1 Bund Petersilie, glatte,  
gehackt  
1 Paprikaschote, grüne,  
gewürfelt  
1 Paprikaschote, rote, ge-  
würfelt  
Schale von 1 Zitrone, abge-  
riebene  
Salz und Pfeffer

## Zubereitung:

Die Bohnen über Nacht in der vierfachen Menge Wasser einweichen. Anderntags ca. 45 Minuten in Salzwasser kochen, so dass die Bohnen etwa zu Dreiviertel gar sind.

Die Hähnchenfilets in walnussgroße Stücke schneiden. Diese jeweils mit einer Baconscheibe umwickeln und mit einem Zahnstocher fixieren.

Die Stückchen pfeffern und rundum in Olivenöl anbraten.

In einem großen Topf Schalotten, Knoblauch und Sellerie in Olivenöl anrösten. Mit Brühe auffüllen, Bohnen, Chilischote, Paprika und Lorbeerblatt zugeben und 5 Minuten köcheln lassen. Dann kommen die Petersilie, Tomaten und die abgeriebene Zitronenschale dazu. Weitere 10 Minuten köcheln.

Die Hähnchenstücke, von ihren Zahnstochern befreien und auf die fertige Feijoada geben.

## Tipp:

Eine Feijoada kann mit allen möglichen Zutaten zubereitet werden. Eine klassische Version ist die mit Buzios (Triton-Schnecken), aber es geht auch mit Garnelen, Schweinefiletstücken, oder Fisch.

Das Rezept stammt aus Portugal.



# Gänseeintopf

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen  
Eine Gänsekarkasse (oder auch zwei)  
2 große Karotten  
 $\frac{1}{4}$  Selleriekrolle  
2 große Petersilienwurzeln  
 $\frac{1}{2}$  Gemüsezwiebel  
3 l Wasser  
Das Weiße einer Lauchstange  
2 EL Gänseschmalz  
Die Innereien der Gans (Hals, Magen, Herz)  
30 g Fadennudeln pro 2 Personen-Portion  
Salz, Pfeffer  
Gehackte Petersilie

## Zubereitung:

Von der Karkasse alle Fleischreste abfrieseln'. Das geht am besten, wenn die Knochen noch warm sind. Größere Stücke zerteilen (2 cm).

Die Knochen, Flügel und Haut in den Dampftopf geben, dazu die Karkasse mit dem Küchenbeil oder der Geflügelschere zerkleinern. Das Wasser aufgießen und 2 Stunden kochen lassen.

Nach dem Öffnen den Inhalt in den Kochtopf abseihen. Die Knochen nochmals nach Fleischresten absuchen und diese mit dem ursprünglich Abgefrieselten aufbewahren.

Die Flüssigkeit in den Dampftopf zurückgießen. Die Innereien hineingeben und min 30 bis 40 Minuten

kochen. Nach dem Öffnen die Innereien mit einer Schaum- oder Siebkelle herausfischen und auskühlen lassen.

Die Brühe im Dampftopf ohne Deckel bei großer Flamme auf die Hälfte einreduzieren.

Während der verschiedenen Kochzeiten die Gemüse (Karotten, Sellerie, Petersilienwurzeln und Zwiebel) in sehr kleine Würfel (max. 4x4 mm) schneiden. Den Lauch der Länge nach halbieren und dann quer in sehr feine Streifen schneiden.

Im Kochtopf das Gänseschmalz erhitzen und zunächst Karotten, Sellerie und Petersilienwurzeln 10 Min. lang anschwitzen. Dann Zwie-

bel und Lauch dazugeben. Nach 5 Min. mit der ein reduzierten Flüssigkeit aufgießen.

Vom ausgekühlten Hals alles Fleisch abfrieseln, Herz und Magen in 2 mm dicke Scheiben schneiden. Alles zusammen mit den Fleischresten in die Gemüsebrühe geben und kurz aufkochen lassen.

In diesem Stadium kann man den Eintopf mehrere Tage im Kühlen aufbewahren.

Die beschriebene Menge reicht für 6 bis 8 Personen als Suppengang. Will man den Eintopf in kleineren Portionen auf mehrere Male verteilt essen, so schöpft man pro Person  $\frac{1}{4}$  l Eintopf in einen kleineren Topf, erhitzt ihn und gibt als Einlage kurz vor dem Auftragen die Fadennudeln dazu. Auch das Abschmecken und Würzen mit Salz und Pfeffer sollte man erst vornehmen, wenn die Nudeln eingelegt wurden.

Vor dem Auftragen mit der Petersilie bestreuen.



# Irish Stew

## Zutaten:

Für 4 Personen

800 g Lamm - Schulter

5 EL Öl

1 Zwiebel

1 Zehe/n Knoblauch

300 g Möhren

1 Knollensellerie

$\frac{1}{4}$  Kopf Weißkohl

150 g Lauch

1 Liter Rinderbrühe

250 g Kartoffeln, geschälte

1 EL Petersilie, gehackte

1 Prise Kümmel

1 Prise Thymian

Muskat

Salz

Pfeffer

## Zubereitung:

Lammfleisch in nicht zu kleine Würfel schneiden, Zwiebel in Streifen schneiden, Möhren, Sellerie und Kartoffeln in kleine Würfel schneiden (1 Kartoffel beiseitelegen), Kohl und Lauch grobblättrig schneiden.

In erhitztem Öl das Fleisch anbraten. Zwiebel, zerdrückten Knoblauch und Gemüse ohne die Kartoffeln beigeben, mitschmoren lassen, mit Brühe aufgießen, mit Kümmel, Muskat, Thymian, Salz und Pfeffer abschmecken.

1 Stunde bei leichter Hitze kochen lassen.

Dann Kartoffelwürfel beigeben und noch eine Viertelstunde weiterkochen lassen. Die beiseitegelegte Kartoffel fein raspeln und

kurz vor dem Servieren den Irish Stew damit binden.

Mit gehackter Petersilie bestreuen.



# Kichererbsen-Kartoffel-Gulasch

## Zutaten:

Für 8 Personen

300 g getrocknete Kichererbsen

2 1/4 l Wasser

1 Zwiebel, mit 3 Nelken u. 1 Lorbeerblatt gespickt

1 Gewürzstrauß, gebunden aus 1 Petersilienstängel, 1 Thymianzweig, 1 Lauchblatt

250 g Wammerl, mild geräuchert

4 Zwiebeln (ca. 800g)

400 g rote Paprikaschoten

400 g mehlige Kartoffeln

100 Schweinefett

2-3 Knoblauchzehen

2 EL Tomatenmark

3 EL Paprikapulver

Essigwasser (einige Spritzer Obstessig + kaltes Wasser)

2 l Geflügel-, Rinder- oder Gemüsebrühe

Salz, Pfeffer aus der Mühle

4 Paar Debreziner

2 g Kümmel

80 g Butter

100 g flüssige Sahne

100 g Crème Fraîche

## Zubereitung:

Kichererbsen im lauwarmen Wasser über Nacht einweichen.

Tags darauf Kichererbsen mit gespickter Zwiebel, Gewürzsträußchen und Wammerl im Einweichwasser langsam weich kochen. Erst ganz zum Schluss vorsichtig salzen.

Zwiebeln schälen, fein schneiden. Paprikaschoten in 1 cm große Würfel schneiden. Geschälte Kartoffeln in 1 cm große Würfel schneiden.

Schweinefett erhitzen, Zwiebeln, gehackten Knoblauch hell anschwitzen, Paprikawürfel zugeben, langsam andünsten.

Tomatenmark zugeben, anrösten, zur Seite stellen, abkühlen lassen. Mit Paprikapulver bestreuen, durchrühren, dann mit einem

*1 Prise Cayenne  
etwas Zitronensaft- und schale  
4 Essiggürkchen  
1 Bund Schnittlauch*

Schuss Essigwasser ablö-schen.

Das Ganze etwas einköcheln lassen, mit kochend heißer Brühe aufgießen und ca.

zur Hälfte einreduzieren lassen, dann pürieren.

Jetzt die Kartoffeln zugeben und mit Biss kochen. Salzen und pfeffern.

Heiße Kichererbse

n abschütten (Sud aufheben, eventuell zum Verdünnen nutzen) und zum Kartoffelgulasch geben.

Gekochtes Wammerl von Schwarze und Knorpeln befreien, in ca. 1 cm große Stücke schneiden, beigegeben. Debreziner im Gulasch 10 Min. heiß ziehen lassen, herausnehmen, in 1 1/2 cm große Stücke schneiden.

Kümmel mit der Butter feinst hacken. Debreziner wieder zugeben, alles noch einmal 10. Min. heiß köcheln, mit Salz, Pfeffer abschmecken.

Kümmelbutter einrühren.

Sahne und Crème Fraîche mit Cayenne und Zitrone verrühren. Eintopf in heiße Teller einfüllen, mit der Sahnemischung benetzen, mit gewürfelten Gürkchen und fein geschnittenem Schnittlauch anrichten, sofort servieren.



# Linseneintopf

## Zutaten:

Für 4 bis 6 Personen

250 g Linsen

1 Zwiebel

3 Stangen Sellerie

3 Möhren

2-3 Kartoffeln

100 g Bacon in Würfeln

$\frac{1}{2}$  l trockener Rotwein

$\frac{1}{2}$  l Rindsbrühe

Pfeffer

Salz

## Zubereitung:

Die Linsen über Nacht in Rotwein einweichen.

In einem 3 l fassenden Topf die Frühstücksspeck-Würfel auslassen.

Die Würfel herausnehmen und auf die Seite stellen. In dem Fett die auf Linsengröße in Würfel geschnittenen Möhren, Zwiebel und Sellerie andünsten. Den Speck und die eingeweichten Linsen dazugeben, mit der Brühe auffüllen und mindestens drei Stunden leicht köcheln. (In einem Dampftopf kommt man mit einer Stunde aus.)

Die ebenfalls in kleine Würfel geschnittenen Kartoffeln dazugeben und für weitere 30 Minuten mitköchern.

Mit Salz und Pfeffer würzen. Je nach Geschmack kann dem Eintopf mit Essig und Zucker eine stärkere säuerliche Note gegeben werden.

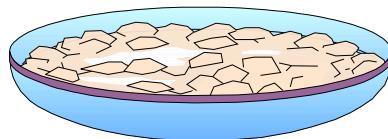
## Tipp:

Als Einlage eignen sich würzige Würste wie Rindswurst, Kreiner, Debreziner oder Landjäger.





# Aufläufe und Gratins



	Seite
Fenchelgratin	280
Gratin von Bärlauch	282
Kartoffelgratin	284
Nudelaufauflauf	285
Überbackener Chicorée	287

# Fenchelgratin

## Zutaten:

Für 4 Personen

5-6 Fenchelknollen (je nach Größe)

200 g Crème fraîche

100 g Sahne

1 EL Mehl

1 Ei

Salz und Pfeffer

## Zubereitung:

Fencheltriebe mit dem Grün abschneiden, das Grün aufheben. Die Fenchelknollen vom Strunk her so abschneiden, dass sich immer ein Blatt lösen lässt. Verschmutzte Blätter abwaschen.

Die Blätter in Salzwasser 10 Min. sprudelnd kochen. Mit dem Sieblöffel in kaltes Wasser geben und anschließend in einem Durchschlag abtropfen lassen.

Eine Auflaufform (ca. 22x30 cm) mit Butter ausstreichen (das geht am besten mit den Fingern). So viel Parmigiano-Reggiano in die Form reiben, dass nach dem hin und her schütteln Boden und Wände gleichmäßig bedeckt sind.

Die abgetropften Fenchelblätter flächendeckend auslegen. Jede Lage leicht salzen und pfeffern, sowie wieder etwas Käse dünn darüber reiben. Es sollten bei dieser Formgröße etwa vier Lagen entstehen.

Crème Fraise, Sahne, Mehl und Ei wird mit dem Quirl vermischt, gesalzen und gepfeffert und über das Ganze verteilt. Nochmals Käse darüber reiben und in das Rohr geben. Bei 200° überbacken, bis die Oberfläche goldbraun ist.

Als vegetarisches Gericht mit Baguette oder mit einem auf der Haut gebratenen Zanderfilet, ein Genuss.

## Tipp:

Das Reiben von Käse, wie auch von allen sonst in der Küche vorkommenden Zutaten, geht heute am besten mit einer Reibe von

Microplane™. Diese neue Generation von Reiben, aus dünnem, gehärtetem Stahl, in den die feinen Schneiden eingeätzt sind, macht wirklich Freude in der Küche.



# Gratin von Bärlauch

## Zutaten:

Für 2 Personen

2 Stangen Lauch à 150 g

400 g Kartoffeln

150 g Bärlauch

100 g gekochter Schinken  
etwas Butter

50 g geriebener Gruyère

20 g geriebener Parmesan

20 g gewürfelte Butter

für die Bechamelsauce:

60 g Butter

30 g Mehl

350 ml Milch

200 ml Gemüsewasser

(entsteht beim  
Kochen der Gemüse)

Salz

weißer Pfeffer

Muskatnuss

## Zubereitung:

Die Lauchstangen waschen und in 1 cm dicke Ringe schneiden. Kartoffeln waschen, schälen und in 4 mm dicke Scheiben schneiden.

Kartoffeln in Salzwasser bissfest kochen. Aus dem Wasser nehmen und in eine größere Schüssel geben. Lauch in das Salzwasser geben und eine Minute köcheln lassen. Den Bärlauch dazugeben und noch einmal aufkochen lassen. Alles aus dem Wasser nehmen und mit Eiswasser abschrecken, etwas ausdrücken und in die Schüssel zu den Kartoffeln geben.

Den Schinken in kleine Würfel schneiden, kurz in Butter anrösten und ins Gemüse mischen.

Für die Bechamelsauce die Butter in einem Topf warm werden lassen, das Mehl einrühren, dann die kalte Milch und das Gemüsewasser unter ständigem Rühren aufgießen. Etwa 5 Minuten köcheln lassen und immer wieder aufrühren.

Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Die Bechamel mit dem Gemüse vermischen und in eine feuerfeste Form geben (zirka 4 bis 5cm Höhe). Mit dem Käse bestreuen und die Butterwürfel darauf verteilen.

Bei 180 Grad in den Ofen schieben. Nach einer  $\frac{1}{2}$  Stunde den Ofen ausmachen und die Gratin noch 10 Minuten durchziehen lassen.



**Tipp:**

Wer das Bärlaucharoma intensiver schmecken möchte, blanchiert nur die Hälfte und gibt den Rest roh dazu.

# Kartoffelgratin

## Zutaten:

Für 4 Personen  
600 g mehlig kochende Kartoffeln  
1 Eigelb  
60 g Crème fraîche  
200 ml Milch  
2 Knoblauchzehen  
110 g Sahne  
30 g Butter  
100 g geriebener Käse  
Pfeffer  
Salz  
Muskat

## Zubereitung:

Die Auflaufform (ca. 20 cm Durchmesser) mit Knoblauch ausreiben und mit Butter einschmieren. Die Kartoffeln dünn (1 mm) schneiden oder hobeln. In einer Schüssel mit Wasser die Stärke von den Kartoffelscheiben abspülen. Zwischen Küchenpapierlagen die Scheiben trocknen. Danach dachziegelförmig in die Auflaufform einschichten. Jede Lage salzen, pfeffern und mit etwas Käse bestreuen. Das Eigelb mit der Milch, Crème fraîche und der Sahne verquirlen

und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Die Kartoffeln mit der Flüssigkeit bedecken.

Dünn geschnittene Knoblauchscheiben verleihen der Gratin obenauf noch das gewisse Extra!

45 Minuten im Umluft-Ofen bei 180° überbacken, bis es goldbraun ist.



# Nudelauflauf

## Zutaten:

Für 2 Personen  
200 g Bandnudeln  
200 g gekochter Schinken in Scheiben  
250 g Champignons  
200 g geriebener Emmentaler  
3 Eier  
2 Tomaten a 120 g  
 $\frac{1}{2}$  Gemüsezwiebel  
100 ml Crème Fraîche  
100 ml Sahne  
1 EL Mehl  
Erdnussöl zum Braten  
Salz  
Pfeffer

## Zubereitung:

Die Nudeln in 2 bis 3 cm lange Stücke brechen, bissfest kochen, abseihen und mit kaltem Wasser spülen. Abtropfen lassen.  
Die Champignons in kleine Stücke (ca. 1 cm<sup>3</sup>) schneiden.  
Gekochten Schinken in 1 cm Quadrate schneiden.  
Zwiebel in kleine Würfel schneiden.  
Knoblauch in sehr feine Würfel schneiden.  
Im Wog zunächst die Pilze scharf anbraten bis sie durch Wasserverlust auf die Hälfte geschrumpft sind. Ausleeren und abkühlen lassen.

