



Folge 5:

Rezepte von Annette Börger

Alle Mengenangaben für **6 Personen**
(wenn nicht anders angegeben)

Vorspeise: Buchweizenpfannkuchen Münsterländer Art dazu Salathäufchen mit Quitten-Senf-Dressing

Zutaten Buchweizenpfannkuchen:

300 ml Buttermilch
150 g geräucherter Schinken
Ca. 120 ml kalter Kaffee
100 g Buchweizenvollkornmehl
1 gehäufter EL Weizenmehl
2 Zwiebeln

Zutaten Salatdressing:

100 g Quittengelee
50 g Walnussöl
1 EL Weinessig
1 ½ Teelöffel Dijon Senf
Saft einer halben Zitrone
Abrieb einer Viertel Zitrone
½ TL bunter Pfeffer, zerstoßene
eine Prise Salz

Zubereitung Buchweizenpfannkuchen:

Alle Zutaten und 100 ml kalter Kaffee miteinander vermengen und einen Tag stehen lassen. Am nächsten Tag den restlichen Kaffee soweit beimischen bis die Masse leicht dickflüssig ist.

Schinkenspeck und Zwiebeln würfeln und anbraten. Einen Teil der Speck-Zwiebelmischung auf einen Teller geben und beiseitestellen. Über die restliche Speck-Zwiebelmischung etwas Pfannkuchenteig geben und danach peu à peu die restlichen Pfannkuchen zubereiten. Die fertigen Pfannkuchen aufrollen und in Streifen schneiden.

Zubereitung Salatdressing:

Alle Zutaten mit einem Mixer verrühren. Mit Salz und Zitrone abschmecken und über den Salat geben. Im Kühlschrank hält das Dressing sich eine Woche.

Hauptspeise: Gulasch mit Heimathäppchen Walnusssknödel und Steinpilzen

Zutaten Gulasch:

1 kg Rinderschmorbraten
500 ml Rotwein
50 g Korinthen
40 g grüne Oliven
40 g schwarze Oliven
2 EL Kokosöl
2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
1 EL grob gemahlener Pfeffer
2 TL grüne, eingelegt Pfefferkörner

Zutaten Walnusss-Knödel (ca. 12 Stück)

ca. 700 g mehlig kochende Kartoffeln
110 g Kartoffelstärke
70 g Weizengries
50 g Walnüsse, gehackt
2 EL glatte Petersilie, gehackt
1 TL Salz

Zutaten gebratene Steinpilze:

500 g frische Steinpilze
ca. 40 g Butter



1 TL Salz
4 Zweige Thymian
1 Zweig Rosmarin
200 ml Sahne
3 EL Johannisbeersirup
1 EL Tomatenmark
1 TL scharfer Senf

2 Zwiebeln, gewürfelt
1 EL frische Petersilie, gehackt
Salz & Pfeffer

Zutaten Johannisbeersirup (ca. 1 l Saft):

750 g Früchte
250 g Zucker
150 g Gelierzucker 2:1

Zubereitung Gulasch:

Das Fleisch kurz vor dem Braten in ca. drei mal drei cm große Würfel schneiden. Im Kokosöl portionsweise anbraten. Gewürfelte Zwiebel zugeben. Mit Rotwein ablöschen und die klein gehackten Knoblauchzehen und die restlichen Zutaten zugeben. Ca. zwei Stunden schmoren lassen und zwischendurch Wasser zugeben. Dann Johannisbeersirup, Tomatenmark, Senf und Sahne zum Braten zugeben. Mit Salz abschmecken und die Soße zum Reduzieren einköcheln lassen.

Zubereitung Walnusssknödel:

Kartoffeln als Pellkartoffeln garen, abgießen, pellen und noch heiß mit den übrigen Zutaten vermengen. Mit nassen Händen daraus Knödel formen. In reichlich Salzwasser portionsweise bei kleiner Hitze ca. 10 Minuten garen.

