

ARD Buffet Rezepte Januar 2001

Wochenthema: Flunkerküche

Ute Herzog

Dienstag, 02.01.2001

Laubfrösche auf Eiszapfen

350 g	Eiszapfen (längliches rettichähnliches Radieschen)
100 g	Spinat
150 ml	Gemüsebrühe
1	Schalotte, fein geschnitten
100 g	Räucherfischfilet
50 g	gekochter Reis
1	Ei
4 EL	Crème Fraîche
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Butter zum Andünsten

Eiszapfen waschen und grob raspeln. Schalotte in einem Topf mit Butter glasig dünsten, Eiszapfen zugeben und gut andünsten. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen.

Gemüsebrühe zugeben und ca. 10 Minuten bei geschlossenem Deckel weichgaren.

Anschließend pürieren und 2 EL Crème Fraîche untermischen.

Die Spinatblätter blanchieren, in Eiswasser abschrecken und auf einem Küchentuch

abtrocknen. Das Blanchierwasser zur Seite stellen. Das Ei trennen und Eiweiß steif

schlagen. Räucherfischfilets mit der Gabel grob zerkleinern, mit Eigelb und Reis vermengen.

2 EL Crème Fraîche unterrühren und Eiweiß unterheben. Die Ecke eines feuchten

Küchentuches mit der Hälfte der Spinatblätter belegen, die Hälfte der Fischmasse darauf

geben und zu einer Kugel drehen. Mit den übrigen Spinatblättern und der übrigen

Fischmasse ebenso verfahren.

Die „Laubfrösche“ (Spinatkugeln) 15 Minuten in einem Sieb über dem kochenden

Blanchiersud garen.

Das Eiszapfenpüree auf Tellern anrichten und die Laubfrösche darauf setzen.

Wochenthema: Flunckerküche
Vincent Klink
Mittwoch, 03.01.2001

Falsche Gänseleberterrine

500 g	Schweineleber
2 EL	Schalotten, fein gewürfelt
2 EL	weiche Butter
1/2 TL	Kardamom
1/2 TL	Piment
1/2 TL	Koriander
2 cl	Madeira
60 g	weißer Speck (Auslegspeck), in feinen Scheiben
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten

Leber würfeln. Schalotten in Butter anschwitzen, Leber zugeben und ca. 3 Minuten braten, bis die Leber gerade durchgebraten ist. Dann vom Herd ziehen und etwas auskühlen lassen. Alles noch lauwarm in einen Cutter oder Mixbecher geben, mit Kardamom, Piment, Koriander, Salz und Pfeffer würzen. Madeira zugeben und pürieren. Wenn alles fast fein püriert ist, die weiche Butter zugeben und ganz fein fertig pürieren. Eine Terrinenform mit Klarsichtfolie so auslegen, dass die Bahnen weit überhängen. Darauf die Speckscheiben so einlegen, dass auch sie über den Rand heraushängen. Dann die Form zur Hälfte mit der Lebermasse füllen. Den überhängenden Speck darüber klappen. Evtl. in die Mitte noch eine Speckscheibe legen. Mit der überhängenden Klarsichtfolie den Speck bedecken. Die Terrine in den Kühlschrank geben und fest werden lassen. Zum Servieren Terrine aus der Form stürzen, aus der Klarsichtfolie wickeln und in Scheiben aufgeschnitten servieren.

Wochenthema: Kochen mit Brot

Rainer Strobel

Montag, 08.01.2001

Kasslerlendchen im böhmischen Knödelteig

1	Kasslerlendchen (ca. 400 g)
2	rote Paprika
2	Zwiebeln
500 g	Mehl
30 g	Hefe
1/4 l	Milch
2	Brötchen
2	Eier
20 ml	Olivenöl
50 g	Butter
	Salz, Muskat
	Alufolie

In etwas Milch die Hefe auflösen. Mehl in eine Schüssel geben, eine Kuhle eindrücken und die Hefemilch hineingeben. Diesen Vorteig zugedeckt an einem warmen Ort gehen (ca. 15 Minuten) lassen. Dann die restliche Milch, Eier, weiche Butter und die in Würfel geschnittenen Brötchen zugeben und einen glatten Teig kneten. Mit Salz und Muskat würzen und den Teig nochmals 15 Minuten gehen lassen. Zwiebel schälen, in Ringe schneiden und diese halbieren. Paprika waschen, das Kerngehäuse entfernen und in zentimetergroße Würfel schneiden. In einer Pfanne mit Olivenöl Zwiebeln und Paprika kurz anschwanken. Das Kasslerlendchen ebenfalls kurz von allen Seiten in Olivenöl anbraten. Den Teig 2-3 cm dick ausrollen. Darauf das Zwiebel-Paprikagemisch geben, die Lende in die Mitte legen und den Teig zusammenschlagen. Die Teigrolle in einen gefettete Alufolie wickeln und in einem großen Topf mit Wasser 20 -30 Minuten leicht köcheln lassen. Dann aus der Folie wickeln und aufschneiden. Dazu passt gut grüner Salat.

Wochenthema: Kochen mit Brot
Ute Herzog
Dienstag, 09.01.2001

Zanderfilet mit Brotsauce

350 g	Zanderfilet
60 g	Speckwürfel
80 g	Graubrot
1/8 l	trockener Weißwein
1/8 l	Milch
1/4 l	Gemüsebrühe
3 EL	Sahne
2	Schalotten, fein gewürfelt
50 g	Butter
1	Eigelb
1	Zitrone
	Worcestersauce zum Würzen
	Salz, Pfeffer

Die Zitrone auspressen, das Zanderfilet halbieren und 5 Minuten im Zitronensaft marinieren, dann abtupfen. Speckwürfel in einer Pfanne auslassen, die Hälfte der Butter zugeben und die Zanderfilets darin von jeder Seite ca. 3 Minuten anbraten. Mit Weißwein ablöschen, mit Salz und Pfeffer würzen und bei geschlossenem Deckel und geringer Hitze ca. 8 Minuten weitergaren. Anschließend die Filets auf Teller geben, mit Alufolie abdecken und im Backofen bei 90 Grad warm halten. Den Weißweinfond durch ein Sieb passieren und beiseite stellen. Restliche Butter in einem Topf erhitzen, Schalotten zugeben und glasig dünsten. Weißweinfond, Milch und Brühe dazugeben und aufkochen lassen. Langsam das geriebene Brot einrühren und so lange kochen lassen, bis die Sauce dicklich wird. Alles passieren und mit Salz, Pfeffer und Worcestersauce abschmecken. Eigelb mit Sahne vermischen, etwas von der Sauce dazugeben, alles gut vermischen und dann unter die restliche Sauce rühren. Zanderfilets mit der Sauce anrichten.

Wochenthema: Kochen mit Brot
Vincent Klink
Mittwoch, 10.01.2001

Schwarzbrotpfanne

300 g	Roggenbrot
200 g	Zwiebeln
2	Knoblauchzehen, gepresst
150 g	Schinken
4	Eier
1/4 l	Schlagsahne
1 Prise	Cayennepfeffer
1 Prise	Muskat
1 EL	Kümmel
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten

Die Zwiebeln fein schneiden und in einer Pfanne mit Butter braun rösten. Knoblauch und Kümmel untermischen. Das Brot in dünne Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit zerlassener Butter von beiden Seiten kurz rösten und mit Pfeffer und Salz würzen. Dann die Brotscheiben dachziegelartig in eine gefettete Auflaufform oder feuerfeste Pfanne legen. Geröstete Zwiebeln darauf verteilen und mit Schinkenscheiben abdecken. Eier mit Sahne verquirlen, mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und Muskat würzen und über das Brot gießen. Alles ca. 15 Minuten bei 200 Grad in den Ofen geben und goldbraun backen. Mit fein geschnittener Petersilie bestreuen und anrichten. Zur Schwarzbrotpfanne passt gut Endiviensalat.

Wochenthema: Kochen mit Brot
Vincent Klink
Donnerstag, 11.01.2001

Brotsuppe mit Speckklösschen

4 Scheiben	Vollkornbrot
50 g	Speckwürfel
4	Zwiebeln, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, fein geschnitten
1/2 l	Gemüsebrühe
1/4l	trockener Weißwein
1/4 Stange	Lauch
100 g	zerlassene Butter
2	Eier
2	altbackene Brötchen
1 Bund	Thymian, fein geschnitten
1 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
1 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
1 Msp	Muskatblüte
	schwarzen Pfeffer, Salz
	Butter zum Andünsten

Vollkornbrot würfeln und in einer Pfanne mit Butter anrösten.

Zwiebeln, Knoblauch und Speck in einem Topf mit Butter braun rösten. 2 EL davon für die Klösschen aufheben. Die restliche Masse im Topf mit Brühe und Weißwein ablöschen. Die gerösteten Brotwürfel und den fein geschnittenen Thymian dazugeben. Das Ganze 10 Minuten durchkochen. Lauch in sehr feine Streifen schneiden.

Für die Klösschen die Brötchen grob reiben. In eine schmale, möglichst hohe Schüssel (am besten ein Mixbecher) die heiße zerlassene Butter geben. Mit dem Stabmixer die Eier untermischen und gut verquirlen. Mit Salz, Muskatblüte und Pfeffer würzen. Dann langsam die Brotbrösel untermixen, bis eine dünne Paste entsteht. 2 EL der Zwiebel-Speckmischung und Petersilie zugeben und nochmals abschmecken. Die Masse 10 Minuten ziehen lassen und anschließend kleine Klösschen formen. Die Klösschen mit dem Lauch in die heiße Brühe geben und 10 Minuten gar ziehen lassen. Zum Schluss Schnittlauch untermischen und die Suppe abschmecken.

Wochenthema: Kochen mit Brot
Otto Koch
Freitag, 12.01.2001

Schweinefilets auf Brotcroutons

6	Schweinefiletmedaillons à 50 g
3 Scheiben	Toastbrot
6	Champignons
100 g	Rucola
1	Schalotte, fein geschnitten
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
2 EL	Rotweinessig
5 EL	Olivenöl
	Saft einer halben Zitrone
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten

Mit einem Plätzchenausstecher aus den Toastbrotsccheiben Kreise mit einem Durchmesser von ca. 6 cm ausstechen (pro Scheibe 2 Kreise). Die Brotscheiben in einer Pfanne mit etwas Butter von beiden Seiten leicht anbraten. Die Champignons in gesalzenem Zitronenwasser kurz abkochen. Die Schweinefilets mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne (ideal ist eine schwere Metallpfanne) mit Butter auf beiden Seiten je 1 Minute anbraten, bis sie Farbe genommen haben. Anschließend im Ofen bei 80 Grad warm stellen.

Rucola waschen und abtropfen lassen. Aus Olivenöl, Rotweinessig, Schalotte, Petersilie, etwas Pfeffer und Salz eine Vinaigrette mischen und den Rucola damit anmachen.

Jeweils 3 Toastscheiben auf einem Teller anrichten, darauf die Schweinemedallions und Champignons legen. Zwischen diese Türmchen etwas Rucolasalat anrichten.

Wochenthema: Regionale Eintopfgerichte
Rainer Strobel
Montag, 15.01.2001

Berliner Löffelerbse

200 g	gelbe Erbsen
500 g	gepökeltes Eisbein
1	Möhre
2	Zwiebeln
1/2	Sellerieknolle
1 Stange	Lauch
200 g	Kartoffeln
1	Lorbeerblatt
	Majoran, Salz, Pfeffer

Die Erbsen gut verlesen und über Nacht in reichlich kaltem Wasser einweichen. Erbsen mit dem Einweichwasser in einen Topf geben, Eisbein und Lorbeerblatt dazugeben und mit wenig Salz und Pfeffer würzen. Alles aufkochen und solange kochen lassen bis die Erbsen weich, jedoch nicht zerkocht sind (dauert ca. 1-2 Stunden). Das Eisbein heraus nehmen und das Fleisch vom Knochen ablösen. Möhre, Sellerie, Zwiebel und Lauch putzen und in kleine Würfel schneiden. Kartoffeln schälen und ebenfalls fein würfeln. Alles zu den Erbsen geben und nochmals ca. 15-20 Minuten kochen. Zum Schluss das gewürfelte Fleisch wieder hinzugeben und alles mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen.

Wochenthema: Regionale Eintopfgerichte
Ute Herzog
Dienstag, 16.01.2001

Rotkohlsuppe mit Äpfeln, Birnen und Speck

1/4	Rotkrautkopf
2	große Äpfel
1	Birne
50 g	Rosinen
4	Kartoffeln
150 g	Speck, durchwachsen
350 ml	Gemüsebrühe
3 EL	Rotweinessig
3 EL	Rotwein
2 EL	Preiselbeeren
50 g	Butterschmalz
1 EL	Butter
	Salz, Muskat, Zucker

Rosinen in etwas Wasser einweichen, die Kartoffeln schälen und würfeln. Vom Rotkraut die äußeren Blätter entfernen, den Strunk herausschneiden und den Rest in feine Streifen schneiden. In einem Topf 25 g Butterschmalz erhitzen, Rotkrautstreifen kräftig darin anschwitzen, Kartoffelwürfel zugeben. Rotwein mit einer Tasse Wasser, 3 EL Zucker, 1/2 TL Salz und Essig mischen und über das Rotkraut geben und gut unterrühren. Die Äpfel schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen, würfeln und auf das Kraut geben. Mit Gemüsebrühe auffüllen und 25 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen. Die Birne schälen, halbieren und entkernen. Den Speck in Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit dem restlichen Butterschmalz kross rösten. Die Speckscheiben aus der Pfanne nehmen und in dieser Pfanne mit etwas Butter die Birnenhälften anschwanken. Abschließend in das ausgehöhlte Kerngehäuse Preiselbeeren geben. Die Suppe anpürieren, auf Teller verteilen, Speck und je eine Birnenhälfte als Einlage dazugeben.