Die Schinkenstückchen ebenfalls scharf anbraten, bis sie Knackgeräusche von sich geben, dann die Zwiebeln dazugeben und weiter röhren. Wenn sie leichte Farbe angenommen haben, für 30 Sekunden den Knoblauch dazugeben.

Alles zu den Pilzen geben und auskühlen lasse.

Die Tomaten schälen, entkernen und in Würfel schneiden. Mit den Nudeln, der Pilz-Schinkenmasse und 100 g Käse gut vermischen. Crème Fraîche, Sahne, Mehl, Eier, Salz und Pfeffer mit dem Handgerät verquirlen.

Ein feuerfestes Gefäß mit ca. 3 l Fassungsvermögen ausbuttern. 50 Gramm Käse hineingeben und durch Schwenken an der Wandung ver-



teilen. Das Nudelgemisch einfüllen und den Rest des Käses darüber streuen.

Mit der Eiermasse begießen.

Im vorgeheizten Umluftofen bei 180°C 45 Minuten backen. Dann das Gefäß mit Alufolie abdecken und weitere 20 Minuten backen.

Mit einer Korkunterlage auf den Tisch bringen.

Je nach Vorlieben kann man mit Worcestershire Sauce, Tomaten Ketchup, Cayenne Pfeffer u. a. auf dem Teller nachwürzen.

# Überbackener Chicorée

## Zutaten:

Für 4 Personen

4 mittelgroße Chicoree a etwa 200 g

4 große Scheiben Prager Schinken

5 nussgroße Stücke Butter

Salz

weißer Pfeffer

1 Zitrone

1 ovales feuertfestes Geschirr

etwa 60 g Gruyere

Bechamel Sauce

## Zubereitung:

Vom Chicoree die äußeren Blätter entfernen, das Braune vom Stielansatz abschneiden und ein Kreuz hineinstechen.

Chicoree im Beutel (alternativ im Dämpfer) weich garen, etwa 15 bis 20 Minuten.

Gedämpften Chicoree leicht anpressen, damit die Flüssigkeit entweicht.

Schinken mit etwas Butter

einzelne in einer Teflonpfanne auf beiden Seiten kurz anbraten, auf einem Teller beiseite stellen.

Ofen auf 200 Grad vorwärmen.



Chicoree salzen, pfeffern, einzeln in die Schinkenscheiben einrollen und in das feuerteste Geschirr einlegen.

Mit erwärmter Bechamel Sauce übergießen, den Gruyere darüber reiben, etwa 10 Minuten in den vorgewärmten Ofen schieben und überbacken, bis eine schöne hellbraune Farbe entsteht.

Dieses Gericht kann als Hauptgericht sowie als Garnitur vorzugsweise zu gebratenem Wildgeflügel gereicht werden.

# Pizze, Pasta und Risotti



	Seite
Aglio e Olio con Peperoncini	290
Graupen-Risotto mit Seeteufel und Chorizo	291
Grundrezept für Pizza	293
Knoblauch-Spinat-Nudeln	295
Lasagne	297
Linguine mit Krabbensauce	299
Risotto alla Milanese	300
Risotto mit Scampi	302
Steinpilzrisotto	303
Tomaten-Basilikum-Risotto	304

# Aglio e Olio con Peperoncini

## Zutaten:

Für 2 Personen  
200 g Spaghetti  
4 mittelgroße Knoblauchzehen,  
fein geschnitten  
100 ml Olivenöl extra vergine  
6 Peperoncini, getrocknet, ge-  
hackt  
40 g Parmigiano, frisch gerieben  
schwarzer Pfeffer aus der  
Mühle

## Zubereitung:

Spaghetti al dente kochen. In der Zwischenzeit Knoblauch und Peperoncini (scharfe rote Chili) mit 25 ml Olivenöl leicht anschwitzen.

Spaghetti hinzugeben.

Weiter mit dem restlichen Oli-  
venöl und 150 ml Nudelwasser  
fertig kochen lassen, bis das

Wasser nahezu verkocht ist bzw. von der Pasta aufgesogen wurde.

Parmigiano hinzugeben.

Pfeffern.



# Graupen-Risotto mit Seeteufel und Chorizo

## Zutaten:

Für 4 Personen  
120 g Graupen (Rollgerste)  
1 EL Butter  
1 EL Pflanzenöl  
25 g Chorizo in kleinen Würfeln  
1 Schalotte in kleinen Würfeln  
1 Knoblauchzehe geschält, fein gehackt  
60 g rote Paprika geschält, in kleinen Würfeln  
70 g Stein- oder Austernpilze in kleinen Würfeln  
4 Lauchzwiebeln  
1/4 bis 1/2 l Geflügelbrühe  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
1 Prise Majoran  
1 Spritzer Balsamico-Essig  
etwa 30 g Butter (kalt)  
2 große EL fein geriebener Scamorza (ital. Käse vom Typ Filata)  
1 EL gehackte, glatte Petersilie nach Belieben Chorizo-Scheiben  
4 Scheiben Seeteufel à 100 g

Zeit zu Zeit umrühren.

## Zubereitung:

Rollgerste unter kaltem fließendem Wasser in einem Spitzsieb sauber spülen, bis klares Wasser durchrinnt.  
Gerste in viel Salzwasser al dente kochen (wer möchte, kann eine halbe Zwiebel mit Lorbeerblatt und 2 Nelken gespickt beigeben), dann auf ein Sieb schütten. Nicht abspülen!  
Butter und Öl mit den kleinen Chorizo-Würfeln angehen lassen. Schalotten, Knoblauch dazugeben, ohne Farbe zu geben anschwitzen. Paprika, Pilze und in Ringe geschnittene Lauchzwiebeln beigeben, langsam andünsten. Graupen dazugeben, mit kochender Geflügelbrühe bedecken und langsam sämig kochen.  
Etwa 8 Minuten wie ein Risotto kochen lassen. Wenn nötig, etwas Brühe beigeben. Von

Zum Schluss mit Salz, Pfeffer aus der Mühle und einer Prise Majoran würzen. Balsamico-Essig, Butter, Scamorza und gehackte Petersilie begeben.

Jetzt sofort mit den gegrillten Chorizo-Scheiben sowie mit dem gegrillten oder gebratenen Seeteufel belegen und servieren.

**Tipp:**

Die Seeteufel-Medaillons müssen scharf angebraten werden, sonst ziehen sie Wasser! Danach salzen. Die pikante Chorizo harmoniert perfekt mit dem milden Fisch.

Statt Seeteufel eignen sich auch: geräucherter Saibling, Eisbein, geräucherte oder gegrillte Entenbrust sowie gepökelte, geräucherte Zunge vom Rind oder Kalb.



# Grundrezept für Pizza

## Zutaten:

Für den Pizzaboden:

500 g Mehl

40 g Hefe

1 Prise Zucker

1 Prise Salz

$\frac{1}{4}$  l Wasser

5 EL Olivenöl

Olivenöl zum Bestreichen

Für die Pizzaiola:

2 fein gehackte Zwiebeln

2 gehackte Knoblauchzehen

3 EL Olivenöl

1 Dose geschälte Tomaten

(ca. 430g)

1 TL Oregano

1 Lorbeerblatt

Salz

Pfeffer

## Zubereitung:

Aus den Zutaten wie im Grundrezept beschrieben, einen Hefeteig zubereiten.

Ausrollen, auf ein Blech oder in vier Pizzaformen mit 20 cm Ø legen und mit einer Gabel mehrmals einstechen.

Die Oberfläche leicht mit Öl einpinseln.

Für die Pizzaiola Zwiebeln und Knoblauch im Öl andünsten. Tomaten und die Gewürze hinzufügen.

Ohne Deckel auf milder Hitze leise köcheln, bis eine dicke, aromatische Sauce entstanden ist.

Erkaltet auf den Pizzaboden verteilen und nach Geschmack belegen.

Beliebt sind: Salami, Schinken, Champignons, Mozzarella und etwas Knoblauch.

Aber auch aufgetauter Blattspinat, vermischt mit angedünsteten Zwiebelwürfeln und belegt mit Gorgonzola ist eine Pizza eine Delikatesse.

Der Fantasie sind beim Belag keine Grenzen gesetzt.

Wer über einen Backofen verfügt, der min. 300° erreicht, sollte sich einen ‚Pizzastein‘ zulegen. Dieser wird mit max. Temperatur 45 Minuten erhitzt. Mit einem großen Holzspachtel lässt man dann die Pizza auf den heißen Stein gleiten.

Für eine Pizza dieser Größe (ca. 30 cm. Durchmesser) benötigt man 200 g Teig. So hergestellt, kommt sie dem Original aus der Pizzeria sehr nahe. Stein und Spachtel gibt es im Internet ([www.pizzastein-shop.de](http://www.pizzastein-shop.de)).

**Tipp:**

Besonders saftig bleibt der Pizzabelag, wenn man ihn vor dem Backen noch mit etwas Olivenöl beträufelt.



# Knoblauch-Spinat-Nudeln

## Zutaten:

Für 1 Portion:

350 g junger Blattspinat,  
wenn möglich Babyspinat  
2-3 Knoblauchzehen  
140 g Tagliatelle oder  
Fettuccine  
(italienische Bandnudeln)  
Salz  
5 El Olivenöl  
30 g Butter  
Pfeffer  
Muskatnuss (frisch gerieben)  
1-2 El Zitronensaft  
Parmesan

## Zubereitung:

Spinat putzen, waschen und in einem Durchschlag abtropfen lassen.  
Knoblauch pellen und in feine Scheiben schneiden.  
Nudeln in Salzwasser mit 2 El Öl nach Packungsanweisung kochen.  
In der Zwischenzeit den Knoblauch in der Butter und dem restlichen Öl eine goldgelbe Farbe annehmen lassen. Nudeln mitsamt dem Wasser über den Spinat im Sieb gießen, gut abtropfen lassen.  
Die Spinatnudeln in der Pfanne mit Knoblauch und Öl mischen, mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft würzen. Sofort servieren und nach Geschmack Parmesan frisch darüber reiben.

## Tipp:

Nudeln und Spinat nach dem Abgießen gut abtropfen lassen. Durch das Vermischen mit dem heißen Öl und Knoblauch erhalten sie ihre Servier-Temperatur.  
Variieren lässt sich das



Gericht, indem man statt Spinat entweder Mangoldblätter oder Rucola verwendet.

# Lasagne

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen

250 g Lasagne

3 EL Butter

6 EL Mehl

2 Tassen Milch

2½ Tassen Sauce Bolognese  
(ohne Sahne zubereit.)

1 Tasse süße Sahne

½ Tasse Parmesan

1 Prise Muskatnuß

Salz

## Zubereitung:

Den Boden und die Seiten einer feuerfesten Kasserolle oder Auflaufform von einer Größe von 25 mal 35 mal 9 cm gut mit Butter einreiben.

In einem großen Topf Wasser und Salz zu sprudelndem Kochen bringen. Die Lasagne hineingeben und bei großer Hitze und gelegentlichem Umrühren kochen, bis sie weich, aber al dente ist. Dann die Streifen zum Abtropfen nebeneinander auf Küchenpapier ausbreiten. Die Butter

bei mäßiger Hitze in einem schweren, 2 bis 3 Liter fassenden Topf zerlassen und das Mehl hinein rühren. Den Topf von der Kochstelle nehmen, Milch und Sahne auf einmal hineingießen und so lange mit einem Schneebesen umrühren, bis sich das Mehl aufgelöst hat.

Den Topf wieder stark erhitzen und unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen die Sauce aufkochen lassen. Die Temperatur reduzieren und unter dauerndem Umrühren 2 oder 3 Minuten köcheln lassen. Von der Kochstelle nehmen und mit Muskatnuss und Salz abschmecken. Den

Ofen auf 160° vorwärmen. Den Boden der Auflaufform mit einer etwa ½ cm dicken Schicht Sauce Bolognese bestreichen. Da-



rüber etwa 1 Tasse Bechamel geben. Ein Drittel der Lasagne auf die Bechamelsauce legen, wobei die Streifen einander etwas überschneiden. Die Schichten von Sauce Bolognese, Bechamelsauce und Lasagne noch zweimal wiederholen, dann obenauf Sauce Bolognese und Bechamelsauce geben. Mit Käse bestreuen. 30 Minuten backen, bzw. bis die Sauce brodelt.

# Linguine mit Krabbensauce

## Zutaten:

Für 4 Personen

2 Knoblauchzehen, geschält

1 gestr. EL Meersalz

1 frische große rote Chilischote, entkernt und fein gehackt  
300 g ausgelöstes Krabbenfleisch (Crabmeat)

125 ml bestes Olivenöl

Saft und Schale von einer unbehandelten Zitrone

500 g Linguine

1 Handvoll frische Petersilie, gehackt

1 Handvoll

Brunnenkresseblätter, in grobe Stücke gerissen

## Zubereitung:

Für die Nudeln reichlich gesalzenes Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. In einem großen Mörser die Knoblauchzehen mit dem Salz zerstoßen, bis eine glatte Paste entstanden ist. Die gehackte Chilischote zugeben und weiter mörsern, bis die Mischung schön rot ist. Das ausgelöste Krabbenfleisch zugeben und vorsichtig mit einer Gabel zerpfücken. Das Öl zugießen, die Zitronenschale in den Mörser reiben und den Zitronensaft hinzufügen. Alles mit einer Gabel gut verrühren. Die Nudeln kochen, abgießen und in eine vorgewärmte Schüssel geben. Die Krabbensauce sofort darüber gießen und alles gut vermengen. Mit Petersilie und Brunnenkresse bestreuen und nochmals durchmischen.

# Risotto alla Milanese

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen  
2 Tassen Risottoreis  
*Arborio (auch Avorio), Vialone oder Carnaroli*  
7 Tassen Hühnerbouillon  
8 EL Butter  
 $\frac{1}{2}$  Tasse trockener Weißwein  
 $\frac{1}{2}$  Tasse fein gehackte Zwiebeln  
0,2 g Safran Pulver  
 $\frac{1}{2}$  Tasse Parmesan

## Zubereitung:

Die Hühnerbouillon in einem 2 bis 3 l fassenden Topf zum Kochen bringen und bei schwacher Hitze leise sieden lassen.

In einer 3 l fassenden tiefen Pfanne 4 EL Butter bei mäßiger Hitze zerlassen. Die Zwiebeln unter häufigem Umrühren 7 bis 8 Minuten in der Butter andünsten. Sie dürfen nicht bräunen. Den Reis darangehen und unter Rühren 1 bis 2 Minuten braten, bis die Körner glänzen und ein wenig glasig sind. Den Wein hingießen und so lange erhitzen, bis er fast völlig aufgesogen ist. 2 Tassen Bouillon dazu gießen und unter gelegentlichem Rühren weiterköcheln.

In einer weiteren Tasse Bouillon den Safran einweichen, dann über den Reis gießen und wieder verkochen lassen. Das Ganze sollte man so lange kochen lassen, bis die Flüssigkeit völlig absorbiert ist.

Nach 25 bis 30 Minuten sollte der Reis gar sein. Falls nicht, die übrige Bouillon  $\frac{1}{2}$  tassenweise hinzufügen, weiterkochen lassen und rühren, bis der Reis weich, aber nicht trocken ist. Dann mit einer Gabel 4 EL Butter und den



geriebenen Käse hinein rühren, doch sollte man darauf achten, dass der Reis nicht zerquetscht wird.

Anrichten, während der Reis noch sahnig und heiß ist.

# Risotto mit Scampi

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen  
3 Fenchel  
3 Schalotten  
2 Karotten  
3 Stangen blanchierter Sellerie  
2 rote Paprika  
600 g Risottoreis  
15 bis 20 cl Pernod  
1½ Liter Fischfond  
40 geschälte Scampi  
10 cl Olivenöl  
Schwarzer Pfeffer und Salz

## Zubereitung:

Fenchel in lange, dünne Streifen schneiden, Sellerie, Karotten und Schalotten fein hacken, Paprika in kleine Würfel schneiden.

Scampi im heißen Öl im Wok anbraten, nach 5 Minuten herausnehmen.

Eine große Pfanne auf mittlerer Flamme erhitzen und Olivenöl dazugeben. Das Gemüse (außer den Paprika) 5 Minuten anschwitzen.

Bei größerer Hitze den Reis hinzufügen. Gut umrühren, bis der Reis durchsichtig wird.

Mit dem Pernod ablöschen und etwas Fischfond hinzugießen. Hitze reduzieren. Unter gelegentlichem Rühren Reis köcheln lassen.

Von Zeit zu Zeit Fischfond dazugeben und umrühren, bis das Risotto al dente (mit Biss) ist.

Das Gericht mit Salz und Pfeffer abschmecken, die Scampi und Paprika dazugeben und servieren.



# Steinpilzrisotto

## Zutaten:

Für 2 bis 3 Personen  
200 g Risottoreis  
30 g getrocknete Steinpilze  
400 ml Kalbsfond  
1 Tasse Pilzwasser  
1 mittelgroße Zwiebel  
1 Tasse frisch geriebener Parmesankäse  
1 Glas Weißwein  
50 g Butter  
3 EL Olivenöl  
Salz  
Pfeffer  
Nach Geschmack frisch gehackte Petersilie

## Zubereitung:

Die Steinpilze in ein Gefäß geben und mit  $\frac{1}{4}$  l heißem Wasser übergießen. Eine Stunde ziehen lassen. Danach durch ein Sieb abgießen, das Pilzwasser auffangen, die Pilze grob zerschneiden.

In einer Pfanne in Butter und Öl die in feine Würfel geschnittene Zwiebel hellgelb andünsten, dann den Reis dazu geben und anbraten bis er glasig wirkt. Die Pilze dazu geben und mit dem erhitzten Pilzwasser angießen.

Den Weißwein hinzugeben.

Immer so viel heißen Kalbsfond dazu geben, dass der Reis leicht köcheln kann und nicht austrocknet.

Das muss etwa 30 Minuten dauern. Dann ist der Reis gar und die Flüssigkeit aufgebraucht.

Den Parmesan untermischen und den Risotto heiß servieren.

## Tipp:

Steinpilzrisotto eignet sich als Primo oder Beilage zu Piccata Milanese bei einem italienischen Menü.



# Tomaten-Basilikum-Risotto

## Zutaten:

Für 4 Personen  
250 g Tomaten  
1 Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
1 frische rote Chilischote  
30 g Butter  
1 EL Olivenöl  
200 g Risottoreis  
2 EL Tomatenmark  
500 ml Kalbsfond  
50 ml süße Sahne  
1 Bund Basilikum  
Pfeffer  
Salz

## Zubereitung:

Die Zwiebeln in Butter und Olivenöl glasig andünsten und den feingehackten Knoblauch dazugeben.  
Den Reis dazugeben und anbraten bis auch er glasig und glänzend wirkt.  
Mit heißem Kalbsfond angießen, bis alles bedeckt ist.  
Die Flüssigkeit einkochen lassen.  
Diesen Vorgang während der nächsten 20 Minuten ständig wiederholen.  
Das Tomatenmark, die feingehackte Chilischote und die Hälfte der Tomaten (enthäutet, entkernt und klein gewürfelt) untermischen.

Nach 30 Minuten den Rest der Tomaten, die süße Sahne und das gehackte Basilikum dazugeben.

Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

## Tipp:

Es gibt eine Variante, wo zum Schluss Streifen von frischem Lachs dazugegeben werden.  
Das begießt man dann noch mit 2 EL Zitrone



# Nachspeisen



	Seite
<b>Apple-Crumble</b>	<b>307</b>
<b>Arabische Pfannkuchen</b>	<b>308</b>
<b>Avocadomousse mit Erdbeeren</b>	<b>310</b>
<b>Bayerische Creme</b>	<b>311</b>
<b>BuchteIn</b>	<b>313</b>
<b>Crème Brûlée</b>	<b>315</b>
<b>Crepes</b>	<b>318</b>
<b>Crepes Suzette</b>	<b>317</b>
<b>Flambierte Pfirsiche ,Dalia'</b>	<b>319</b>
<b>Gefrorenes Mangoparfait</b>	<b>320</b>
<b>Handkäsauflauf mit Kümmelschaum</b>	<b>322</b>
<b>Kaiserschmarrn</b>	<b>324</b>

Mango Mozzarella	326
Mango Vanille Creme	327
Mohntörtchen	328
Kochkäse (Siehe „Gemüse und Vegetarisches“)	243
Mousse au Chocolat	329
Panna cotta mit Himbeergelee	331
Portugisischer Reispudding	333
Profiteroles	335
Quarkkeulchen	337
Rhabarber-Crumble	338
Sauce Suzette (Siehe „Saucen und Dressings“)	197
Schleischgerlen	339
Schokoladencrepes mit Mango-Passionsfrucht-Mousse	341
Süße Eigelbe	343
Topfennocken	344
Waffeln	345

# Apple-Crumble

## Zutaten:

Für 3 Personen  
500 g Äpfel (Boskopf)  
100 g Zucker  
100 g Mehl  
60 g Butter  
1 Prise Salz

## Zubereitung:

Die Äpfel schälen, in Stücke schneiden und in eine eingefettete Auflaufform o.ä. geben. Etwas von dem Zucker nach Geschmack auf die Äpfel streuen (ggf. auch etwas Zimt, zum Beispiel im Winter!). Dann das Mehl in eine Schüssel geben und mit 60 g Butter zu Bröckchen verkneten, den restlichen Zucker und die Prise Salz dazu mischen und alles auf die Äpfel streuen.

Bei etwa 175°C in vorgeheizten Backofen 30-35 Minuten backen, bis die Streusel goldgelb sind.

Heiß mit Vanilleeis reichen.



# Arabische Pfannkuchen

## Zutaten:

Für 8 bis 10 Personen

Für die Pfannkuchen:

*150 g Mehl*

*1 EL Zucker*

*1  $\frac{1}{4}$  TL Backpulver*

*1/4 TL Speisenatron*

*eine Prise Kardamom*

*3 EL griechischer Joghurt*

*ca. 125 ml fettarme Milch*

*1 großes Ei*

*50 ml Mandelöl*

Für den Orangenblütensirup:

*225 g Zucker*

*Saft von  $\frac{1}{2}$  Zitrone*

*1 EL Orangenblütenwasser*

Zum Servieren:

*1-2 Handvoll geschälte Pistazienkerne, gehackt*

## Zubereitung:

Für den Sirup Zucker und 150 ml Wasser langsam in einem Topf aufkochen lassen. Topf dabei gelegentlich schwenken, damit der Zucker sich besser auflöst, aber auf keinen Fall umrühren. Sobald das Wasser kocht, Zitronensaft zugießen und weitere 10 bis 15 Min. köcheln lassen, bis der Sirup auf einem Löffelrücken einen Film bildet. Orangenblütewasser zugeben, noch 5 Min. köcheln und dann abkühlen lassen.

Für die Pfannkuchen alle trockenen Zutaten in einer großen Schüssel mischen. Den Joghurt in einen Messbecher

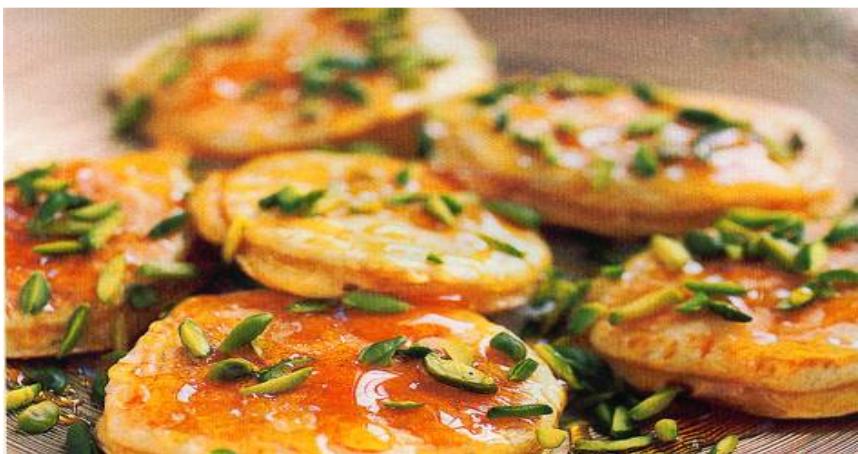
löffeln. Unter Rühren mit einer Gabel so viel Milch dazu gießen, bis die 250-ml-Marke erreicht ist.

Joghurt-Milch, Ei und Mandelöl mit dem Schneebesen aufschlagen und mit den trockenen Zutaten verrühren. Fast augenblicklich entsteht dabei ein dicker, schaumiger Teig.

Für jeden Pfannkuchen 2 EL Teig in eine heiße Pfanne geben. Da der Teig ziemlich dick ist, muss er mit dem Löffelrücken zu Kreisen geformt werden, bevor er fest wird (die Küchlein sollten einen Durchmesser von je ca. 7 cm haben). Die Pfannkuchen wenden, sobald sich

auf der Oberfläche kleine Blasen bilden, und auch die Unterseiten goldbraun backen.

Fertige Pfannkuchen unter Alufolie bis zum Servieren im Backofen warm halten. Die Pfannkuchen kurz vor dem Servieren mit abgekühltem Sirup beträufeln und mit einer Handvoll Pistaziensplitter bestreuen.



# Avocadomousse mit Erdbeeren

## Zutaten:

Für 6 Personen

2 mittelgroße reife Avocados  
Saft von 2 ungespritzten Limetten  
100 g Creme fraiche  
3 Eiweiß  
50 g Zucker  
3,5 Blatt Gelatine  
2 cl Cognac  
500 g Monatserdbeeren ohne Strunk  
1 EL Aceto Balsamico  
50 g Puderzucker  
schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
Basilikum zum Ausgarnieren

## Zubereitung:

Geschälte Avocados mit Limettensaft vermengen und mit dem Mixstab pürieren bzw. aufmixen.

Kalte Creme fraîche leicht anschlagen und unter die Avocados heben.

Eiweiß und Zucker steif schlagen und unterheben.

Gelatine im kalten Wasser einweichen, ausdrücken, in Cognac auflösen und ebenfalls unter die Masse mengen.

Creme in mit Klarsichtfolie ausgelegte Förmchen füllen, drei Stunden kalt stellen

Kurz vor Ende der Kühlzeit

Erdbeeren halbieren, mit Balsamico beträufeln. Puderzucker darüber geben, durchmischen.

Die Mousse auf Teller stürzen, Erdbeeren dazu anrichten, frisch gemahlenen schwarzen Pfeffer darüber geben, mit Basilikumstreifen ausgarnieren.



# Bayerische Creme

## Zutaten:

Für 4 Personen

250 ml Milch

1 Vanilleschote

30 g Zucker

2 Eigelbe

3 Blatt Gelatine

250 ml Sahne

## Zubereitung:

Die Milch zusammen mit der Vanilleschote aufkochen, den Zucker und die Eigelbe in einer Schüssel verrühren. Die Vanillemilch auf die Zucker-Eigelb-Masse gießen und alles auf 80 Grad erwärmen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen,

ausdrücken und in die warme Masse geben. Diese passieren und abkühlen lassen.

Anschließend die Sahne leicht anschlagen und unterheben. Die



Creme in die gewünschte Form füllen und ca. 3 Stunden im Kühl-schrank stocken lassen. Zum Anrichten die Bayerische Creme stür-zen.

**Tipp:**

Bei gut 500 ml Flüssigkeit entsprechend große Förmchen wählen.

# Buchteln

## Zutaten:

Für 4 bis 6 Personen

50 g Hefe

1 Prise Zucker

$\frac{1}{4}$  Tasse lauwarmes Wasser

1/8 l Milch

250 g zerlassene Butter

60 g Zucker

550 g gesiebtes Mehl

$\frac{1}{4}$  TL Salz

1 Ei und 2 Eigelb, zusammen verrührt

$\frac{1}{2}$  TL abgeriebene Zitronenschale

350 g Marillenmarmelade

Staubzucker

## Zubereitung:

Die Hefe zu der Prise Zucker in das lauwarme Wasser bröckeln. Nach 3 Min. umrühren, damit sich die Hefe vollständig auflöst. Für 10 Min. an einen warmen, zugfreien Ort stellen, bis sie auf doppelte Menge aufgegangen ist.

Die Milch bei kleiner Flamme erhitzen, vom Herd nehmen, den Zucker darin vollständig auflösen, die Hälfte der Butter hinein rühren und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. Dann die Hefelösung dazugeben.

In die große Rührschüssel der Küchenmaschine das Mehl und das Salz geben. Die vorbereitete Flüssigkeit,

die Eier und die abgeriebene Zitronenschale dazugeben und mit dem Knethaken so lange bearbeiten, bis ein glatter Teig entstanden ist.

Die Teigkugel in eine bemehlte Schüssel legen, mit einem Tuch abdecken und ca. 1 Stunde an einem warmen, zugfreien Ort gehen lassen. Den Teig nochmals 10 Min. kneten und dann tischtennisgröße Kugeln formen. Die Kugeln plattdrücken etwas Marmelade in der Mitte auftragen und wieder zur Kugel schließen. In einer gebutterten Springform die Buchteln kreisförmig einsetzen, wobei die Kontaktflächen mit viel Butter bepinselt werden sollen. Die restliche Butter auf die Oberseite verteilen und im auf 160 Grad (Umluft) vorgeheizten Ofen ca. 30 Min. goldbraun backen.

Aus der Springform stürzen, mit Staubzucker bestreuen und heiß servieren.

Dazu reicht man Vanillesauce



# Crème Brûlée

## Zutaten:

Für 4 bis 5 Personen

200 ml Milch

550 ml süße Sahne

6 Eigelb

60 g Staubzucker

Mark aus 2 Vanilleschoten

Abgeriebene Schale einer  $\frac{1}{2}$

Orange

1 EL Rum

1 EL Cointreau

Brauner Zucker

## Zubereitung:

Alle Zutaten außer dem braunen Zucker vorsichtig verrühren, damit sich kein Schaum auf der Oberfläche bildet.

Backofen auf 110 bis 120 Grad vorheizen.

Die Crème in flachen, feuерfesten Förmchen im Wasserbad ca. 60 bis 70 Minuten Stocken lassen.

Danach auskühlen lassen und kühl stellen. Vor dem Servieren mit braunem Zucker bestreuen und unter einem Salamander grillen, besser mit einer Lötlampe „brennen“, das heißt, den Zucker anschmelzen und braun karamellisieren lassen.

Mit heißer Kruste servieren.



### **Tipp:**

Vor dem Brennen so viel braunen Zucker auf die Oberfläche streuen, wie haften bleibt. Dazu die Oberfläche mit wenig neutralem Öl (Distel oder Sonnenblumen) einpinseln. Nach dem Bestreuen Förmchen schütteln und umdrehen.

Das Abreiben einer Orange gelingt am besten, wenn man sich die Schalenhälften von unbehandelten, ausgepressten Orangen einfriert und bei Bedarf in gefrorenem Zustand über eine feine Reibe zieht (Microplane).

# Crêpes Suzette

## Zutaten:

Für 6 Personen  
30 Crêpes  
Sauce Suzette  
4 EL Grand Marnier oder  
Cointreau  
2 EL brauner Rum

## Zubereitung:

In die köchelnde Sauce ein Crêpe geben und mittels zweier Gabeln, mit denen man zunächst den Crêpe in der Sauce hin und her bewegt bis es weich und geschmeidig ist, zwei Mal zusammenfalten, bis es die Form eines  $\frac{1}{4}$  Kreises hat.

Man schiebt ihn an den Pfannenrand und verfährt mit allen weiteren genauso. Am besten ordnet man die Crêpes sich überlappend an. Durch Verschieben sorgt man für genügend Freiraum für den jeweils neuen Crêpe. Zum Schluss ist der gesamte Pfannenboden mit Crêpes bedeckt.

Sind so viele Crêpes in der Pfanne, wie man essen möchte, gibt man vorsichtig den Cointreau und den Rum darüber.

Vorsichtig anzünden und die Crêpes flambieren.



# Crêpes

## Zutaten:

Für 6 Personen

200 g Mehl

4 Eier

3 EL Zucker

$\frac{3}{8}$  l plus 4 EL Milch

4 EL Grand Marnier oder  
Cointreau

2 EL zerlassene und ab-  
gekühlte Butter

6 EL Butterschmalz

## Zubereitung:

Das Mehl, den Zucker, die Eier, die Milch, den Grand Marnier und zwei EL zerlassene Butter in den Mixaufsatz der Küchenmaschine geben. Das Ganze gut durch mixen (ca. 1 Minute), am Anfang, nach einigen Sekunden die Zutaten an der Innenseite des Mixers mit einem Spachtel nach unten schieben.

Den Teig in einem verschlossenen Gefäß für mindestens 2 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Zum Backen der Crêpes erhitzt man eine kleine, beschichtete Pfanne von 10 bis 12 cm Durchmesser. Mit einem Küchenpinsel trägt man etwas flüssiges Butterschmalz auf und gießt mit einer kleinen Schöpfkelle ca. 2 EL Teig in die Pfanne. Man kippt die Pfanne sofort in alle Richtungen, damit der Teig schnell den gesamten Boden bedeckt.

Den Pfannkuchen etwa 1 Minute backen, bis sich rund herum ein brauner Rand zeigt, dann mit einem Spachtel wenden. Nochmals 1 Minute backen.

Den Pfannkuchen auf einen Teller gleiten lassen, die Pfanne wieder mit Butterschmalz einpinseln und so die nächsten Crêpes backen, bis der Teig aufgebraucht ist.

Auf dem Teller alle Crêpes aufeinanderschichten und, bei Zimmertemperatur, mit Frischhaltefolie bedeckt, aufbewahren.



# Flambierte Pfirsiche ,Dalia'

## Zutaten:

Für 4 Personen  
8 Pfirsichhälften aus der Dose  
den Sirup aus der Dose  
 $\frac{1}{8}$  l süße Sahne  
50 g Butter  
25 ml Cointreau oder Grand Marnier  
hochprozentigen Rum (Stroh)  
Vanilleeis

## Zubereitung:

In einer unbeschichteten Pfanne, vorzugsweise einer Flambierpfanne die Butter auslassen.  
Wenn sie nicht mehr schäumt, die Pfirsichhälften von beiden Seiten anbraten. Zunächst die flache Seite mit der Kernöffnung dann die runde Seite Wenn die Kontaktstellen etwas braune Farbe angenommen haben, den Sirup in die Pfanne gießen und bei starker Hitze auf die Hälfte einkochen.

Die Sahne dazugeben und die Flüssigkeit zu einer Sahnesauce einkochen.

Ist die richtige Konsistenz erreicht, den Cointreau dazugeben  
Die durch den Kochvorgang in die Kernöffnungen der Pfirsichhälften gelangte Sauce mit einem Löffel entfernen und stattdessen Rum hineinträufeln. Den Rum anzünden und abbrennen lassen.

Auf Dessertteller ein oder zwei Kugeln Eis geben, zwei Hälften Pfirsiche dazu legen und das Ganze mit der Sauce übergießen.

## Tipp:

Die Mengen eventuell so variieren, dass es mehr Sauce ergibt. Davon ist nie genug da!



# Gefrorenes Mangoparfait

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen

3 frische Flugmangos

6 Eigelbe

500 ml Sahne

Zucker

## Zubereitung:

3 frische Flugmangos vom Kern lösen und schälen. Vom Mangofleisch 100 g grobe Stücke wegnehmen und pürieren. Den Rest Mango für die Garnitur kalt stellen. Zum Püree

nach Geschmack Zucker hinzugeben und gut mixen, bis sich der Zucker vollständig aufgelöst hat.



Das Eigelb von 6 Eiern mit 1/3 von 500 ml Sahne über einem Wasserbad rührend erhitzen, bis es bindet. Auf Eis stellen und langsam kalt rühren. Mangopüree einrühren. Rest der Sahne aufschlagen. Davon 1/3 in die Masse einrühren.

Danach die restlichen 2/3 der Sahne vorsichtig unterheben, so dass ein schönes Volumen entsteht. Masse in Förmchen füllen und für etwa 1/2 Tag in den Tiefkühler stellen, bis sie gut durchgefroren ist.

Zum Anrichten Mangofleisch dekorativ auf einem Teller verteilen und das Parfait darauf stürzen.

# Handkäsauflauf mit Kümmelschaum

## Zutaten:

Für 6 Personen

75 g reifer Handkäse

$\frac{1}{4}$  l Vollmilch

50 g Butter

50 g Mehl

6 Eier

etwas Butter für die Förmchen

Salz, Pfeffer

Für den Kümmelschaum:

0,3 l trockener Weißwein

$\frac{1}{2}$  TL zerstoßener Kümmel

$\frac{1}{2}$  TL Fenchelsamen

10 Pfefferkörner

3 Pimentkörner

$\frac{1}{2}$  Lorbeerblatt

3 Eigelbe

20 g kalte Butter

Salz Pfeffer

## Zubereitung:

Den Handkäse raspeln oder sehr fein zerkleinern.

Die Milch in einen Topf schütten. Je eine Prise Salz und Pfeffer sowie die Butter zugeben und alles aufkochen lassen.

Das Mehl auf ein Stück Pergamentpapier sieben. Auf einmal in die kochende Milch hineinschütten, dabei ständig rühren.

Die Masse mit einem Holzlöffel so lange rühren, bis sich ein Kloß und auf dem Topfboden ein weißer Belag bildet.

Den Topf von der Kochplatte nehmen und schnell ein rohes Eiweiß unter die heiße Masse arbeiten.

Den Teigkloß in eine Schüssel geben; nach und nach fünf Eigelb unterrühren, so dass eine geschmeidige Masse entsteht.

Den geriebenen Handkäse gleichmäßig unterrühren.

Fünf Eiweiß sehr steif schlagen, dabei eine Prise Salz einstreuen.

Vorsichtig unter die Käsemasse heben.

Portionsförmchen ausbuttern und zu  $\frac{3}{4}$  mit der luftigen Auflaufmasse füllen. In einem Wasserbad im vorgeheizten Backofen bei 150 Grad ca. 20 Minuten garziehen lassen.

Den Weißwein mit den Gewürzzutaten für den Kümmelschaum in einem Topf aufkochen. Bis auf ein Drittel der Menge einkochen lassen.

Durch ein mit einem Tuch ausgelegtes Sieb schütten. Eigelb zugeben und in einem heißen, nicht kochenden Wasserbad zu einem luftig-dicklichen Schaum aufschlagen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die kalte Butter flöckchenweise unterrühren.

Die heißen Förmchen vorsichtig aus dem Ofen nehmen. Auflauf evtl. am Rand mit einem Messer lösen und stürzen.

Die einzelnen Portionen auf vorgewärmte Teller setzen und den Kümmelschaum angießen.

Nach Belieben mit feinen Radieschenstreifen, Schnittlauchröllchen und einigen Kümmelkörnern dekorativ anrichten.

# Kaiserschmarrn

## Zutaten:

Für ein bis zwei Portionen  
200 ml Milch  
2 EL Butter  
80 g Mehl  
2 Eigelbe  
2 Eiweiß  
25 g Zucker  
1 EL Rosinen  
2 EL Rum  
1 Vanilleschote  
Eine Prise Salz  
Staubzucker

## Zubereitung:

Die Rosinen  $\frac{1}{2}$  Stunde lang im Rum einweichen, dann ausdrücken.  
Eigelb, Zucker und Salz werden mit dem Schneebesen oder mit dem Mixer so lange geschlagen, bis sie hellgelb und dickflüssig sind. Dann kommen Milch, das Mark der Vanilleschote und nach und nach das Mehl dazu. Wenn alles reichlich verrührt ist, gibt man die Rosinen hinein.  
Unter diesen Teig wird nun das sehr steif geschlagene Eiweiß gehoben.

Wenn das Weiße restlos im Teig verschwunden ist, erhitzt man 1 EL Butter in einer etwa 25 cm großen Pfanne. Man füllt den Teig hinein - etwa 0,5 cm hoch - und erhitzt ihn 4 Minuten über kleiner



Flamme, bis er aufgegangen und an der Unterseite leicht gebräunt ist. Er wird zunächst aus der Pfanne genommen - damit man einen neuen Esslöffel Butter erhitzen kann -, bevor er umgedreht noch einmal 4 Minuten weiterbrät.

Den fertigen Kaiserschmarrn reißt man mit zwei Gabeln in 6 oder 8 unregelmäßige Stücke, die noch einmal für etwa 2 Minuten in heißer Butter gebraten und dabei mehrmals gewendet werden.

Man serviert den Schmarrn locker aufgetürmt und mit Puderzucker bestreut auf einem angewärmten Teller.

**Tipp:**

Dazu passen Zwetschgenröster oder Preiselbeeren.

# Mango Mozzarella

## Zutaten:

Für 2 Personen

1 Mango

250 g Mozzarella

1 TL Piment d'Espelette

1 Prise Fleur de Sel

Olivenöl

Prelibato (weißer Traubenmost)

Basilikum

## Zubereitung:

Mango und Mozzarella in Scheiben schneiden und auf einer Platte anrichten.

Mit Fleur de Sel und Piment d'Espelette würzen.

Olivenöl und Prelibato darüber geben und mit frischem Basilikum dekorieren.



# Mango-Vanille-Crème

## Zutaten:

Für 4 Personen  
450 g Mangopulp  
250 g Mascarpone  
100 g Joghurt  
2 EL Mango Sirup  
 $\frac{1}{2}$  TL gem. Vanille  
2 Tonkabohnen  
Piment d'Espelette  
50g abgetropfter, eingelegter Ingwer,  
fein geschnitten.  
dünne Mangoslices zum Garnieren

bestäuben.

## Zubereitung:

Die Dose Mangopulp mit Mascarpone, Joghurt, Vanille und dem Mango Sirup cremig rühren. Die klein geschnittenen Ingwerstücke unterrühren und einige Stunden kalt stellen. Vor dem Servieren die Tonkabohnen darüber reiben, mit Mangoslices verzieren und mit Piment d'Espelette



# Mohntörtchen

## Zutaten:

Für 4 Personen

120 g gemahlener Mohn  
80 g Weizentoastbrotkrumen  
125 ml Rotwein  
7 Eier  
140 g Butter  
100g Puderzucker  
geriebene Zitronenschale  
1 Schuss Rum  
1 Prise Salz

## Zubereitung:

Toastbrotkrumen in Rotwein einweichen. Puderzucker mit der weichen Butter aufschlagen. Nach und nach die Eigelbe zugeben und gut glattrühren. Mohn, Zitronenschale und Rum zufügen. Dann das Toastbrot zugeben und glattrühren.

Eiweiß mit Salz steif schlagen, unter die Masse heben und in gebutterte und gezuckerte

Förmchen füllen. In ein Wasserbad stellen und im Ofen bei 200 Grad 30 Minuten garen.

Dazu Kirschkompostt.



# Mousse au Chocolat

## Zutaten:

Für 6 Personen  
200 g feinste dunkle Kuvertüre mit min. 70% Kakao  
2 x 100 ml flüssige Sahne  
etwas Vanillemark  
50 g Butter  
1 Kaffeelöffel Edelkakao  
1 Kaffeelöffel Grand Marnier  
1 Kaffeelöffel vom besten Cognac  
2 Eigelbe  
3 Eiweiß  
8 g Zucker  
Prise Salz

## Zubereitung:

Die Kuvertüre mit einem großen Messer in kleine Stücke hacken. Sahne in einer Schüssel im warmen Wasserbad erwärmen, Kuvertürestücke beigeben und mit einem sauberen Kochlöffel glatt rühren. Das Vanillemark beigeben.

Kalte Butter in kleine Würfel schneiden, nach und nach zur Kuvertüre-Sahne-Mischung geben und alles zu einer homogenen Masse rühren. Den Kakao durch ein Sieb dazugeben, danach die Schüssel vom Wasserbad wegnehmen. Cognac und Grand Marnier zur Masse geben. Ein Eigelb nach dem anderen einrühren. Das Eiweiß mit dem Zucker und einer Prise Salz steif schlagen.

Die kalte Sahne fest schlagen, aber nicht übertrieben. Etwas geschlagene Sahne und Eischnee der Schokoladenmasse beigeben und glatt rühren. Nun die restliche Sahne sowie den Eischnee beigeben und locker darunterheben.

Mousse drei Stunden kühl stellen, danach in eine geeignete Schüssel oder in einzelne Gläser abfüllen.

## Tipp:

Mischen Sie dem Kakao etwas Zimt und ein wenig Instantkaffeepulver bei - das verleiht der Mousse eine herbere Note.  
Hierzu passt u.a. kalte Orangensauce.



~ 330 ~

# Panna cotta mit Himbeergelee

## Zutaten:

Für 4 Personen  
8 Blatt weiße Gelatine  
500 g Himbeeren  
100 g Zucker  
2 cl Orangenlikör (z. B. Grand Marnier)  
1 Vanilleschote  
375 g Sahne  
90 g Zucker  
Zitronenmelisse zum Garnieren

## Zubereitung:

Für das Orangenlikör-Himbeer-Gelee Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Himbeeren abbrausen (Tiefkühlware sanft auftauen). 400 g davon mit Zucker und Likör im Topf bei mittlerer Hitze unter Rühren erwärmen, bis sich der Zucker auflöst. Himbeermischung durch ein feines Sieb passieren. Kurz erwärmen. Gelatine ausdrücken, unter Rühren darin auflösen. Gelee hinterher abkühlen lassen.



Gelee in Gläser einfüllen, im Kühlschrank fest werden lassen.  
Inzwischen für die Panna cotta die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden, das Mark mit einem Messer herauskratzen.  
Sahne mit Zucker, Vanilleschote und Vanillemark im Topf aufkochen, vom Herd nehmen und leicht abkühlen lassen. Gelatine ausdrücken und unter Rühren in der Sahnemischung auflösen. Auf Zimmertemperatur abkühlen und die Vanilleschote entfernen.  
Die Panna cotta vorsichtig auf das Gelee geben, so dass zwei Schichten entstehen.  
Dann mindestens vier Stunden kühl stellen,  
Zum Servieren Panna cotta mit Himbeeren und Zitronenmelisse garnieren.

**Tipp:**

Man kann die Gläser mit dem Gelee auch schräg in einen Eierkarton setzen. Die Schichtung von festem Gelee und Panna cotta ist dann noch rätselhafter und attraktiver.

# Portugiesischer Reispudding

## Zutaten:

Für 4 bis 6 Personen

*3/8 l Milch*

*1 Vanilleschote*

*1 Zimtstange, 5 cm lang*

*6 Streifen Zitronenschale, je etwa 4 cm lang und 1 cm breit*

*½ TL Salz*

*100 g Rundkornreis*

*3 Eigelbe*

*75 g Zucker*

*1 TL Zimt*

## Zubereitung:

Die Milch mit der Vanilleschote, Zimtstange, Zitronenschale und  $\frac{1}{4}$  TL Salz in einem 1 bis  $1\frac{1}{2}$  l fassenden Topf bei mäßiger Hitze aufkochen lassen. Den Topf fest zudecken, vom Feuer nehmen und die Gewürze 20 bis 30 Minuten durchziehen lassen. Unterdessen den Reis mit  $\frac{1}{4}$  TL Salz in 1 l Wasser 20 Minuten kochen. In einem Sieb abtropfen lassen, wobei man den Reis

mit einer Gabel lockert, um die Körner voneinander zu trennen.

Die Eigelbe und den Zucker in einer großen Schüssel mit einer elektrischen Küchenmaschine schlagen, bis die Mischung leicht und blass-gelb ist. Unter fortwährendem Rühren die Milch durch ein Sieb in einem dünnen Strahl dazu gießen. Dann die Mischung in den Topf zurückgeben und bei schwacher Hitze weiter mit dem Schneebesen bearbeiten, bis sie sich zu einer Creme verdickt, die einen Löffel leicht überzieht. Keinesfalls kochen lassen, da sie sonst gerinnt. Vanilleschote und Zimtstange wegwerfen. Den Reis hinzufügen und bei schwacher Hitze 2 Minuten lang ständig mit einer Gabel rühren. Den Pudding in tiefe Teller oder in geeignete Förmchen  $1\frac{1}{2}$  cm hoch einfüllen. Kalt stellen und kurz vor dem Anrichten leicht mit Zimt bestreuen.



# Profiteroles

## Zutaten:

Für ca. 50 Stück

Für den Teig:

125 ml Wasser

50 g Butter

125 g Mehl

3 Eier

1 Msp. Backpulver

Für die Füllung:

400 ml Sahne

2 Pck. Sahnesteif

1 Pck. Vanillinzucker

1 EL Kakaopulver

Für den Guss:

200 g Kuvertüre, zartbitter

etwas Kokosfett

## Zubereitung:

Für den Teig Wasser und Butter in einem Topf zum Kochen bringen. Mehl sieben, auf einmal in die von der Kochstelle genommene Flüssigkeit schütten und zu einem glatten Kloß rühren. Unter Rühren etwa eine Minute erhitzen und den heißen Kloß sofort in eine Rührschüssel geben. Nach und nach die Eier mit Handrührgerät (Knethaken) auf höchster Stufe unterarbeiten. Die Eimenge hängt von der Beschaffenheit des Teiges ab, er muss stark glänzen und so von einem Löffel abreißen, dass lange Spitzen hängen bleiben.

Das Backpulver in den erkalteten Teig einarbeiten. Den Teig in einen Spritzbeutel mit kleiner Sterntülle füllen, kleine Tuffs auf ein mit Backpapier belegtes Backblech spritzen. Bei 180°C (Umluft, vorgeheizt) ca. 20 Minuten backen und das Gebäck gut auskühlen lassen.

Für die Füllung Sahne mit Sahnesteif nach Anleitung auf dem Päckchen steif schlagen. Unter die eine Hälfte den Vanillin-Zucker und unter die andere die Trinkschokolade rühren. Sahnemasse (zuerst die Vanillesahne) in einen Spritzbeutel mit kleiner Lochtülle füllen, vorsichtig ein Loch in den Boden der Profiteroles stoßen und mit Sahne füllen, danach die dunkle Füllung.

Für den Guss die Schokolade mit etwas Kokosfett in einem kleinen Topf im Wasserbad bei schwacher Hitze geschmeidig rühren. Die Profiteroles in den Guss tauchen.



# Quarkkeulchen

## Zutaten:

Für 4 Personen  
400 g gut ausgedrückter  
Speisequark  
60 g eingeweichte  
Sultaninen  
2 Eier  
4 EL Mehl  
4 EL Puderzucker  
Saft von 2 Zitronen  
etwas Mehl zum Wenden  
6 EL geklärte Butter  
1 Prise Salz  
etwas Puderzucker zum  
Bestreuen

## Zubereitung:

Quark, abgetropfte Sultaninen, Eier, Mehl, Puderzucker, Zitronensaft und eine Prise Salz zu einem gleichmäßigen Teig verrühren.

Mit zwei Löffeln kleine Plätzchen in Keulenform herstellen und in Mehl wenden.

In heißer geklärter Butter von jeder Seite goldgelb backen.

Die Quarkkeulchen auf Küchenpapier legen, damit überschüssiges Fett aufgesaugt wird.

## Tipp:

Hierzu passt u.a. Himbeersauce.



# Rhabarber-Crumble

## Zutaten:

Für 4 Personen

60 g Mehl

60 g brauner Zucker

60 g weiche Butter

60 g gemahlene Haselnusskerne

1 Prise Salz

1 TL Lavendelblüten

500 g Rhabarber

4 gestrichene EL Zucker

Butter

## Zubereitung:

Für die Streusel Mehl, braunen Zucker, weiche Butter Haselnusskerne und Salz zuerst mit den Knethaken des Handrührers, dann mit den Händen zu einem Teig verkneten.

Rhabarber putzen (Stangen oben und unten knapp abschneiden), abspülen und in kleine Würfel schneiden.

Backofen auf 200 Grad, Umluft 180 Grad, Gas Stufe 4 vorheizen.

4 ofenfeste Gratinformchen mit Butter ausstreichen und die Rhabarberwürfel darin verteilen. Mit je einem EL Zucker bestreuen und 10 Minuten im Ofen vorbacken, damit sie weich werden.

Die Förmchen aus dem Ofen nehmen und den Streuselteig in Flöckchen über dem Rhabarber zerkrümeln.

Mit einer kleinen Prise Lavendelblüten bestreuen.

Im Ofen weitere 10–12 Minuten goldbraun überbacken.

Der Rhabarber-Crumble schmeckt warm aus dem Ofen am besten.

Dazu Vanilleeis.



# Schleischgerln

## Zutaten:

Für 4 Personen:

750 g mehlig kochende Kartoffeln

1 Ei

ca. 150 g Mehl

1 TL Salz

250 g gemahlener Mohn

150 g Butter

Staubzucker

## Zubereitung:

Der Name „Schleischgerln“ wurde in unserer Familie für diese süße Variante von Gnocchi oder Kartoffelnußeln verwendet und stammt aus Böhmen.

Die Kartoffeln in der Schale weichkochen. Etwas abkühlen lassen, pellen und durch eine Kartoffelpresse drücken.

Die Masse mit dem Ei und dem Salz zu einem gleichmäßigen, festen Teig verkneten. Den Kartoffelteig in etwa 5 gleich große Portionen aufteilen und diese mit den Händen in fingerdicke Stränge rollen. Die Stränge in 3 cm lange Stücke schneiden.



In nicht zu großen Portionen in leicht sprudelndem Wasser kochen.  
Sie sind gar, wenn sie an die Oberfläche steigen.

Die heißen Gnocchi mit einer Mischung aus Staubzucker und gemahlenem Mohn bestreuen, darin wälzen und mit heißer Butter übergießen.

**Tipp:**

Neue Kartoffeln eignen sich nicht für Gnocchi, da sie zu viel Mehl aufnehmen.

# Schokoladencrepes mit Mango-Passionsfrucht- Mousse

## Zutaten:

Für 6 Personen

Mango-Passionsfrucht-Mousse:

5 Blatt weiße Gelatine

1 EL Zitronensaft

25 ml Wodka

400 g Mangofruchtfleisch (püriert)

100 g Fruchtfleisch von Passionsfrüchten (püriert)

3 Eiweiß (ca. 100 g)

75 g Zucker

400 g geschlagene Sahne

Mango-Passionsfrucht-Ragout:

1 reife Mango

4 Passionsfrüchte

50 g Zucker

Schokoladencrepes:

$\frac{1}{4}$  l Milch

50 g Zucker

2 Eier

25 g flüssige Butter

85 g Mehl

25 g Kakaopulver

Butter zum Ausbacken

## Zubereitung:

Für die Mango-Passionsfrucht-Mousse die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Den Zitronensaft mit dem Wodka in einem kleinen Topf lauwarm erhitzen, die Gelatine ausdrücken und darin auflösen.

Das Mango- und Passionsfruchtpüree verrühren, die aufgelöste Gelatine untermischen und die Masse im Kühlschrank leicht anziehen lassen. Die Eiweiße mit dem Zucker zu steifem Schnee schlagen und vorsichtig unterheben. Die Masse im Kühlschrank etwas gelieren lassen und die geschlagene Sahne vorsichtig unterheben. Die Mousse mit Frischhaltefolie zudecken und mindestens zwei Stunden kühl stellen.

Für das Mango-Passionsfrucht-Ragout die Mango schälen, das Fruchtfleisch zuerst vom Stein

und dann in kleine Würfel schneiden. Die Passionsfrüchte halbieren und die Fruchtkerne mit einem Esslöffel auslösen.

Den Zucker in einem Topf goldgelb karamellisieren. Die Passionsfruchtkerne dazugeben und köcheln lassen, bis der Zucker sich aufgelöst hat. Mangowürfel dazugeben und das Ragout vom Herd nehmen.

Für die Schokoladencrepes die Milch mit dem Zucker, den Eiern, der Butter, dem Mehl und dem Kakaopulver in einer Schüssel zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig durch ein Spitzsieb passieren. Etwas Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen und darin aus dem Teig nacheinander sechs dünne Crepes ausbacken.

Die Mango-Passionsfrucht-Mousse in einen Spritzbeutel füllen. Zum Füllen die Crepes einzeln auf eine Lage Frischhaltefolie legen und die Mousse in einem Streifen mittig auf jede Crepe spritzen. Die Crepe über die Mousse schlagen, mithilfe der Frischhaltefolie einrollen und an den Enden gerade abschneiden. Die gerollten Crepes diagonal halbieren, jeweils zwei der „Cannelloni“ mit dem Mango-Passionsfrucht-Ragout auf Desserttellern anrichten.



# Süße Eigelbe

## Zutaten:

Für 4 Personen  
16 Eigelbe Größe M,  
1 l Wasser  
1 kg Zucker  
400 g Muscovadozucker (ein  
Rohrzucker aus Mauritius)  
Schale von 2 Limetten

## Zubereitung:

Wasser und den Zucker aufkochen und so lange köcheln lassen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Erkalten lassen. Auf 60 Grad erhitzen und die Eigelbe hineingeben; bei einer Temperatur von 60 Grad die Eigelbe 40 Minuten darin ziehen lassen.

Eigelbe aus dem Zuckerwasserbad nehmen und trockentupfen; in einem flachen Gefäß den Muscovadozucker ausbreiten und die Eigelbe darin wälzen, so dass sie komplett von Zucker umhüllt sind.

In einem Gefäß luftdicht verschlossen über Nacht in den Kühlschrank geben.

Die Eigelb-Pralinen mit der feinst geriebenen Limettenschale bestreuen und vor dem Servieren auf Raumtemperatur bringen.

# Topfennocken

## Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen  
250g Topfen (Quark)  
2 Eier  
1 kleine Tasse Milch  
2 EL Semmelbrösel  
2 EL Mehl  
Salz  
etwas Butter und Semmelbrösel  
zum Übergießen

## Zubereitung:

Den Topfen mit den Eiern und der Milch verrühren. Salz, Brösel und Mehl dazugeben. Längliche Nocken abstechen, in siegendes Salzwasser einlegen und 6 Minuten gar ziehen lassen. Abtropfen und zum Anrichten mit Bröselbutter übergießen. Salat oder Tomatensauce eignet sich gut dazu.

Als süße Variante mit Früchtemus ein guter Nachtisch.



# Waffeln

## Zutaten:

Für 4 Personen  
3 Eier  
125 g Butter  
150 g Zucker  
200 g Mehl  
10 g Vanillezucker  
1 TL Backpulver  
Milch oder Sprudel

## Zubereitung:

Eier, geschmolzene Butter, Zucker und Vanillezucker im Mixer schaumig mixen oder weiche Butter mit dem Zucker und Vanillezucker mit dem Schneebesen schaumig rühren, dann die Eier dazugeben und verrühren.  
Das gesiebte Mehl mit dem Backpulver abwechselnd mit Milch oder Sprudel dazugeben.

Der Teig soll sich mit einer Kelle in das Waffeleisen gießen lassen, soll aber auch nicht zu dünn-flüssig sein.

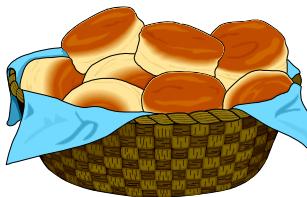
## Tipp:

Zu den fertig gebackenen Waffeln gibt man nach Geschmack geschlagene Sahne, Preiselbeeren, Kirschkompost, Apfelmus usw.





# Kuchen und Gebäck



	Seite
Baiser	349
Baumkuchen in der Kastenformn	351
Bethmännchen	352
Brioche	353
Cantucci	355
Gugelhupf	357
Hefeteig (Grundrezept)	359
Ingwerkuchen	360
Käsegebäck	361
Käsekuchen	362
Käseplätzchen	364
Käse-Speck-Muffins	366

Königskuchen	368
Mohnstollen	369
Mürbeteig (Grundrezept)	371
Nussbusserln	373
Nussecken	375
Panettone	376
Pasteis de Nata	378
Rotweinkuchen	380
Rüeblikuchen	381
Rührteig (Grundrezept)	383
Sacher Torte	384
Schokoladen-Tortine	385
Streusel & Zuckerguss	387
Verkehrte Torte	387

# Baiser

## Zutaten:

4 Eiweiß  
1 Prise Salz  
200 g feiner Zucker  
1 EL Vanillezucker

## Zubereitung:

Die Zutaten bereitstellen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen, den Ofen auf 150 Grad vorheizen. Eiweiß mit Salz in einer großen Rührschüssel langsam steif schlagen, dabei nach und nach Vanillezucker hinzugeben rieseln lassen. Die Baisermasse in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen. Gewünschte Formen direkt auf das mit Papier belegte Blech spritzen. Das Blech in den Ofen schieben. Die Temperatur auf 80 Grad herunter-schalten. 3 bis 4 Stunden lang eher trocken als backen. Sie müssen schneeweiss bleiben. Die Meringen abkühlen lassen und vorsichtig vom Papier lösen.



## Tipp:

Das Allerwichtigste: Der Eischnee. Er muss die richtige Konsistenz haben, sonst klappt es nicht. Deshalb muss das Eiweiß makellos frisch und absolut sauber sein, das heißt, es darf auch nicht das winzigste Restchen Eigelb enthalten. Ebenso müssen Rührschüssel und Schläger peinlich sauber und vollkommen fettfrei sein.

Zum Schlagen eine große Schüssel nehmen, die für diesen Zweck mit dem Handrührgerät mitgelieferten hohen, schlanken Rührbecher sind ungeeignet: Eischnee braucht Platz.

Auf der kleinsten, höchstens mittleren Stufe des Handrührgeräts schlagen: Eiweiß braucht Zeit, bis es genügend Volumen entwickelt. Ideal ist deshalb die Küchenmaschine, die selbsttätig röhrt.

Eine Prise Salz fördert das Steifwerden des Eischnees.

Immer nur feinsten Zucker verwenden, am besten sogar Staubzucker, der sich rasch auflöst.

# Baumkuchen

## Zutaten:

Für eine Kastenform

250 g Butter

250 g Zucker

5 Eier

abgeriebene Schale einer Zitrone

1 Eßlöffel Rum

50 g abgezogene geriebene

Mandeln

125 g Mehl

125 g Speisestärke

## Zubereitung:

Butter schaumig rühren, nach und nach Zucker, Eigelb und Zitronenschale zugeben und dick schaumig schlagen, Rum und Mandeln hinein rühren.

Eiweiß steif schlagen und auf die Eigelbcreme gleiten lassen, Mehl mit Speisestärke mischen und auf den Eischnee sieben, vorsichtig unterziehen.

Eine Kastenform fetten, so

viel Teig hineingeben, dass der Boden ca. 2 mm bedeckt ist.

In 3 bis 5 Minuten im Grill auf der untersten Schiene goldgelb backen, die nächste Teigschicht darauf geben, weiterbacken und so fortfahren, bis aller Teig verbraucht ist (etwa 16 bis 18 Schichten). Den Baumkuchen nach Belieben mit heißer verdünnter Aprikosenmarmelade und Schokoladen- oder Zuckerglasur überziehen.



# Bethmännchen

## Zutaten:

50 g gemahlene Mandeln  
200 g Marzipan - Rohmasse  
1 kleines Ei  
80 g Staubzucker  
2 gehäufte EL Mehl  
2 EL Rosenwasser  
120 g Mandeln, geschält und halbiert  
zum Bestreichen:  
2 Eigelbe  
1 Eiweiß

## Zubereitung:

Das Marzipan würfeln, in eine Schüssel geben und mit dem Ei, dem Puderzucker, dem Mehl, dem Rosenwasser und den gemahlenen Mandeln zu einem geschmeidigen Teig verkneten.

Den Backofen auf 150° vorheizen. Das Backblech mit Butter bestreichen und mit Backtrennpapier auslegen (die Fettschicht auf dem Backblech verhindert, dass das Backtrennpapier verrutscht).

Die Eigelbe mit dem Eiweiß verquirlen.

Aus dem Teig mit nassen Fingern Kugeln von etwa 3 cm Durchmesser formen und seitlich jeweils 3 Mandelhälften an die Kugeln drücken, so dass sich die Spitzen der Mandeln in der oberen Mitte fast berühren.

Die Bethmännchen auf das Backblech setzen und jedes leicht mit dem verquirten Ei bepinseln. Die Bethmännchen in 12 Minuten auf der mittleren Schiene im Backofen hellgelb backen und mit einem Spatel auf ein Kuchengitter setzen.

Das abgekühlte Konfekt möglichst zwischen Lagen von Pergamentpapier in einer Blechdose aufbewahren, damit das Marzipan nicht austrocknet.



# Brioche

## Zutaten:

Für eine große Brioche-Form:

500 g Mehl

20 g Hefe

60 g Zucker

4 EL Milch

6 kleine Eier

1 Prise Salz

400 g Butter

1 Eigelb zum Bestreichen

## Zubereitung:

Aus Mehl, Hefe, Zucker, Milch, Eiern und Salz wie, im Grundrezept beschrieben, einen Hefeteig zubereiten.

Die Butter (rechtzeitig aus dem Kühlschrank nehmen!) auf der Arbeitsfläche mit den Handballen geschmeidig kneten.

Dann stückchenweise unter den Teig arbeiten, ihn dabei heftig

schlagen, damit genügend Luft hineingelangt. Den Teig, zu einer Kugel geformt, in einer bemehlten Schüssel unter einem Tuch eine Stunde gehen lassen. Den Teig auf der dick mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche erneut durchwälken. Ein Viertel davon abschneiden.

Für die große Brioche-Form aus den beiden Teigstücken je eine Ku-



gel rollen. Für Portionsförmchen aus dem großen Teigstück zwölf kleine Kugeln rollen, aus dem restlichen Teig zwölf murmelgroße Bällchen.

Die größere Kugel jeweils in die gebutterte Form legen. In die Mitte mit dem Finger eine Mulde stufen.

Die kleine Kugel tropfenförmig rollen und in die Mulde setzen; das ergibt das für die Brioche typische Köpfchen.

Unter einem Tuch eine weitere Stunde gehen lassen. Mit verquirltem Eigelb einpinseln und bei 180 Grad 45 bis 50 Minuten goldbraun backen. Portions-Brioche sind bereits in 20 Minuten gar.

Die Brioches aus der Form nehmen und noch lauwarm servieren.

# Cantucci

## Zutaten:

200 g Mandeln  
200 g Zucker  
250 g Mehl  
2 Eier (M)  
1 EL abgeriebene Zitronenschale  
1 TL Trockenhefe  
1 Tütchen Vanillezucker, wahlweise 2 Röhrchen Aroma  
1 Röhrchen Bittermandel-Aroma  
Backpapier

## Zubereitung:

Die Mandeln eine Minute in Wasser aufkochen und häuten. Längs halbieren (sehr mühsam, aber es geht am besten, wenn man mit einer Messerspitze in das spitze Ende der Mandel fährt) und in einer trockenen Pfanne bei mittlerer Hitze unter Rühren leicht bräunen. Beiseite stellen.

Eier mit Zucker in einer Schüssel dickschaumig rühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Mehl mit allen Zutaten mischen und, während die Maschine mit dem Knethaken röhrt,

Löffel für Löffel über die Eiermasse geben. Mandeln dazugeben und alles gründlich verrühren. Schüssel zudecken und den Teig an einem warmen Ort 30 min. gehen lassen, bis er deutlich aufgegangen ist. Backofen auf 175 Grad vorheizen. Backblech mit Backpapier auslegen.

Aus dem Teig ca. 3 cm dicke Rollen formen (das gelingt nur mit viel Mehl an den Händen und auf der Arbeitsfläche, der Teig ist sehr klebrig) und auf das Blech legen. Im Backofen auf mittlerer Schiene ca. 35 min ba-



cken bis die Oberfläche der Rollen gebräunt ist.  
Die Teigrollen, einzeln herausnehmen und sofort (!) mit einem Messer schräg in 1cm breite Scheiben schneiden. Auf einem Gitter völlig abkühlen lassen. In einer Dose luftdicht aufbewahren.



# Gugelhupf

## Zutaten:

Für einen 25 cm Ø großen Gugelhupf

75 g Rosinen

$\frac{1}{4}$  Tasse echter Rum

1 Päckchen Trockenhefe

1 Prise Zucker

$\frac{1}{2}$  Tasse lauwarmes Wasser

250 g weiche Butter

125 g Zucker

6 Eigelbe

$1\frac{1}{2}$  TL abgeriebene Orangenschale

$\frac{1}{2}$  TL Vanilleextrakt

$\frac{1}{4}$  TL Salz

300 g gesiebtes Mehl

4 Eiweiß

15-20 ganze, geschälte Mandeln

Staubzucker

## Zubereitung:

Die Rosinen eine halbe Stunde lang in dem Rum einweichen, sie dann ausdrücken und trocknen.

Die Hefe wird zu der Prise Zucker in das lauwarme Wasser gebröckelt. Man wartet 2 oder 3 Minuten und röhrt um, damit sie sich auflöst. Dann lässt man sie noch 8 bis 10 Minuten an einem warmen, vor Zugluft geschützten Platz (zum Beispiel in dem abgestellten Backofen) stehen, bis sie fast die doppelte Menge hat.

Die Butter und die Hälfte des Zuckers mit dem Handmixer (auf mittlerer Geschwindigkeit) schaumig rühren. Dann die Hefelösung und ein Eigelb nach dem anderen dazumengen. Jetzt kommen die Orangenschale, Vanilleextrakt, Salz und

Rosinen hinzu. Anschließend das Mehl - nie mehr als eine halbe Tasse gleichzeitig. Die vier Eiweiße werden mit dem restlichen Zucker zu einem sehr steifen Schnee geschlagen.

Mit einem Gummispachtel mischt man  $\frac{1}{4}$  des Eischnees unter den Teig. Dann geht es im umgekehrten Prozess weiter: der Teig kommt in den restlichen Schnee hinein und wird so lange vorsichtig untergezogen, bis das Eiweiß restlos verschwunden ist. Man achte aber darauf, den Teig nicht zu übereinander zu rühren.

Die Gugelhupf-Form wird mit dem Backpinsel gleichmäßig ausgefettet und bemehlt. Man schüttelt die Form, damit sich das Mehl gut verteilt, und klopft auf dem Tisch das überflüssige Mehl aus der umgedrehten Form heraus. Der Boden wird dann mit einem Kreis von Mandeln ausgelegt, bevor der Teig hineinkommt. Er muss - mit einem Küchenhandtuch bedeckt - für  $1\frac{1}{2}$  Stunden an einem mäßig warmen, vor Zugluft geschützten Platz stehen. (Das kann eventuell auch bis zu  $2\frac{1}{2}$  Stunden dauern.) Der ausgeschaltete Backofen eignet sich ausgezeichnet dafür. Wenn der Teig bis zum Rand der Gugelhupf-Form aufgegangen ist, kann der Backofen auf Mittelhitze ( $175^\circ$ ) vorgeheizt werden.

Der Kuchen wird auf der mittleren Schiene etwa 40 Minuten lang gebacken, bis er goldbraun ist. Er wird auf den Kuchenteller gestürzt und vor dem Servieren dünn mit Staubzucker bestreut.



**Tipp:**

Man kann die Menge auch auf zwei kleinere Backformen aufteilen und einen Gugelhupf, nachdem er auf handwarme Temperatur abgekühlt ist, einfrieren. Diesen erst nach dem Auftauen und einem kurzen Aufbacken mit dem Staubzucker bestreuen.

# Hefeteig (Grundrezept)

## Zutaten:

500 g Mehl

$\frac{1}{4}$  l Milch

40 g Hefe

60 g Zucker

1 Prise Salz

2 Eier

50 g Butter

## Zubereitung:

Die Zutaten abmessen und auf Zimmertemperatur erwärmen. Das Mehl in eine ausreichend große Rührschüssel sieben. Die Milch in einem Topf auf kleiner Flamme erwärmen. Die Hefe in die lauwarme Milch bröckeln. 4 EL Mehl zufügen, alles zu einem dicken Brei verrühren. Eine Prise Zucker hinzufügen. Hefebrei unter einem Tuch 30 Minuten gehen lassen.

Das Mehl mit Zucker und Salz mischen, eine Mulde hinein drücken. Die Eier aufschlagen und dort hinein gleiten lassen. Die Butter in Flöckchen schneiden und obenauf geben. Den Hefebrei aus dem Topf hinzu gießen. Alles miteinander zu einem glatten Teig verarbeiten. Mit einem Tuch abdecken, etwa eine Stunde gehen lassen.

Den Teig nochmals energisch durchkneten.

Hier endet das Hefeteig-Grundrezept. Die Weiterverarbeitung findet sich in den speziellen Kuchenrezepten.

Für die simpelste Form eines Hefekuchens (ein Zuckerkuchen) geht es wie folgt weiter:

Auf der bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen. Behutsam auf ein eingefettetes Backblech breiten. Mit Butterflöckchen belegen und erneut 15 Minuten gehen lassen.

Die Oberfläche gleichmäßig mit Zucker bestreuen. Das Blech in den vorgeheizten Backofen schieben.

Nach 20 Minuten wieder herausholen. Den Kuchen auskühlen lassen.

## Tipp:

Bei Pizzateig mit geänderten Zutaten in gleicher Weise vorgehen.

# Ingwerkuchen

## Zutaten:

300 g Mehl  
300 g Butter  
80 g Zucker  
1 TL Backpulver  
5 Eier  
400 g Mut Gung (vietn.  
kandierte Ingwerscheiben  
aus dem Asialaden)  
100 g gehackte Mandeln  
Dunkle Kuvertüre

## Zubereitung:

Alle Zutaten bereitstellen. Sie sollten gleiche Temperatur haben. Die Backform mit Butter auspinseln. Ofen verheizen (200 Grad). Die Form mit Mehl ausstäuben, was zuviel ist, herausschütteln. Die weiche Butter in eine ausreichend große Rührschüssel geben. Die Butter in der Küchenmaschine schaumig schlagen. Zwei Drittel des Zuckers darin unter Rühren auflösen. Die

Eier trennen. Das Eiweiß in einer zweiten Rührschüssel sammeln. Die Eigelbe eins nach dem anderen zur aufgeschlagenen Butter in die Schüssel geben. Butter, Zucker und Eigelb nunmehr dick und goldgelb aufschlagen. Das Mehl darüber sieben. Das Mehl mit den Rührschlägern nur kurz untermischen. Die restlichen Zutaten dazugeben. Eiweiß steif schlagen, dabei den restlichen Zucker zufügen. Etwas Eischnee unter die Masse rühren, um sie zu lockern. Den restlichen Eischnee erst jetzt behutsam untermischen.

Den Teig in die Kastenform füllen, und bei 180 Grad ca. 80 Minuten backen. Die erste Stäbchenprobe machen. Nach rund 90 Minuten ist der Kuchen je nach Form meist endgültig gar. Den fertigen Kuchen aus der Form auf einen Rost stürzen und eine Stunde auskühlen lassen. Mit der Kuvertüre überziehen.

## Tipp:

Gut in Alu-Folie verpackt, hält sich dieser Kuchen viele Tage frisch.



# Käsegebäck

## Zutaten:

Für 4 Personen

200 g Butter

200 g gerieben Emmentaler

200 g Mehl

1 TL Salz

1 TL Paprika (scharf)

1 Eigelb

1 TL Milch

Gewürzmischung aus gestoßenem Kümmel, schw. Pfeffer, Piri Piri,

## Zubereitung:

Weiche Butter mit Mehl, Salz Paprika und Käse zu einem Teig verarbeiten.

Min. eine Stunde ruhen lassen.  
Wieder durchkneten und 3 mm dick ausrollen.

Kleine Taler aussstechen oder Streifen von 10 bis 15 mm Breite und 10 bis 12 cm Länge ausschneiden und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Back-

blech legen. Eigelb und Milch miteinander vermischen und mit dem Backpinsel auf den Teig auftragen. Mit der Gewürzmischung bestreuen.

Im vorgeheizten Backrohr bei 160° 18 Min. backen.



# Käsekuchen

## Zutaten:

Für den Teig:

50 g Zucker

100 g Butter

150 g Mehl

1 Eigelb

Hülsenfrüchte zum Blindbacken

Für die Füllung:

500 g mageren Quark

200 g Zucker

3 TL Vanillezucker

abgeriebene Schale einer Zitrone

1 gehäufter EL Mehl

1 gehäufter EL Speisestärke

7 Eigelbe

7 Eiweiß

50 g zerlassene Butter

eine Prise Salz

gültig abkühlen lassen.

## Zubereitung:

Nach dem Grundrezept den Mürbeteig zubereiten.

Eine Springform von 26 cm Ø damit auskleiden und den Boden 20 Minuten blindbacken.

Für die Füllung Quark, Zucker, Vanillezucker, Eigelb, Zitronenschale, Mehl, Stärke verrühren.

Das Eiweiß mit dem Salz steif schlagen und vorsichtig zusammen mit der flüssigen Butter unterheben.

Auf den vorgebackenen Boden füllen. Bei 180 Grad insgesamt 40 Minuten backen.

Nach genau der Hälfte der Backzeit die Torte herausholen, mit einem Ausbeinmesser zwischen Rand und Füllung rundum entlang fahren. Nach fünf Minuten Ruhen zu Ende backen. Den Kuchen warm aus der Form lösen, auf ein Kuchengitter legen und endgültig abkühlen lassen.

## Tipp:

Sauerkirschen zu Kompott kochen, mit Stärke binden und auf dem blindgebackenen Boden verteilen. Die Käsecreme darüber geben und backen. Ergibt eine Kirsch-Käsetorte.



# Käseplätzchen

## Zutaten:

Für ca. 60 Plätzchen  
100 g frisch ger. Parmesan  
100 g ger. Emmentaler  
1 Scheibe Weizentoast  
1 TL frisch gemahlener Kümmel

## Zubereitung:

Die frische Toastscheibe (am besten *American Sandwich* von ALDI) grob würfeln und im Mixer / Moulinette zu Bröseln mahlen.

Mit den Käsekümmeln und dem

Kümmel gut vermischen.

Zwei Bleche mit Backpapier auslegen. Einen Ausstecher von ca. 4 cm Durchmesser auf das Papier aufsetzen und einen gehäuften TL der Mischung hineingeben.



Den Ausstecher um sechs bis sieben cm versetzen und immer wieder füllen. Ca. 30 Plätzchen passen auf ein Blech.

Den Backofen vorheizen und die Bleche einzeln 6 Min. bei 200° oder 3 Min. bei 300° backen. Bei dieser kurzen Backzeit sollte man ständig ein Auge in das Rohr werfen.

Wenn die Plätzchen einen schönen Goldton annehmen, das Blech herausnehmen und Backpapier mit Plätzchen zum Auskühlen auf eine Tischplatte gleiten lassen.

Ein feiner Snack zum Wein!

**Tipp:**

Anstelle von Kümmel kann man auch mit ger. Muskatnuss würzen.  
Oder man teilt die Krümelmasse auf und bäckt je ein Blech mit anderer Würzung.

# Käse-Speck-Muffins

## Zutaten:

Für 12 Muffins  
450 g Mehl  
1 Ei  
20 g Frisch-Hefe  
1 Teelöffel Salz  
1 gestr. Teelöffel Zucker  
90 g Butter  
125-175 ml Milch  
100 g fein geriebener Emmentaler  
100 g magerer Speck

## Zubereitung:

Das Mehl in eine Schüssel sieben. In die Mitte eine Vertiefung drücken. Den Zucker mit der Frisch-Hefe und etwas lauwärmer Milch verrühren, in die Vertiefung hineingeben und mit etwas Mehl vermengen. An einem warmen Ort zugedeckt etwa 15 Minuten gehen lassen.

Die restliche lauwarme Milch, Butter, Ei und Salz auf das Mehl geben und alles gut miteinander verkneten. Danach nochmals 30-45 Minuten zugedeckt gehen lassen.



© 2014 Bärenkinder

Währenddessen den Speck klein schneiden und in der Pfanne etwas anrösten. Den Käse sehr fein raspeln. Beides nach dem Gehen zu dem Hefeteig geben und gut einarbeiten. ». Den Teig gleichmäßig auf die Muffinsförmchen verteilen und ca. 25-35 Minuten backen:

Ober-/Unterhitze: 180 °C vorgeheizt. untere Einschubhöhe

Heißluft: 160 °C, mittlere Einschubhöhe

Gas: Stufe 2-3, untere Einschubhöhe

# Königskuchen

## Zutaten:

300 g Mehl  
300 g Butter  
300 g Zucker  
1 TL Backpulver  
5 Eier  
125 g Korinthen  
125 g Rosinen  
100 g Zitronat  
100 g Pistazien  
50 g rote Belegkirschen  
50 g gelbe Belegkirschen

## Zubereitung:

Alle Zutaten bereitstellen. Sie sollten gleiche Temperatur haben. Die Backform mit Butter auspinseln. Ofen verheizen (200 Grad). Die Form mit Mehl ausstäuben, was zu viel ist, herauschütteln. Die weiche Butter in eine ausreichend große Rührschüssel geben. Die Butter mit dem Rührgerät schaumig schlagen. Zwei Drittel des Zuckers darin unter Rühren auflösen. Die Eier trennen. Das Eiweiß in einer zweiten Rührschüssel sammeln. Das Eigelb zur

aufgeschlagenen Butter in die Schüssel geben. Butter, Zucker und Eigelb nunmehr dick und goldgelb aufschlagen. Das Mehl darüber sieben. Das Mehl mit den Rührschlägern nur kurz untermischen. Die restlichen Zutaten dazu geben Eiweiß steif schlagen, dabei den restlichen Zucker zufügen. Etwas Eischnee unter die Masse rühren, um sie zu lockern. Den restlichen Eischnee erst jetzt behutsam untermischen.

Den Teig in die Kastenform füllen, und bei 180 Grad ca. 80 Minuten backen. Die erste Stäbchenprobe machen. Nach rund 90 Minuten ist der Kuchen je nach Form meist endgültig gar.

Den fertigen Kuchen aus der Form auf einen Rost stürzen und vor dem Anschneiden eine Stunde auskühlen lassen.

## Tipp:

Gut in Alu-Folie verpackt, hält sich dieser Kuchen viele Tage frisch.



# Mohnstollen

## Zutaten:

Hefeteig aus:

500 g Mehl

$\frac{1}{4}$  l Milch

3 Eigelbe

40 g Hefe

150 g Butter

100 g Zucker

Mohnfüllung aus:

250 g Mohn

$\frac{1}{2}$  l Milch

1 Ei

125 g Zucker

50 g Butter

2 EL Honig

150 g gemahlene Mandeln

200 g Rum-Rosinen

50 g Zitronat

50 g Orangeat

$\frac{1}{4}$  Ampulle Bittermandel

Streusel

Zuckerguss mit Rum

## Zubereitung:

Den Hefeteig mit den links angegebenen Zutaten nach dem Grundrezept zubereiten.

Ca. 5 bis 6 mm dick in Rechteckform ausrollen, die kürzere Seite ca. 30 bis 35 cm lang

Für die Mohnfüllung die Milch aufkochen. Hinein kommen: Mohn, Zucker, Rosinen, Mandeln, Orangeat und Zitronat, Honig und Butter. Alles aufkochen lassen.

Nach dem Abkühlen das Ei und das Aroma untermischen. Die Masse auf den Teig verteilen, dabei einen 3 cm breiten Rand freilassen.

Den Teig längs aufrollen. Die Enden verschließen, einen Laib formen. Die Naht soll sich auf der Unterseite befinden.

Mit Streusel (aus 250 g Mehl) belegen und bei 160 Grad ca. 70 Min. backen.

Noch heiß mit Zuckerguss (aus 300 g Staubzucker) bestreichen.

## Tipp:

Die groben Würfel, in denen Orangeat und Zitronat meistens angeboten wird, vor dem Zugeben etwas kleiner hacken.



~ 370 ~

# Mürbeteig (Grundrezept)

## Zutaten:

100 g Zucker  
200 g Butter  
300 g Mehl  
ein Ei

## Zubereitung:

Die Zutaten abmessen und rechtzeitig kalt stellen. Das Mehl auf die Arbeitsfläche sieben, dabei aufhäufen. Mit dem Esslöffel eine Mulde in den Mehlberg drücken.

Den Zucker in diese Mulde streuen. Das Ei aufschlagen und in die Mulde gleiten lassen. Die gut durch gekühlte Butter in Stücke schneiden. Die Butterstückchen rundum auf den Mehlrand setzen. Alle Zutaten mit dem Messer gründlich durchhaken. Die so entstandenen Brocken rasch mit kühlen Händen durchwalken. Den Teig zu einer Kugel formen, in Folie packen und kalt stellen.

Inzwischen eventuell das Backblech mit Butter auspinseln.

Die Fläche gleichmäßig mit Mehl einstäuben. Die Teikugel zart mit Mehl bestäuben und nochmals durchwalken.

Hier endet das Grundrezept.

Wenn es mit Plätzchen weitwergehen soll, verfährt man wie folgt:

Auf der bemehlten Arbeitsfläche dünn (ca. 0,3 cm) ausrollen. Ausstechform in Mehl tauchen, so klebt der Teig nicht fest. Den ausgerollten Teig ausschneiden. Die ausgestochenen Plätzchen nebeneinander auf das Blech legen. Im vorgeheizten Ofen bei 220 Grad 10 Minuten backen.

Ansonsten verfährt man wie in den einzelnen Kuchenrezepten beschrieben.

## Tipp:

Zutaten, Hände und Arbeitsfläche sollten gut gekühlt sein. Am besten auf einer Marmorplatte arbeiten. Die sorgt für ideale Temperaturen.

Möglichst feinen Zucker verwenden. Es macht nichts, wenn im Teig noch Butterstücke sichtbar bleiben. Lieber zu wenig kneten, als zu lange!

Unbedingt dem Teig vor dem Backen Ruhe gönnen. Natürlich im Kühlschrank! Er lässt sich dann auch viel einfacher verarbeiten.

# Nussbusserln

## Zutaten:

300g gemahlene Haselnüsse  
250g feinen Kristallzucker  
4 Eiweiß  
Saft von einer  $\frac{1}{4}$  Zitrone  
Salz  
Ganze Haselnüsse zum Dekorieren

## Zubereitung:

Die gemahlenen Haselnüsse in einer großen Pfanne ohne Fett anrösten. Auskühlen lassen.  
4 EW steif schlagen, eine Prise Salz und den Zitronensaft dabei dazugeben. Dann den Zucker langsam einrieseln lassen und weiter schlagen bis er sich aufgelöst hat.

250 g der erkalteten, gerösteten Haselnüsse darunter mischen, bis eine einheitliche Masse entstanden ist. Diese Masse soll nicht fließen. Da die Eiweißmenge auf Grund der Größe der Eier etwas schwanken kann, dienen die restlichen 50 g Haselnüsse dazu, die richtige Konsistenz zu erzeugen.

Die Masse in einen Spritzbeutel füllen und durch eine Öffnung von ca. 1 cm Durchmesser kleine Häufchen auf das mit Backpapier belegte Backblech spritzen.

Zur Dekoration auf jedes Häufchen eine Haselnuss setzen.



Bestimmend für die Backzeit sind:  
Die Art des Backofens  
Die Größe der Häufchen  
Die Anzahl der Bleche  
Wo sich die Bleche im Backofen befinden

Gleichzeitig im Umluftofen gebacken benötigen 3 Bleche bei 140 Grad ca. 20-25 Minuten.

Wichtig ist, dass die 140 Grad nicht überschritten werden.

# Nussecken

## Zutaten:

Für ein Blech  
der Teig:

300 g Mehl

1 gestr. TL Backpulver

190 g Zucker

2 Pck. Vanillezucker

2 Eier (M)

190 g Butter

Aprikosenkonfitüre

der Belag:

200 g gemahlene Mandeln

100 g Butter

100 g Zucker

1 Pck. Vanillezucker

2 EL Wasser

dunkle Kuvertüre

## Zubereitung:

Aus den Zutaten einen Knetteig herstellen und auf dem Blech ausrollen. Mit der Konfitüre bestreichen.

Butter, Zucker, Vanillezucker und Wasser aufkochen lassen und die Mandeln unterrühren.

Auf dem Teig verteilen.

Bei 190° und mittlerer Schiene 20 Minuten backen.

In Dreiecke schneiden und die Ecken in die Kuvertüre tauchen.

Auf Alufolie ablegen.



# Panettone

## Zutaten:

42 g Hefe  
80 g Zucker  
50 ccm lauwarmes Wasser  
6 Eigelbe  
2 Tütchen Vanille-Zucker  
 $\frac{1}{2}$  TL frisch geriebene Zitronenschale  
 $\frac{1}{2}$  TL Salz  
300 g Mehl  
100 g Butter  
50 g gewürfeltes Zitronat  
100 g Rosinen, gewaschen und abgetropft  
2 EL zerlassene Butter

## Zubereitung:

Aus der Hefe, einem TL Zucker, 2 EL Mehl und dem lauwarmen Wasser einen Vorteig machen. Die Tasse an einen warmen, vor Zugluft geschützten Platz stellen und abwarten, bis die Hefe Gasbläschen erzeugt. Wenn sie nicht „lebt“, mit neuer Hefe wiederholen.

Mit einem Gummispachtel die Hefemischung in eine große Rührschüssel geben. 6 Eigelb, Vanillezucker, Zitronenschale, Salz und den restlichen Zucker hinein rühren. Dann die Hälfte des Mehls nach und nach hinein streuen, wobei die Mischung

dauernd gerührt wird, bis ein klebriger Brei entsteht. Die weiche Butter in Stücke teilen und nacheinander in den Brei rühren. Nach und nach den Rest des Mehl hinzufügen. Wenn der Teig gerade anfängt, sich von der Schüssel zu lösen, ist genug Mehl zugefügt worden. Diese Prozedur dauert in der Küchenmaschine ca. 10 Minuten. Den Teig für 1 Std. an einem warmen Ort gehen lassen.

Während dessen aus einem ca. 60 cm langen Stück Backpapier durch zweimaliges Falten ein dreilagiges, ca. 15 cm breites Band herstellen, eine Springform von ca. 16 cm Durchmesser ausbuttern und mit dem Band den Rand erhöhen.

Den Teig mit den Fäusten flachdrücken und das gewürfelte Zitronat und die Rosinen vorsichtig hinein kneten, zur Kugel formen und in die Springform geben. Nochmals so lange gehen lassen, bis der Teig fast den Rand des Kragens erreicht hat.

Bei 160° ca. 40 Min. backen, dabei die Oberfläche mehrmals mit zerlassener Butter einpinseln.

**Tipp:**

In Folie eingewickelt hält sich Panettone längere Zeit frisch.



# Pasteis de Nata

## Zutaten:

Für 12 Natas  
270g frischen Blätterteig,  
Fertigteig aus dem Supermarkt  
250 ml Milch  
60 g Mehl (Typ 405)  
200 g Zucker  
200 ml Wasser  
1 Zimtstange, zerbrochen  
1 Vanilleschote, aufgeschnitten  
Schale von 1 Zitrone  
7 Eigelbe  
etwas Butter zum Einfetten

## Zubereitung:

Zucker im Wasser aufkochen und abkühlen lassen. Die Hälfte der Milch aufkochen und Zimtstangen, Zitronenschale und Vanilleschote darin für eine halbe Stunde köcheln lassen. Eine weitere halbe Stunde ziehen lassen.  
Das Mehl im Rest der Milch mit dem Pürierstab krümpchenfrei verrühren und erhitzen, bis die Milch leicht eindickt. Dazu mit dem Besen schlagen. Die Milch-

Mischung mit den Gewürzen durch ein Sieb in einen etwas größeren Topf geben. Die Mehl-Milch-Mischung dazugeben und unter ständigem Schlagen mit dem Schneebesen erhitzen. Wenn die Masse anfängt einzudicken, langsam das Zuckerwasser dazu gießen. Dabei ständig weiter mit dem Besen schlagen. Kurz aufkochen lassen.

Vom Feuer nehmen und die Eigelbe hineingeben. Wieder erhitzen aber nicht mehr kochen!  
Kräftig mit dem Besen aufschlagen bis eine schöne Creme entstanden ist.

Auf Zimmertemperatur auskühlen lassen.

Während dessen den Backofen auf 260° vorheizen.

Die Pasteis-Förmchen (es geht



auch mit Muffin-Förmchen) mit Butter einfetten.

Aus dem Blätterteig 12 Scheiben von 8 cm Durchmesser ausstechen.

Die Förmchen damit auskleiden.

Die erkaltete Creme in die Förmchen geben. Sie sollten nur zu 2/3 gefüllt sein.

Die Förmchen in den vorgeheizten Backofen geben, die Temperatur auf 250° reduzieren und 17 bis 18 Minuten backen.

Die Oberfläche der Creme sollte gut gebräunt sein.

Die Förmchen aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.

Mit einem schlanken Messer die Pasteis aus den Förmchen heben.

### Tipp:

Die ausgestochenen Teigscheiben füllen beim Einlegen in die Förmchen zunächst nur die untere Hälfte aus. Mit den Fingern muss der Teig hauchdünn an Boden und Wandung verteilt werden.

Mit Übung geht es auch verlustfrei: Man rollt den Blätterteig zu einer Stange und schneidet Scheiben ab, in der Stärke, die man zum Auskleiden eines Förmchen benötigt.



Zur Nata eine Bica, so lieben es die Portugiesen

# Rotweinkuchen

## Zutaten:

250 g Butter  
250 g Mehl  
200 g Zucker  
4 Eier (M)  
250 ml span. Rotwein  
1 TL Zimt  
1 Pkt. Vanillezucker  
1 Pkt. Backpulver  
1  $\frac{1}{2}$  EL Kakaopulver  
150 g Schokostreusel

## Zubereitung:

Die Butter schaumig rühren, den Zucker ein rieseln lassen und weiter mit dem Besen rühren bis die Butter heller wird. Dann die Eigelbe nacheinander dazu geben und gut unterrühren. Zimt, Vanillezucker und Kakao vermischen und dazu geben.

Das gesiebte Mehl mit dem Backpulver vermischen und abwechselnd mit dem Rotwein zu der Rührmasse in die Schüssel geben.

Zu einem Rührteig verarbeiten.

Zum Schluss die vier steifgeschlagenen Eiweiße mit den Schokostreuseln unter den Teig heben.

Entweder in einer gebutterten Kastenform oder als Kranz 30 Minuten bei 150° C, dann nochmals 30 Minuten bei 190° C backen.



# Rüeblikuchen

## Zutaten:

15 g weiche Butter  
150 g Semmelbrösel  
200 g gemahlene Mandeln  
150 g geriebene Mohrrüben  
1 EL geriebene Zitronenschale  
1 TL Ingwerpulver  
 $\frac{1}{2}$  TL gemahlene Muskatblüte  
 $\frac{1}{2}$  TL Zimt  
5 Eiweiß  
5 Eigelb  
280 g Zucker  
1 TL Backpulver  
4 EL Kirschwasser  
5 EL Puderzucker  
2 EL kaltes Wasser

## Zubereitung:

Den Backofen auf 175° vorheizen.  
Die Innenseite einer Torten-Springform von 25 cm Durchmesser mit 15 g weicher Butter ausstreichen. Die Semmelbrösel hineinschütten und die Form schwenken, damit sich die Brösel gleichmäßig auf den gefetteten Flächen verteilen, die Form umdrehen, damit die überflüssigen Brösel herausfallen.  
Mandeln, Mohrrüben, Zitronenschale, Ingwer, Muskatblüte und Zimt in einer Rührschüssel gründlich vermengen und beiseite stellen.,  
Die Eiweiße schlagen, bis sie so steif sind, dass sie in unbeweglichen Spitzen am Schläger haften. Die Eigelbe schaumig schlagen, dabei nach und nach den Zucker dazugeben. Das Backpulver hinein sieben, das Kirschwasser unterrühren, schließlich



die Mohrrüben-Mandel-Mischung jeweils in Portionen von  $\frac{1}{4}$  Tasse dazu rühren. Etwa  $\frac{1}{4}$  von dem Eischnee in den Teig rühren, damit er locker wird, danach den restlichen Eischnee untermischen. Den Teig in die Tortenform geben und mit einem Spachtel glattstreichen. In der Mitte des Ofens 1 Stunde backen, bis ein kleiner Spieß, den man in die Mitte der Torte sticht, sauber herauskommt. Die Torte etwa 5 Minuten abkühlen lassen und erst dann den Rand der Form abnehmen. Auf ein Kuchengitter gleiten lassen. Die noch warme Torte mit dem aufgelösten Puderzucker bepinseln. Die Rüebli-Torte vor dem Servieren auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

# Rührteig (Grundrezept)

## Zutaten:

für eine Kastenform mit 1,5 Liter Inhalt  
300 g Butter  
300 g Zucker  
4 - 5 Eier (300 g)  
300 g Mehl  
1 TL Backpulver

## Zubereitung:

Alle Zutaten bereitstellen. Sie sollten gleiche Temperatur haben. Die Backform mit Butter auspinseln. Ofen vorheizen (200 Grad). Die Form mit Mehl ausstäuben, was zu viel ist, herausschütteln. Die weiche Butter in eine ausreichend große Rührschüssel geben. Die Butter mit dem Rührgerät schaumig schlagen. Zwei Drittel des Zuckers darin unter Rühren auflösen. Die Eier trennen. Das Eiweiß in einer zweiten Rührschüssel sammeln. Das Eigelb zur aufgeschlagenen Butter in die Schüssel geben. Butter, Zucker und Eigelb nunmehr dick und goldgelb aufschlagen. Das Mehl mit dem Backpulver darüber sieben. Das Mehl mit den Rührschlägern nur kurz untermischen. Eiweiß steif schlagen, dabei den restlichen Zucker zufügen. Etwas Eischnee unter die Masse rühren, um sie zu lockern. Den restlichen Eischnee erst jetzt behutsam untermischen. Den Teig in die vorbereitete Form füllen, dabei glattstreichen. Die Form in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen stellen. Nach etwa 50 Minuten bereits die erste Stäbchenprobe machen. Nach rund 60 Minuten ist der Kuchen je nach Form meist endgültig gar. Den fertigen Kuchen aus der Form auf einen Rost stürzen. Vor dem Anschneiden eine Stunde auskühlen lassen.

## Tipp:

Rührteig verwendet man u.a. für Sachertorte, Obstkuchen, Königs- kuchen, Sandkuchen, Frankfurter Kranz, Marmorkuchen.

# Sacher Torte

## Zutaten:

4 Eier  
140 g Butter  
140 g Zucker  
140 g Zartbitter-Schokolade  
110 g Mehl  
Marillen-Marmelade  
Zartbitter-Schokolade und Butter für die Glasur

## Zubereitung:

4 EG, Butter und Zucker schaumig rühren. Geschmolzene Schokolade (nicht heiß!) einrühren, Mehl und Eischnee von 4 EW unterheben. In eine Springform geben und in das auf 150° vorgeheizte Backrohr schieben.  
10 Min. backen, dann die Temperatur auf 180° erhöhen und weitere 30-40 Minuten fertig backen.

Die Torte in der Form auskühlen lassen. Stürzen und in der Mitte einmal durchschneiden. Eine Schnittfläche mit Marillen-Marmelade bestreichen.

Die Torte wieder zusammensetzen, Außenfläche ebenfalls mit Marillen-Marmelade bestreichen und mit einer Glasur aus Butter und geschmolzener Schokolade überziehen.



# Schokoladen-Tortine

## Zutaten:

für 12 Tortine  
150 g dunkle Schokolade,  
(70 - 85% Kakaoanteil)  
150 g Butter  
225 g Zucker  
4 Eier (L)  
75 g Mehl (Typ 405), gesiebt

## Zubereitung:

Schokolade in Stücke brechen, mit Butter in einem Topf bei niedriger Temperatur schmelzen. Zucker und Eier verrühren. Mehl hinzugeben und gut vermengen. Butter - Schokoladen - Mischung hinzugeben.

Masse handwarm in einen PE-Spritzbeutel füllen und gebutterte Muffinsförmchen damit zu 2/3 füllen.

Bei 160 Grad etwa 12 Minuten im Ofen backen.

Lauwarm serviert ist das Innere noch cremig und mit etwas geschlagener Sahne ein sehr feines Dessert.



# Streusel

## Zutaten:

400 g Butter (170 g)  
400 g Zucker (170 g)  
600 g Mehl (250 g)  
1 Prise Salz

sehen).

## Zubereitung:

Butter und Zucker gut vermischen. Nun das Salz und Vanillearoma zufügen und wieder gut mischen. Jetzt nach und nach das Mehl hinzugeben. Das Ganze sollte dann zum Schluss krümelig werden (aus-

# Zuckerguss

## Zutaten:

250 g Puderzucker  
Wasser,  
Zitronensaft oder  
Rum

braucht man Unmengen Puderzucker, um das wieder hinzukriegen!). Auf den noch heißen Kuchen den Guss streichen.

## Zubereitung:

Aus Puderzucker und Zitronensaft den Zuckerguss machen. Vorsicht, lieber erst sehr wenig (2-3 EL) Flüssigkeit nehmen und nachher die Masse verdünnen (hat man einmal zu viel Flüssigkeit verwendet,

# Verkehrte Torte

## Zutaten:

100 g Staubzucker  
100 g gemahlene Mandeln  
100 g bittere Schokolade  
5 Eier  
2 EL Cafelikör oder braunen Rum  
2 EL starken Espresso  
 $\frac{1}{4}$  l süße Sahne

## Zubereitung:

Die Eier trennen. Eigelb mit dem Zucker schaumig rühren.  
Die Schokolade im Wasserbad schmelzen, den Espresso und den Likör dazugeben. Alles gut verrühren und zu den Eiern in die Rührschüssel geben.

Dann die Mandeln unterrühren.

Das Eiweiß steif schlagen bis es

Spitzen beim Herausnehmen des Schneebesens zieht und vorsichtig unter die Masse heben. Zunächst nur  $\frac{1}{4}$  des Eiweißes, damit der Teig etwas flüssig wird. Der Rest lässt sich jetzt besser unterheben und gleichmäßig gut verrühren. In eine Springform gießen und im Backofen (Umluft) bei 160 Grad 40 Minuten backen (an einem Holzstäbchen darf kein Teigrest mehr kleben).

Die Torte auskühlen lassen und mit der geschlagenen Sahne rundum gleichmäßig bestreichen.

Zum Essen noch extra geschlagene Sahne bereithalten.

Den Namen bekam diese Schokoladentorte, weil sie einmal beim Auftragen aus Versehen fallen gelassen wurde und ‚verkehrt‘ herum auf dem Boden landete. Das war, als mein Vater noch Kind war, also zu Zeiten des 1. Weltkriegs.

## Tipp:

Die angegebenen Mengen gelten für eine Springform von 17 cm Durchmesser. Für 25 cm-Formen Menge verdoppeln. Zur Torte reichlich geschlagene Sahne servieren.



# Glossar

<b>Abkürzungen</b>	MS	Messerspitze	ca. 1 g	(je nach Zutat)
	TL	Teelöffel	ca. 3 - 5 g	"
	EL	Esslöffel	ca. 15 - 20 g	"
	kg	Kilogramm		
	g	Gramm	0,001 Kilogramm	
	l	Liter		
	dl	Deziliter	0,1 Liter	
	cl	Zentiliter	0,01 Liter	
	ml	Milliliter	0,001 Liter	

**Bouquet garni** Nennt man ein Ensemble aus Kräutern und Gewürzen, das man wie ein Sträußchen (Bouquet) zusammenbindet und in dieser Form mit kochen lässt. Die Kräuter sind dann vor dem Servieren leichter zu separieren. Gehören nach Rezept auch noch Gewürze wie Pfefferkörner, Nelken usw. dazu, so schlägt man alles in ein Stückchen Mull (Hausapotheke) ein und bindet es mit Küchengarn zu. Es gibt heute auch, in Form von einem größeren Teeei aus nicht rostendem Drahtgeflecht, Behälter, die man füllt und dann mitkochen lässt.

**Caldo de pescado** ist ein Fischsuppenwürfel, der aus dehydriertem Fisch- und Krabbenmehl, sowie Kräutern und Gewürzen besteht. Man bekommt ihn in den Mittelmeirländern. Hersteller ist z.B. Knorr / Starlux.

**KT** steht für Kerntemperatur. In heutigen wird Rezepten wird lieber mit ihr gearbeitet als eine exakte Gardauer anzugeben. Brauchbare Thermometer sind schon unter 30 € zu haben.

In der nachfolgenden Tabelle sind Kerntemperaturen für die wichtigsten Fleischsorten angegeben:

Art	Rind	Kalb	Lamm	Schwein	Geflügel	Zicklein
durch	82° - 85°	75° - 80°	79° - 85°	72° - 75°	82° - 90°	65° - 75
medium	52° - 58°	72°C	52° - 58°	62° - 65°	55° - 60°	55° - 60°
blutig	50°C		50°C			50°C

Auch bei Fisch kann man mit der KT arbeiten. Hier beträgt sie 68° C bis 70° c.

**PE-Spritz-beutel** gibt es in guten Haushaltwareengeschäften. Es sind praktische Einwegbeutel aus Kunststoff, die sich nach Bedarf beschneiden lassen. Sie sind so weit temperaturbeständig, dass man sie mit Inhalt in kochendem Wasser oder bei 100° im Backofen warm halten kann.

**QimiQ** ist ein Rahmprodukt nach einem österreichischen Patent. Es besteht zu 99% aus Süßrahm und 1% aus hochwertiger Gelantine. Sein Fettgehalt liegt bei nur 15%. Es ist ein reines Naturprodukt ohne Emulgatoren oder Stabilisatoren. QimiQ ist bei Raumtemperatur 6 Monate haltbar. Es ist neutral im Geschmack und daher universell einsetzbar, für die süße und pikante, kalte und warme Küche. QimiQ ist säurestabil: vermehrte Zugabe von Zitronensaft, Weißwein etc. ist möglich. Kein Gerinnen: Suppen und Saucen können wiederholt aufgewärmt werden.

**Rindessa** ist eine feine Rindsbouillon in Pulverform, ähnlich wie Maggi's gekörnte Brühe. Es gibt sie in Österreich, Hersteller: Knorr. Anders als die in Deutschland erhältlichen instant Brühen ist sie weniger gesalzen. Der Einsatz dieses Pulvers ist sehr bequem, kann aber einen guten Fond nicht wirklich ersetzen.

**Steaks und ihre Bratzeit** Die bekanntesten Steaks stammen vom Rind und werden aus dem Filet, dem Roastbeef, auch Lende genannt, oder der Keule geschnitten. Die Namen der unterschiedlichen Arten und ihre Zubereitungszeit (medium gebraten) sehen Sie in folgender Tabelle:

Steak-Art	Dicke des Steaks	Gewicht	Bratzeit pro Seite
Filetsteak	2 cm	150-200 g	2½-3 Minuten
Chateaubriand (doppeltes Filet)	4 cm	400 g	5-6 Minuten
Tournedos (Teil aus der Filetspitze)	4 cm	150 g	2½-3 Minuten
Rumpsteak (aus dem Roastbeef)	2-3 cm	200-250 g	3-4 Minuten
Entrecote double (doppeltes Rumpsteak)	5-6 cm	400-500 g	5-7 Minuten
Beefsteak (aus der Keule)	2-3 cm	200-300 g	3-4 Minuten
T-Bone-Steak (mit Knochen)	4 cm	400-600 g	8 Minuten
Porterhouse-Steak (Riesen-T-Bone-Steak)	6 cm	700-1000 g	12 Minuten

**Wiener Streuzucker** Ist ein sehr feinkörniger, rieselfähiger Zucker, der, anders als Staub(Puder)zucker, auch auf warmen Speisen nicht schmilzt.



# Rezeptverzeichnis

	Seite		Seite
Aglio e Olio con Peperoncini	290	Chutney von grünen Tomaten	207
Anchoïade	9	Couscous	235
Apfel-Blutwurst-Dip	206	Crème Brûlée	315
Apple-Crumble	307	Crepes	318
Arabische Pfannkuchen	308	Crepes Suzette	317
Avocadomousse mit Erdbeeren	310	Currymuscheln	85
Baiser	349	Eingelegte Tomaten	13
Baked Potatoes	218	Entenbrustfilet mit Orangensauce	110
Bärlauchspätzle	231	Erbenscremsuppe	56
Baumkuchen in der Kastenform	351	Estragonsauce	181
Bayerische Creme	311	Feijoada mit Hühnchen	270
Bayerische Semmelknödel	219	Fenchelgemüse	236
Bayerischer Kartoffelsalat	220	Fenchelgratin	280
Bethmännchen	352	Fischsuppe	57
Beuschel	164	Fish'n Chips-Dip	208
Blätterteig-Röllchen	10	Flambierte Pfirsiche ,Dalia'	319
Blaukraut	233	Frankfurter Grüne Sauce	182
Blumenkohl-Curry-Suppe	55	Frittierte Oliven	14
Blumenkohlpüree	221	Froschschenkel	35
Blumenkohl-Salat	38	Gambas mit Rührei	87
Boarischer Schweinsbraten	127	Gänsebraten	111
Boeuf Stroganoff	129	Gänseeintopf	272
Böhmisches Semmelknödel	222	Gänse-Rillettes	112
Bohnen mit Tomaten	12	Gaspacho	59
Bozner (Bozener) Sauce	179	Gazpacho blanco	60
Bresaola mit Rucola	28	Gebratene Nieren	166
Brioche	353	Gebratener Spargel mit Krebschwänzen	29
Brokkoli mit Pinienkernen und Rosinen	23	Gebratenes Kalbshirn	168
Buchteln	313	Geflügelssalat	40
Buerre Blanc	180	Gefrorenes Mangoparfait	320
Bulgursalat mit Lamm	39	Gefüllte Datteln	16
Cantucci	355	Gefüllte Kalbsröllchen	130
Cassoulet	264	Gefüllte Paprika	131
Chilli con Carne	269	Gegrillter Ziegenkäse	30
		Gekochtes Rindfleisch	133

	Seite		Seite
Gekühlte Wassermelonen-		Kaiserschmarrn	324
Tomatensuppe	61	Kalbsbries, gebacken	171
Gemüseterrine	31	Kalbskotelett mit Apfel und	
Geschmorte Kalbsleber	169	Calvadossauce	138
Geschmorte Kaninchenkeulen	134	Kalbsleber mit Salbei	172
Geschmortes Zicklein	135	Kalbsnieren in Senfsauce	173
Getrocknete Tomaten	17	Kaninchen	140
Geträffelter Obatzter	209	Karpfen blau	90
Gewürzjoghurt	210	Kartoffelgratin	284
Gorgonzolasauce	83	Kartoffelpuffer	240
Gratin von Bärlauch	282	Kartoffel-Sellerie Püree	223
Gratierte Tomaten und		Käsefondue	241
Zucchini	238	Käsefondue-Dip	212
Graupen-Risotto mit See-		Käsegebäck	361
teufel und Chorizo	291	Käsekuchen	362
Grundrezept für Pizza	293	Käseplätzchen	364
Grüne Sauce (warm)	184	Käse-Speck-Muffins	366
Grünkohlsuppe mit Karpfen-		Käsesuppe	68
klößchen	62	Kichererbsen-Kartoffel-	
Gugelhupf	357	Gulasch	275
Gulaschsuppe	63	Knoblauch-Spinat-Nudeln	295
Hähnchenbrust mit Zimtsa-		Kochkäse	243
bayon	113	Königsberger Klopse	142
Hähnchenfilet mit Kiwi und		Königskuchen	368
Gurke	114	Krabben-Curryreissalat	42
Hähnchenpilav mit Safran	115	Kräutercremesuppe mit	
Handkäsauflauf mit Kümmel-		Hühnerknöckerl	69
schaum	322	Krebse auf Spitzkohl mit	
Hefeteig (Grundrezept)	359	Kümmel-Biersauce	92
Himbeersauce	185	Kressesauce	187
Hirschgulasch	136	Kürbissuppe	71
Hoisin Sauce	186	Kürbissuppe mit roten Linsen	70
Hühnerfleischsalat mit		Lachs mit Staudensellerie-	
Erdbeeren und Avocado	41	marinade	53
Hühnerklein	117	Lachstatar	94
Hühnersuppe asiatisch	64	Lamm-Navarin	144
Hummersuppe	66	Lammschulter	145
Hummus	211	Lasagne	297
Ingwerkuchen	360	Laussalbe	18
Irish Stew	274	Leblebi - tunesische Brot-	
Jakobsmuscheln mit Apfel-		suppe	72
Gelee	88	Linguine mit Krabbensauce	299
Kaisergranat	89	Linseneintopf	277

	Seite		Seite
Loup de Mer auf Basilikum-Risotto	95	Potaufe von Miesmuscheln	98
Mango Mozzarella	326	Poutine aus Quebec	148
Mango Vanille Creme	327	Profiteroles	335
Marillenknödel	244	Provenzalisch Gemüse	246
Marinierte Zucchini, Paprika und Auberginen mit Ziegenkäse-Crostini	19	Quarkkeulchen	337
Marsala-Auberginen-Dip	213	Rahm-Pfifferlinge	248
Matjessalat	43	Rehrücken	149
Melonen-Parmaschinken-Sülzchen auf Rucola	32	Rhabarber-Crumble	338
Miesmuscheln in Weißwein	96	Riesling-Gockel	120
Minitoast mit Roquefort	21	Rinder Tataki	51
Minitoast mit Schinken, Käse und Spiegelei	22	Risotto alla Milanese	300
Mohnstollen	369	Risotto mit Scampi	302
Mohntörtchen	328	Rosenkohl indisch	250
Möhrencremesuppe	73	Rosenkohlsalat mit Ente	44
Morchselrahmsauce	188	Rösti	226
Mousse au Chocolat	329	Rotweinkuchen	380
Mürbeteig (Grundrezept)	371	Rüblikuchen	381
Nudelauflauf	285	Rührteig (Grundrezept)	383
Nussbusserln	373	Sacher Torte	384
Nussecken	375	Safran-Pernod Sauce	193
Obatzta (mein Standard)	214	Sahneseauce	194
Orangensauce (kalt)	190	Saibling mit Wodkasauce	99
Panettone	376	Saint-Tropez-Dip	215
Panna cotta mit Himbeergelee	331	Salat von Flusskrebsen, Gurken und Mango	46
Paprikahähnchen	118	Sauce Bolognese	195
Paprikasuppe	74	Sauce Suzette	197
Party-Brötchen mit Mörcheln und Spinat	23	Sauce Tatar	198
Pasteis de Bacalhau	24	Saucen (Grundrezept)	199
Pasteis de Nata	378	Saure Nierchen	175
Pesto Genovese	191	Schleischgerlen	339
Pfeffersauce	192	Schokoladencrepes mit Mango-Passionsfrucht-Mousse	341
Pfifferlingssuppe	76	Schokoladen-Tortine	385
Piccata	147	Schweinekrustenbraten asiatisch	153
Pommes frites	224	Seezungenfilets mit Champignons	100
Pommes von Schwarzwurzeln	245	Serviettenknödel	227
Portugisischer Reispudding	333	Spaghetti-Salat	47
		Spargel mit mariniertem Thunfisch	102

	Seite
Spargelsuppe	77
Spinatnocken	251
Spinat-Roulade	34
Steinbutt in Milchsud	104
Steinbutt mit Tomaten	105
Steinpilz-Ragout mit Sellerie-Kartoffel-Flan	252
Steinpilzrisotto	303
Steirischer Backhendlsalat	49
Streusel & Zuckerguss	386
Süße Eigelbe	343
Tafelspitz mit Dillsauce	154
Tagliata di Manzo	155
Thousand Island Dressing	200
Thunfischsalat mit Bohnen	51
Thunfischsauce	201
Tiroler Graukas-Taler	254
Tomaten mit Mozzarella	256
Tomaten-Basilikum-Risotto	304
Tomatenessenz	79
Tomatensoße	202
Topfennocken	344
Überbackener Chicorée	287
Verkehrte Torte	387
Vichyssoise	80
Vinaigrette	203
Vitello Tonnato	156
Waffeln	345
Wiener Schnitzel	158
Zanderfilet auf Rahmsauerkraut	107
Ziegenkäse im Teignest	258
Zitronenhuhn mit Knoblauch	122
Zucchiniflan mit Brin d'Amour	259
Zucchiniipuffer	260
Züricher Geschnetzeltes	160
Zwiebelrostbraten	161
Zwiebelsuppe	81