Zubereitung gebratene Steinpilze:

Pilze sorgfältig mit einem Messer oder Pinsel von Verunreinigung befreien und dann in Scheiben schneiden. Zwiebeln mit etwas Butter anschwitzen, aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Die Steinpilze in Scheiben schneiden und in Butter etappenweise anbraten. Die Pilze dürfen nicht übereinander oder zu dicht liegen, da sie sonst Saft ziehen. Zum Schluss Zwiebeln, Petersilie und Pilze vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und sofort servieren.

Zubereitung Sirup:

Die Früchte waschen, verlesen und in einem Dampfentsafter entsaften. Zucker und Gelierzucker zufügen, alles vermengen und aufkochen. In heißem Zustand in sterile Flaschen oder Schraubgläser füllen. Auf das Prinzip des Einkochens hierbei achten! Der Sirup ist mindestens ein Jahr haltbar.

Nachspeise: Variation aus Rosenblütensorbet und Honigmousse

Zutaten Rosenblütensirup:

6 l Rosenblütenblätter von Duftrosen
3 l Wasser
500 g Zucker
250 ml Zitronensaft
250 g Gelierzucker 2: 1
2 EL Rosenwasser

Zutaten Honigmousse:

500 g milder Natur Joghurt
400 ml Schlagsahne
150 g flüssiger oder cremiger Honig
3 Eigelb
6 Blatt weiße Gelatine
Mark einer Vanilleschote
Etwas flüssigen Honig als Dekoration

Zutaten Rosenblütensorbet:

750 ml Liter Rosenblütensirup
ca. 2 Esslöffel Zitronensaft

Zubereitung Rosenblütensirup:

4 l Blütenblätter mit kochendem Wasser übergießen. Einen Tag abgedeckt und kühl ziehen lassen. Die Blätter durch ein Tuch abseihen und die Flüssigkeit auffangen. Die Flüssigkeit zum Kochen bringen und mit 2 l frisch geernteten Blütenblättern vermengen. Erneut einen Tag ziehen lassen. Wieder abseihen und die Flüssigkeit auffangen. Mit Zitronensaft, Zucker und Gelierzucker aufkochen.



Mit dem Rosenwasser abschmecken. Nach Geschmack eventuell noch Zitronensaft zugeben. Heiß in sterile Flaschen oder Gläsern abfüllen.

Tipp Blüten sammeln

Den intensivsten Duft geben Rosen ab, deren Blüte sich gerade öffnet. Deshalb Blüten am besten in den Morgenstunden ernten. 1 Liter Rosenblüten entspricht einen 1 L Messbecher voll Blüten sammeln ohne sie hineinzupressen. Rosenblütenblätter für den Sirup dürfen nicht gewaschen werden, daher sorgfältig absuchen. Die Pflanzen dürfen nicht mit Pflanzenschutzmitteln behandelt sein!

Zubereitung Rosenblütensorbet:

Rosenblütensirup und Zitronensaft in eine Eismaschine gegen und ca. 30 Minuten unter Rühren gefrieren lassen.

Tipp Rosenblüten-Limonade

Rosenblütensirup und Mineralwasser mit Kohlensäure im Mischungsverhältnis 2:1 mit etwas Zitronensaft und 2 Eiswürfeln in ein hohes Glas geben. 2 Blättchen frische Zitronenmelisse zugeben.

Tipp: Rosenblütenlikör

Rosenblütensirup mit 30 % Alkohol im Mischungsverhältnis 1:1 vermengen. Besonders gut schmeckt Rosenblütensirup mit Himbeergeist oder als Aperitif mit trockenem Sekt.

Zubereitung Honigmousse:

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Eigelb mit Honig in einem Mixer zu einer cremigen Masse aufschlagen. Den Joghurt und das Mark der Vanilleschote unterrühren. Gelatine im Wasserbad flüssig werden lassen. Joghurt-Honig-Masse unter Rühren langsam zur Gelatine geben. Schließlich in den Kühlschrank stellen. Schlagsahne steif schlagen. Wenn die Joghurtmasse zu gelieren beginnt, die steif geschlagene Sahne unterheben. Im Kühlschrank mindestens zwei Stunden fest werden lassen.

Zum Anrichten mit einem Löffel Nocken formen und mit etwas flüssigen Honig dekorieren.

Guten Appetit!