Wochenthema: Regionale Eintopfgerichte
Vincent Klink
Mittwoch, 17.01.2001

Linsen mit Spätzle

200 g	Linsen
2 Paar	gerauchte Schweinswürste
3	Zwiebeln, fein geschnitten
1 Bund	Suppengemüse (Sellerie, Möhre, Lauch)
1	Knoblauchzehe, gepresst
1 Bund	Thymian, fein geschnitten
1/2 l	Rotwein
1/2 l	Brühe
1	Kartoffel, mehlig kochend
2 EL	Essig
200 g	Mehl
4	Eier
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten

Die Linsen am Vorabend in reichlich Wasser einweichen. Das Suppengemüse fein würfeln. Zwiebeln mit Knoblauch in einem Topf mit etwas Butter anschwitzen. Eingeweichte Linsen zugeben und mit Rotwein und Brühe auffüllen. Die rohe Kartoffel reiben und dazugeben. Die Linsen ca. 45 Minuten weich kochen. Nach ca. 30 Minuten Thymian, Suppengemüse und die Würste zugeben. Die Linsen mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken und mit Spätzle servieren.

Für die Spätzle das Mehl in eine Schüssel geben, in der Mitte des Mehlbergs eine Kuhle eindrücken. Die Eier einschlagen und eine Prise Salz zugeben. Alles mit einem Kochlöffel vermengen und so lange schlagen, bis ein glatter Teig entstanden ist. Die Teigschüssel mit einer Klarsichtfolie verschließen und den Teig eine halbe Stunde ruhen lassen. In der Zwischenzeit einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Ein Spätzlebrett kurz in kochendes Wasser tauchen, darauf ca. 2 Esslöffel Teig streichen. Den Teig mit einem ebenfalls angefeuchteten Teigschaber zuerst flach streichen und dann dünne Streifen ins kochende Wasser schaben. Wenn die Spätzle gar sind, steigen sie nach oben. Mit einem Sieblöffel die Spätzle aus dem kochenden Wasser herausnehmen und kurz in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben. Anschließend absieben. Das Ganze so lange wiederholen, bis der Teig aufgebraucht ist.

Wochenthema: Regionale Eintopfgerichte
Vincent Klink
Donnerstag, 18.01.2001

Weißer Bohneneintopf

2 Tassen	weiße Bohnen (Saubohnen)
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1	Staudensellerie, fein gewürfelt
2	Tomaten, gewürfelt
4	getrocknete Shiitakepilze
100 g	Bergkäse, gewürfelt
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
1 EL	Essig
1/2 Zweig	Rosmarin, fein geschnitten
1 Liter	Gemüsebrühe
2 EL	Olivenöl
	Salz, Pfeffer

Bohnen über Nacht in fünf mal soviel Wasser einweichen. Dann das Einweichwasser abgießen und die Bohnen abspülen.

Schalotten und Knoblauch in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen. Die eingeweichten Bohnen abtropfen lassen, dazugeben und alles mit Gemüsebrühe auffüllen. Shiitakepilze zugeben und alles mit geschlossenem Deckel langsam kochen lassen. Nach ca. 10 Minuten die Shiitakepilze herausnehmen, klein schneiden und wieder zugeben. Nach ca. 50 Minuten gewürfelte Staudensellerie und Tomatenwürfel zugeben und nochmals 10 Minuten durchkochen. Petersilie untermischen und mit Essig, Rosmarin, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Käsewürfel untermischen und servieren.

Wochenthema: Regionale Eintopfgerichte
Otto Koch
Freitag, 19.01.2001

Pichelsteiner

200 g	Lammfleisch (Schulter)
200 g	Schweinefleisch (Schulter)
100 g	Speck
100 g	Zwiebeln
100 g	Karotten
100 g	Sellerie
100 g	Kartoffeln
100 g	Petersilienwurzel
100 g	Lauch
100 g	Weißkohl
1 l	Gemüsebrühe
1	Knoblauchzehe, gepresst
2 EL	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer
	Speiseöl zum Abraten

Alle Fleischsorten in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebeln schälen und grob hacken. Karotten, Sellerie, Kartoffeln, Petersilienwurzel schälen, Lauch putzen und waschen. Alles ebenfalls in mundgerechte Stücke schneiden. Vom Kohl die äußeren Blätter entfernen, den Strunk herausschneiden und die Blätter in ca. 2 cm große Quadrate schneiden. Das Fleisch mit den Zwiebeln und Knoblauch in heißem Öl rundum kräftig anbraten. In einem großen Kochtopf Speck auslassen, eine Schicht Gemüsewürfel zugeben, darauf eine Schicht Fleisch geben. Nacheinander Gemüse und Fleisch einschichten, jede Schicht mit Petersilie bestreuen und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit einer Schicht Gemüse abschließen und die heiße Brühe angießen. Den Eintopf bei 200 Grad im vorgeheizten Ofen etwa 2 Stunden garen.

Wochenthema: Familiengerichte
Rainer Strobel
Montag, 22.01.2001

Dampfnudeln mit Vanillesauce

200 g	Mehl
700 ml	Milch
15 g	Hefe
140 g	Zucker
50 g	Butter
6	Eigelb
10 g	Speisestärke
1	Vanilleschote
	Schale einer Zitrone
	Salz

Hefe mit etwas lauwarmen Milch (30 ml) und einer Prise Zucker auflösen. Mehl in eine Schüssel geben, eine Kuhle eindrücken und die Hefemilch hineingeben. Diesen Vorteig zugedeckt an einem warmen Ort gehen (ca. 20 Minuten) lassen. Dann 2 Eigelb, weiche Butter, Milch (70 ml), 40 g Zucker, abgeriebene Zitronenschale und eine Prise Salz zugeben und einen glatten Teig kneten. Diesen nochmals 20 Minuten zugedeckt gehen lassen. Dann den Teig ca. 3 cm dick ausrollen und Kreise mit ca. 5 cm Durchmesser ausstechen. Diese in eine gut gefettete Form geben und nochmals kurz gehen lassen. Dann ca. 100 ml Milch untergießen. Die Dampfnudeln im Backofen bei 170 Grad ca. 20 Minuten backen. Dann herausnehmen und mit Vanillesauce servieren.

Für die Vanillesauce Stärke mit 2 Esslöffel Milch glatt rühren. Das restliche Vanillemark mit 500 ml Milch und 100 g Zucker aufkochen, die Stärke dazugeben und einmal aufkochen lassen. Dann den Topf vom Herd ziehen und die 4 Eigelb mit einem Zauberstab untermixen. Die Sauce lauwarm servieren und vor dem Anrichten nochmals kurz aufmixen.

Wochenthema: Familiengerichte
Ute Herzog
Dienstag, 23.01.2001

Gefüllte Muschelnudeln

2	Hähnchenbrustfilets
8	große Muschelnudeln
1	Ei
60 g	Champignons
80 g	Gouda
2	Zwiebeln, fein geschnitten
5	große Tomaten, gewürfelt
6 EL	Crème Fraîche
150 ml	Gemüsebrühe
4 EL	Tomatenmark
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
1 EL	Basilikum, getrocknet
1/2 TL	Oregano
	Saft einer halben Zitrone
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl

Die Muschelnudeln bissfest vorkochen. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Champignons, Käse und Hähnchenbrüste fein hacken. Alles in eine Schüssel geben. Dazu das Ei, 2 EL Crème Fraîche, Petersilie, Zitronensaft und die Hälfte der Zwiebeln untermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Muschelnudeln mit der Fleischmasse füllen und auf ein geöltes Backblech setzen. Im Ofen ca. 12-15 Minuten garen. Die restlichen Zwiebeln in etwas Olivenöl glasig dünsten, Tomatenmark und die Tomatenwürfel zugeben. Basilikum und Oregano untermischen und mit Gemüsebrühe auffüllen. Die Sauce ca. 10 Minuten köcheln lassen und dann durch ein Sieb passieren. Die Sauce wieder auf den Herd stellen und die restliche Crème Fraîche darin auflösen. Die Muschelnudeln mit der Sauce anrichten.

Wochenthema: Familiengerichte
Vincent Klink
Mittwoch, 24.01.2001

Fischstäbchen mit Pommes

300 g	Rotbarschfilet
1	Brötchen
2	Eier
1 EL	Salbei, fein geschnitten
1 Msp	Muskatblüte
3 Msp	Koriander, geschrotet
5	große Kartoffeln, mehlig kochend
1 l	Olivenöl (kein kaltgepresstes Öl)
2 EL	Mehl
100 g	Semmelbrösel
	Pfeffer, Salz
	Butterschmalz zum Ausbacken

Das Brötchen fein reiben. Das Rotbarschfilet durch den Wolf drehen und mit einem Ei, geriebenem Brötchen, Salbei, Koriander und Muskatblüte vermischen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Masse auf ein Blech streichen und rechteckige Stäbchen ausschneiden. Für die Panade einen Teller mit Mehl, einen Teller mit verquirlten Ei (man kann etwas Wasser oder Sahne dazugeben) und einen Teller mit Semmelbröseln bereitstellen.

Die Stäbchen in Mehl wenden und leicht abklopfen, dann durch das Ei ziehen, abtropfen lassen und sofort in den Semmelbröseln wenden. In einer Pfanne mit Butterschmalz die Fischstäbchen von allen Seiten braten.

Für die Pommes die Kartoffeln schälen, dann in zentimeterdicke Scheiben schneiden und dann in Stifte. Die Kartoffelstifte gut wässern, absieben und zum Trocknen auf ein Küchentuch legen.

Olivenöl in einem Topf heiß werden lassen. Mit einem Stückchen roher Kartoffel die Temperatur prüfen. Wenn dieses Stückchen zu backen anfängt, hat das Öl die richtige Temperatur. Dann das Stückchen wieder heraus nehmen und ein paar Pommes hinein geben. Die Pommes ausbacken bis sie gar, aber noch hell sind. Die Pommes herausnehmen und abtropfen lassen. Das Ganze wiederholen, bis alle Kartoffelstifte gegart sind. Dann das Öl etwas höher erhitzen und die Pommes nochmals nach und nach ausbacken, bis sie hellbraun sind. Auf einem mit Küchenkrepp abtropfen lassen, auf ein Blech legen und im Backofen bei 50 Grad warm halten, bis alle Pommes ausgebacken sind. Anschließend in eine Schüssel geben und mit Salz bestreuen.

Wochenthema: Familiengerichte
Vincent Klink
Donnerstag, 25.01.2001

Serbisches Reisfleisch

200 g	Schweineschulter
125 g	Langkornreis
400 g	Zwiebeln
1	Schalotte
2	Paprika, rot und grün
2	Kartoffeln
100 g	Tomaten
1	Knoblauchzehe, gepresst
1 EL	Sambal Manis
1 EL	Paprikapulver, edelsüß
1/2 TL	Paprikapulver, scharf
	Schale von 1/4 Zitrone, unbehandelt
ca. 1 l	Brühe
	Salz, Pfeffer
	Butterschmalz
	Butter

Das Fleisch in kleine Würfel und die Zwiebeln fein schneiden. Kartoffeln schälen und würfeln, ebenfalls Paprika und Tomaten würfeln. In einem Topf mit Butterschmalz die Zwiebeln glasig dünsten. Fleisch zugeben und anbraten. Dann Tomaten, Kartoffeln, Paprika, Paprikapulver, Sambal Manis, Knoblauch und Zitronenschale zugeben. Mit ca. 1/2 l Brühe ablöschen und zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 30 Minuten dünsten. Zum Schluss den Topf schief halten und das sich sammelnde Fett mit einem Esslöffel abheben, dann mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Schalotte fein schneiden und in einem Topf mit Butter dünsten. Den Reis zugeben und mit der restlichen Brühe auffüllen. Bei geringer Hitze und geschlossenem Deckel den Reis ca. 20 Minuten dünsten. Der Reis ist fertig, wenn er die gesamte Flüssigkeit absorbiert hat. Den Reis unter das Fleisch mischen und abschmecken.

Wochenthema: Familiengerichte

Otto Koch

Freitag, 26.01.2001

Tiroler G'röstel

500 g	Pellkartoffeln, gekocht
100 g	Räucherspeck, in Scheiben
250 g	kalter Schweinebraten
1	Zwiebel, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
2 EL	Petersilie, fein geschnitten
2 EL	Schnittlauch, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer
	Butterschmalz

Die Kartoffeln in Scheiben, den Speck und den kalten Braten in Streifen schneiden. In einer großen Pfanne (am besten eine Eisenpfanne) mit Butterschmalz die Kartoffeln anbraten. Mit einem Kochlöffel ständig wenden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Parallel dazu in einer separaten Pfanne Speck mit Zwiebeln und Knoblauch anschwitzen, Braten zugeben und kurz braten. Das Fleisch zu den Kartoffeln geben und nochmals ein paar Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Petersilie und Schnittlauch bestreuen.

Wochenthema: Hackfleischvariationen
Ute Herzog
Dienstag, 30.01.2001

Hackfleischschnitzel auf Krautnudeln

250 g	Hackfleisch
1	Brötchen
2	Zwiebeln, fein geschnitten
2	Tomaten
8 Scheiben	Emmentaler
1	Ei
250 g	Sauerkraut
1	Möhre
100 g	Crème Fraîche
100 ml	Weißwein
150 g	Nudeln, gekocht (z.B. Penne)
	Butter zum Anbraten
	Paprikapulver, edelsüß
	Salz, Pfeffer, Muskat

Den Backofen auf 220 Grad vorheizen. Das Brötchen in etwas Wasser einweichen. 4 Scheiben Käse würfeln. Die Hälfte der Zwiebeln, ausgedrücktes Brötchen, Hackfleisch, Ei und gewürfelter Käse in eine Schüssel geben und gut vermischen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und etwas Paprikapulver würzen. Aus dem Fleischteig 4 Schnitzel formen. In einer Pfanne etwas Butter zerlassen und die Hackfleischschnitzel darin von beiden Seiten je 4 Minuten anbraten. Dann in eine ofenfeste Form geben. Die Tomaten enthäuten, in Scheiben schneiden und die Schnitzel damit belegen. Jedes Schnitzel mit einer Käsescheibe abdecken und im Ofen ca. 8-10 Minuten gratinieren lassen.

Für die Krautnudeln die Möhre schälen und in feine Streifen schneiden. Das Sauerkraut etwas zerschneiden. In einem Topf mit etwas Butter die restlichen Zwiebeln mit den Möhrenstreifen und dem Sauerkraut ca. 10 Minuten dünsten. Dann die Nudeln zugeben, mit Wein ablöschen und nochmals 5 Minuten köcheln lassen. Zum Schluss Crème Fraîche untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Hackfleischschnitzel auf den Krautnudeln anrichten.

Wochenthema: Hackfleischvariationen

Vincent Klink

31.01.2001

Hachis Parmnetier

300 g	Hackfleisch
6	Zwiebeln, fein geschnitten
50 g	Speck, durchwachsen
2-3	Eier
1 Stange	Lauch
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
1 EL	Majoran
250 g	Kartoffeln, mehlig kochend
1/2 l	Milch
	Muskat, Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in reichlich Salzwasser gut weich kochen.

Wochenthema: Hackfleischvariationen
Vincent Klink
Donnerstag, 01.02.2001

Lammrahmhackbraten

400 g	Lammhackfleisch
200 g	Zwiebeln, fein geschnitten
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Ei
3 Scheiben	Toastbrot
1/8 l	Milch
2 EL	scharfer Senf
1 EL	Paprikapulver
1 EL	Curry
4	Thymianzweige
1 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
1/8 l	Rotwein
2 EL	Sojasauce
1/4 l	Sahne
1 EL	Mehl
	Butter zum Anbraten
	Pfeffer, Salz, Muskat

Vom Thymian die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Die Zwiebeln in Butter braun andünsten. Das Toastbrot würfeln und mit der Milch anfeuchten. Hackfleisch in eine Schüssel geben, geröstete Zwiebeln, feuchte Toastwürfel, Ei, Paprikapulver, Senf, Curry, Hälfte des Thymians und Petersilie zugeben und alles gut vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Masse in eine gefettete kleine Kastenform geben. Im Ofen bei 180 Grad ca. 45 Minuten backen. Dann herausnehmen, evt. entstandenen Bratenfond aus der Form gießen und für die Sauce zur Seite stellen. Dann den Hackbraten vorsichtig aus der Form stürzen. Für die Sauce die Schalotten in einer Pfanne mit Butter anschwitzen, mit Mehl bestäuben, mit Rotwein, Sojasauce, Bratenfond und Sahne ablöschen. Restlichen Thymian dazugeben, ein paar Minuten köcheln lassen und mit Pfeffer und Salz würzen. Den Lammhackbraten aufschneiden und mit der Sauce anrichten. Dazu passen gut Nudeln oder Kartoffelbrei.

Wochenthema: Herzhafte Käseköstlichkeiten
Rainer Strobel
Montag, 05.02.2001

Lammrücken mit Taleggiokräuterkruste

400 g	Lammrücken
100 g	Taleggio
3	Knoblauchzehen
1 Zweig	Thymian
1 Bund	Basilikum
1 Bund	Petersilie
1	Eigelb
50 ml	Sahne
	Olivenöl zum Anbraten
	Salz, Pfeffer

Den Taleggio durch die feine Scheibe des Fleischwolfs drehen. Die Kräuter ganz fein schneiden. Dann Taleggio mit Kräutern, Sahne und Eigelb gut vermischen und zu einer Rolle formen. Die Rolle in Frischhaltefolie einpacken, ca. 30 Minuten kalt stellen, aus der Folie packen und in dünne Scheiben schneiden. Den Lammrücken von Sehnen befreien, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne (mit feuerfestem Griff) mit Olivenöl und den Knoblauchzehen auf allen Seiten kurz anbraten. Anschließend bei 160 Grad ca. 8 Minuten in den Backofen geben. Dann herausnehmen und das Fleisch mit der in dünne Scheiben geschnittenen Käsemasse belegen. Alles nochmals 5 Minuten in den Backofen geben. Herausnehmen, 5 Minuten ruhen lassen und das Fleisch aufschneiden. Als Beilage passen gut grüne Bohnen und Würfelkartoffeln.

Wochenthema: Herzhafte Käseköstlichkeiten
Ute Herzog
Dienstag, 06.02.2001

Wiringsäckchen mit Käsefüllung

8	Wirsingblätter
2	große Kartoffeln
100 g	Emmentaler
100 g	Gorgonzola
100 ml	Sahne
150 ml	Gemüsebrühe
150 g	pürierte Tomaten
2 EL	Basilikum, getrocknet
1 EL	Thymian, getrocknet
1 Stange	Lauch
1	Schalotte, fein geschnitten
2 EL	Butter
	Salz, Pfeffer

Die Wirsingblätter ca. 5 Minuten im kochenden Salzwasser blanchieren, dann auf einem Küchentuch abtropfen lassen und die Strünke vorsichtig herausschneiden. Vom Lauch die einzelnen Blätter abtrennen, diese auch im Salzwasser kurz blanchieren und abtropfen lassen. Die Kartoffeln schälen, grob würfeln und in das kochende Blanchierwasser geben. Emmentaler und Gorgonzola würfeln und mittig auf den Wirsingblättern verteilen. Dann die Wirsingblätter zu Beutelchen formen und mit den Lauchstreifen zubinden. Ein Spritzsieb auf den Topf mit den Kartoffeln geben, darauf die Beutelchen setzen und einen passenden Topf umgekehrt als Deckel darauf setzen. Die Säckchen so im Wasserdampf ca. 20 Minuten garen.

In der Zwischenzeit Schalotten in einem Topf mit Butter glasig dünsten. Tomatenpüree und Kräuter zugeben und kurz durchschmoren. Mit Gemüsebrühe ablöschen und ca. 10 Minuten köcheln lassen, dann die Sauce passieren. Die Sahne leicht anschlagen und unter die passierte Sauce mischen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Kartoffeln abschütten und mit den Käsebeutelchen und der Tomatensauce anrichten.

Wochenthema: Herzhafte Käseköstlichkeiten
Vincent Klink
Mittwoch, 07.02.2001

Käserösti mit Spinatsauce

350 g	Kartoffeln
100 g	Bergkäse, gerieben
100 g	Blattspinat
2	Schalotten, fein geschnitten
1/4 l	Gemüsebrühe
1	Sardelle
1Msp	Muskat
	Pfeffer, Salz
	Butter zum Anbraten

Kartoffeln schälen, grob reiben, in ein Küchentuch geben und gut ausdrücken. Die Hälfte der Kartoffeln in eine große beschichtete Pfanne mit etwas zerlaufener Butter geben und gleichmäßig auf dem Pfannenboden verteilen. Darauf die Hälfte der Schalottenwürfel und den Käse streuen. Alles mit den restlichen Kartoffeln locker bedecken, die Kartoffeln nicht fest zusammendrücken. Die untere Röstiseite goldbraun braten, dann wenden und ebenfalls die andere Seite goldbraun braten. Das Rösti mit Pfeffer und Salz würzen.

Für die Sauce den Spinat waschen, abtropfen lassen und grob zerkleinern. Ebenfalls die Sardelle grob schneiden. In einer Pfanne mit Butter die restlichen Schalotten anschwitzen, Sardelle und Spinat zugeben und diesen zusammenfallen lassen. Mit Gemüsebrühe aufgießen und ca. 3 Minuten leicht köcheln lassen. Mit Pfeffer und Muskat abschmecken und die Sauce mit dem Mixstab pürieren. Nach Belieben noch einen Esslöffel weiche Butter untermixen.

Käserösti halbieren, anrichten und die Sauce angießen.

Wochenthema: Herzhafte Käseköstlichkeiten
Vincent Klink
Donnerstag, 08.02.2001

Suppengemüse-Käse-Gratin

1/2	Sellerieknolle
1	Möhre
1	Pastinake
1	Fenchelknolle
2	Zwiebeln
1	Kohlrabi
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
1/ 8 l	Gemüsebrühe
1 Zweig	Thymian
1 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
150 g	Frischkäse
1 TL	Mehlbutter (etwas weiche Butter mit Mehl gemischt)
1/4 l	Sahne
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Butter zum Anbraten

Sellerie, Möhre, Pastinake, Kohlrabi und Zwiebeln schälen, Fenchel putzen. Alles Gemüse mit dem Thymianzweig in reichlich Salzwasser ca. 20 Minuten weichkochen.

In einer Pfanne mit Butter die Schalottenwürfel anschwitzen, Knoblauch zugeben, mit Gemüsebrühe ablöschen. Bei großer Hitze die Flüssigkeit etwas reduzieren lassen. Dann Sahne zugeben und die Sauce mit Mehlbutter binden. Mit Pfeffer, Salz und Muskat abschmecken.

Das gekochte Gemüse in Scheiben schneiden und in eine gefettete Gratinform dachziegelartig einschichten. Die Sauce darüber gießen. Den Käse in dünne Scheiben schneiden und auf dem Gemüse verteilen. Das Gemüsegratin ca. 5 Minuten unter der Grillschlange bräunen lassen. Mit Schnittlauch bestreuen und mit Baguettebrot servieren.

Wochenthema: Wintergemüse und Wintersalate
Rainer Strobel
Montag, 12.02.2001

Eintopf von Teltower Rübchen

500 g	Teltower Rübchen
600 g	gepökelte Schweinerippchen (mit Knochen)
200 g	Kartoffeln
3	Zwiebeln
2	Lorbeerblätter
10	Pfefferkörner
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
1 EL	Zucker
	Butterschmalz zum Anbraten
	Salz, Pfeffer, Majoran

Die Rippchen gründlich waschen, eine Zwiebel schälen und in Scheiben schneiden. Rippchen, Lorbeerblätter, Pfefferkörner und die Zwiebelscheiben in einen Topf geben, mit reichlich Wasser auffüllen, zum Kochen bringen und ca. 30 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit die Teltower Rübchen schälen und der Länge nach vierteln, die Kartoffeln schälen und in 1 cm große Würfel schneiden, die restlichen Zwiebeln ebenfalls schälen und in Scheiben schneiden. In einem Schmortopf mit Butterschmalz die Zwiebelscheiben anbraten, dann die Rübchen zugeben, mit Zucker bestreuen und so lange braten, bis sie leicht gebräunt sind. Mit ca. 1 l Rippchenbrühe ablöschen, die Kartoffeln zugeben und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Das Fleisch von den Knochen lösen und in Würfel schneiden. Die Fleischwürfel zum Eintopf geben und alles mit Salz, Pfeffer, Zucker und Majoran abschmecken. Kurz vor dem Servieren mit der Petersilie bestreuen.

Wochenthema: Wintergemüse und Wintersalate
Ute Herzog
Dienstag, 13.02.2001

Schwarzwurzeln im Teigmantel

500 g	Schwarzwurzeln
4 Scheiben	gekochter Schinken
2 EL	Essig
2	Eier
125 ml	Milch
100 g	Mehl
3 EL	Butter
150 ml	Gemüsebrühe
100 ml	Weißwein
5 EL	Emmentaler, gerieben
3 EL	Crème Fraîche
	Salz, Pfeffer
	Butterschmalz zum Anbraten

Eier, Milch, 75 g Mehl, 1 EL Butter und eine Prise Salz in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig verrühren. In einer Pfanne mit Butterschmalz nach und nach aus dem Teig 4 Pfannkuchen ausbacken.

Für die Schwarzwurzeln eine Schüssel mit Wasser und dem Essig vorbereiten. Die Schwarzwurzeln schälen und sofort bis zur weiteren Verarbeitung in das Essigwasser legen. In einem Topf mit Salzwasser die Schwarzwurzeln ca. 15-20 Minuten garen, herausnehmen und gut abtropfen lassen.

Auf jeden Pfannkuchen eine Scheibe Schinken legen und darauf die Schwarzwurzeln verteilen. Die Pfannkuchen aufrollen und mit der Naht nach unten in eine längliche, gefettete Auflaufformen legen.

2 EL Butter in einem Topf schmelzen, restliches Mehl einrühren und mit Wein und Gemüsebrühe ablöschen. Die Sauce 5 Minuten bei großer Hitze kochen lassen, dann 3 EL geriebenen Käse zugeben und schmelzen lassen. Crème Fraîche untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sauce über die Pfannkuchen gießen, mit dem restlichen Käse bestreuen und ca. 15 Minuten im Backofen (auf 200 Grad vorgeheizt) gratinieren.

Wochenthema: Wintergemüse und Wintersalate
Vincent Klink
Mittwoch, 14.02.2001

Rote-Bete-Salat mit Hähnchenbruststreifen

3	Rote Bete
1	Hähnchenbrust
1	Zwiebel, fein geschnitten
1	Schalotte, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, gepresst
1/8 l	Gemüsebrühe
1/2 Bund	Blattpetersilie
1/2 Bund	Schnittlauch
2 TL	Koriander, geschrotet
2 EL	Distelöl
1 EL	Rotweinessig
1 EL	Apfelessig
1/4 Stange	Lauch
1 EL	Sesam
2 EL	Waldhonig
2 TL	grüner Pfeffer
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten
	Olivenöl zum Abraten

Blattpetersilie und Schnittlauch fein schneiden. Rote Bete weichkochen, dann schälen und in kleine Würfel schneiden. Schalottenwürfel in einer Pfanne mit Butter anschwitzen, eine gepresste Knoblauchzehe zugeben und mit Gemüsebrühe ablöschen. Das Ganze unter die Rote Bete mischen, Koriander zugeben mit Salz und Pfeffer würzen. Schnittlauch und Petersilie untermischen und den Salat mit Öl und Rotweinessig abschmecken.

Die Hähnchenbrust in Streifen schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl rundum anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend warm stellen.

Den Lauch putzen und fein würfeln. In der Fleischpfanne die Zwiebelwürfel mit etwas Olivenöl anschwitzen, eine gepresste Knoblauchzehe, Sesam und grünen Pfeffer dazugeben. Den Honig untermischen und alles so lange weiter rösten, bis der Honig karamellisiert. Mit Apfelessig ablöschen, Lauch zugeben und das Hähnchenfleisch darunter mischen.

Hähnchenbruststreifen mit dem Rote-Bete-Salat anrichten.

Wochenthema: Wintergemüse und Wintersalate
Vincent Klink
Donnerstag, 15.02.2001

Waldorfsalat mit Schinkenhörnchen

1	kleine Sellerieknolle
1	Apfel
1 EL	Zitronensaft
2 EL	Mayonnaise
1 EL	geschlagene Sahne
2 EL	Walnüsse
1	Schalotte, fein geschnitten
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
80 g	gekochter Schinken
150 g	Blätterteig
1	Eigelb
1 EL	Milch
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten

Sellerie und Apfel schälen, in sehr dünne Streifen schneiden und mit Zitronensaft beträufeln. Die Hälfte der Walnüsse klein hacken und zusammen mit Mayonnaise und Sahne unter die Gemüsestreifen mischen. Den Salat mit Pfeffer und Salz abschmecken und mit den restlichen Walnüssen bestreuen.

Für die Schinkenhörnchen den Blätterteig auf einer bemehlten Fläche 3-4 mm dick ausrollen und anschließend in 4 spitz zulaufende Dreiecke schneiden. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Schalottenwürfel in etwas Butter anschwitzen. Die Pfanne vom Herd ziehen und Petersilie untermischen. Schinken in kleine Würfelchen schneiden und unter die Zwiebeln mischen. Auf jedes Teigdreieck etwas von der Schinkenmischung geben und den Teig von der breiten Seite her aufrollen. Die Hörnchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Eigelb mit 1 EL Milch verquirlen und die Hörnchen dünn damit bepinseln. Im heißen Ofen die Hörnchen ca. 20 Minuten goldgelb backen.

Schinkenhörnchen zum Waldorfsalat servieren.

Wochenthema: Sauer macht lustig: Leckerer (nicht nur) für Narren
Rainer Strobel
Montag, 19.02.2001

Feldsalat mit sauren Semmelknödeln

200 g	Feldsalat
4	Semmeln vom Vortag
100 ml	Milch
2	Zwiebel
2	Eier
20 g	Butter
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
1 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
20 ml	Obstessig
20 ml	Balsamico
40 ml	Sonnenblumenöl
	Salz, Pfeffer, Zucker, Majoran, Muskat

Die Milch zum Kochen bringen und die Semmeln in Scheiben schneiden. Dann die heiße Milch über die Semmelscheiben gießen. (Dabei nicht die ganze Milch auf einmal darüber gießen, die Menge hängt von der Beschaffenheit der Semmeln ab.)

Eine Zwiebel schälen, fein schneiden und in etwas Butter andünsten. Anschließend unter die eingeweichten Semmeln mischen. Die Semmelmasse mit Salz, Pfeffer, Muskat und Majoran würzen, Eier und Petersilie zugeben und mit den Händen gut untermischen. Den Teig 30 Minuten ruhen lassen. Anschließend aus dem Teig Knödel formen und diese ca. 20 Minuten in Salzwasser gar ziehen lassen. Dann die Knödel gut abkühlen lassen, in dünne Scheiben schneiden und kreisförmig auf Tellern anrichten.

Den Feldsalat gut waschen, abtropfen lassen und um die Knödelscheiben herum anrichten. Die übrige Zwiebel schälen, in ganz feine Scheiben schneiden und über die Knödel geben. Essige und Sonnenblumenöl mischen, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und das Dressing über Feldsalat und Knödel gießen. Mit Schnittlauchröllchen bestreuen und servieren.

Wochenthema: Sauer macht lustig: Leckerer (nicht nur) für Narren
Ute Herzog
Dienstag, 20.02.2001

Lachs im Sauerkrautmantel

250 g	Sauerkraut
250 g	Lachsfilet
2 Scheiben	Räucherlachs
1	Eigelb
2 EL	Crème Fraîche
2	Kartoffeln
1	Schalotte, fein geschnitten
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
1 EL	Dill, fein geschnitten
6	Stielkapern
75 ml	Gemüsebrühe
100 ml	Weißwein
75 ml	Sahne
1 EL	Senf
2 EL	Butter
2 EL	Mehl
etwas	Zitronensaft
	Salz, Pfeffer, Zucker
	Butterschmalz zum Anbraten
	Alufolie

Sauerkraut in einem Topf mit Wasser ca. 10 Minuten weich köcheln, herausnehmen und abtropfen lassen. 2/3 des Lachsfilets grob würfeln und mit dem Eigelb, Crème Fraîche, der Hälfte der Schalotten, Kräutern, etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer in einem Cutter zu einer Farce verarbeiten. Das restliche Lachsstück halbieren.

Zwei Alufolienrechtecke ausfetten, darauf die Hälfte des Sauerkrauts verteilen, mit der Lachsфарce bestreichen, Räucherlachs und die beiden Lachsstücke darauf legen. Mit Hilfe der Alufolie das Ganze aufrollen und die Seiten wie ein Bonbon dicht verschließen. Die Lachsrollen in leicht köchelndem Wasser 20 Minuten pochieren.

Die Kartoffeln schälen und fein hobeln. In einer Pfanne mit Butterschmalz die Kartoffeln ca. 5 Minuten garen, das restliche Sauerkraut zugeben und weitere 4 Minuten garen.

2 EL Butter in einem Topf schmelzen, Mehl und Senf einrühren, mit Gemüsebrühe und Wein ablöschen, restliche Schalottenwürfel zugeben und 5 Minuten kräftig durchkochen lassen.

Die Sauce mit etwas Zucker, Pfeffer und Salz abschmecken und durch ein Sieb passieren.

Dann wieder auf den Herd stellen und die Sahne unterrühren. Nochmals Abschmecken und die Stielkapern kurz in der Sauce erwärmen.

Sauerkrautkartoffeln auf Tellern anrichten, Lachsrollen auspacken und darauf geben. Mit der Sauce umgießen und servieren.

Wochenthema: Sauer macht lustig: Leckerer (nicht nur) für Narren
Vincent Klink
Mittwoch, 21.02.2001

Sauer gefüllte Lammschnitzel

4	Lammschnitzel à 100 g
3	Essiggurken
1/4 l	Gemüsebrühe
1/8 l	Rotwein
1/4 Stange	Lauch, fein gewürfelt
2	Zwiebeln, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
1 TL	Kümmel, gehackt
1 Msp	Piment
1 TL	Speisestärke
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten

Die Gurken fein schneiden. Zwiebeln in einem Topf mit Butter anschwitzen, Knoblauch, Lauch und Gurken zugeben und andünsten. Mit Wein und Gemüsebrühe ablöschen und so lange köcheln lassen, bis die Flüssigkeit um die Hälfte reduziert ist. Piment und Kümmel untermischen und anschließend die Sauce passieren. Gurken, Lauch und Zwiebeln für die Schnitzelfüllung aufheben. Die Sauce mit Speisestärke binden und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Schnitzel dünn klopfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Gurkenmasse auf die Schnitzel geben, diese aufrollen und mit Zahnstochern fixieren. In einer Pfanne mit Butter die Schnitzelrollen von allen Seiten anbraten und im Ofen bei 180 Grad ca. 10 Minuten fertig garen. Die Sauce nochmals erwärmen und zu den gerollten Lammschnitzeln reichen. Dazu passt gut Kartoffelbrei.

Wochenthema: Sauer macht lustig: Leckerer (nicht nur) für Narren
Vincent Klink
Donnerstag, 22.02.2001

Sauerkrautkuchen

250 g	Mehl
250 g	trockener Magerquark oder Schichtkäse
250 g	Butter
5	Eier
300 g	Sauerkraut
1/4 l	Sahne
3	Zwiebeln, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
1 EL	Bio-Gemüsebrühe-Pulver
1 TL	schwarzer Pfeffer
1 TL	Kümmel, geschrotet
1 Msp	Muskatnuss
1 Prise	Salz
	Butter zum Anbraten

Für den Teig Mehl, Quark, Butter und 1 Prise Salz auf ein Backbrett geben. Zuerst mit einem Messer gut durchhacken und später mit den Händen zu einem glatten Teig kneten. Diesen in Frischhaltefolie wickeln und eine Stunde im Kühlschrank ruhen lassen. Dann auf einer leicht bemehlten Fläche den Teig 2-3 cm dick ausrollen, wieder zusammenfalten und nochmals ausrollen. Das Ganze zweimal wiederholen, dann eine gebutterte Springform mit dem dünn ausgerollten Teig auslegen.

Den Ofen auf 200 Grad vorheizen. Zwiebeln und Knoblauch in einer Pfanne mit Butter anschwitzen. In eine Schüssel umfüllen, Sauerkraut, Eier, Sahne, Gemüsebrühe-Pulver, Pfeffer, Kümmel und Muskatnuss zugeben und gut vermischen. Die Masse in die ausgelegte Kuchenform füllen und ca. 20 Minuten backen.

Wochenthema: Sauer macht lustig: Leckerer (nicht nur) für Narren
Otto Koch
Freitag, 23.02.2001

Sardinen in Limonenmarinade

10	frische Sardinen
80 g	Schafskäse
1 Bund	Rucola
30 g	Walnüsse, gehackt
10 cl	Olivenöl
4 cl	frischer Limonensaft
2 cl	Essig
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
1	Limone zum Garnieren
	Salz, Pfeffer

Die Sardinen unter Wasser säubern und vorsichtig die Filets herausziehen oder -schneiden. Filets in eine flache Form legen. Olivenöl, Limonensaft, Essig und Petersilie mischen, über die Filets gießen und 2 Stunden in den Kühlschrank geben. Dann die Filets vorsichtig aus der Marinade nehmen, auf Tellern schön anrichten und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Schafskäse in Stücke schneiden. Rucola waschen und abtropfen lassen. Zwischen die Sardinen den Rucola legen und in die Mitte den Schafskäse geben. Alles mit etwas Marinade überziehen und zum Schluss die Walnüsse darüber streuen. Die Limone in Scheiben schneiden und zur Garnitur dazugeben.

Wochenthema: Mehlspeisen
Ute Herzog
Dienstag, 27.02.2001

Pikantes "Semmelgeräusch" mit Geflügelleber-Apfel-Ragout

350 g	geputzte Geflügelleber
2	Äpfel
175 ml	Milch
2	Eier
2	Brötchen
80 g	Mehl
1 EL	gemischte Kräuter, fein geschnitten
1	Schalotte, fein geschnitten
2 EL	Calvados
2 EL	Crème Fraîche
1 EL	Senf
	Salz, Pfeffer
	Leinöl oder Sonnenblumenöl

Milch und Eier kräftig aufschlagen, dann das Mehl langsam einarbeiten und den Teig etwas salzen. Die Schüssel zudecken und den Teig mindestens 30 Minuten ausquellen lassen. In der Zwischenzeit die Äpfel schälen, entkernen und würfeln. Die Brötchen in Scheiben schneiden und in eine Pfanne mit heißem Öl legen. Mit den Kräutern und der Hälfte der Schalottenwürfel bestreuen. Den Teig darüber gießen und das Semmelgeräusch von beiden Seiten goldgelb backen.

Die Geflügelleber würfeln und in einer separaten Pfanne mit Öl kurz anbraten, dann herausnehmen und mit einer Alufolie abdecken. Dann in der Pfanne die restlichen Schalottenwürfel glasig dünsten, die Apfelwürfel zugeben und gut anrösten. Mit Calvados ablöschen. