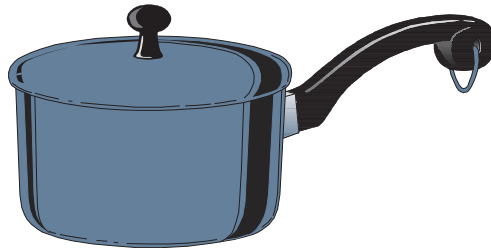


Eintöpfe



	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 l 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 l 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 Speckschwarte 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 Küchentuch 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 2½ Tassen) oder dafür 2 Tassen geschnittene, abgetropfte ganze Tomaten aus der Dose

1 Lorbeerblatt

½ 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 dünsten. Dann löscht man mit dem

Wein ab und kocht auf großer Flamme, bis die Mischung zur Hälfte reduziert ist. Mit einem Gummispachtel kratzt man den Inhalt der

Pfanne in die Kasserolle. Behutsam rührt 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 sieht 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 Speckschwarte 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 Schwarte, 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 Wurstscheiben 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 Chillischoten
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 Chillischoten 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 suplige Konsistenz in eine breiige 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,

Schwarzeaugenbohnen

2 Hähnchenfilet, (eine Brust)

Bacon-Streifen

1 Liter Fleischbrühe

2 Schalotten, gewürfelt

1 Knoblauchzehe, klein geschnitten

$\frac{1}{2}$ 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, gewürfelt

Schale von 1 Zitrone, abgeriebene

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 Hühnchenstücke, 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.



Gänseintopf

Zutaten:

Für 6 bis 8 Personen

Eine Gänsekarkasse (oder auch zwei)

2 große Karotten

$\frac{1}{4}$ Sellerieknolle

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 ‚abfieseln‘. 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 Abgefieselten 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 abfieseln, 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 begeben, mitschmoren lassen, mit Brühe aufgießen, mit Kümmel, Muskat, Thymian, Salz und Pfeffer abschmecken.

1 Stunde bei leichter Hitze kochen lassen.

Dann Kartoffelwürfel begeben 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 mehliges 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 ablöschen.

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 Schwarte und Knorpeln befreien, in ca. 1 cm große Stücke schneiden, begeben. 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 Gäurkchen 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 mitkochen.

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.

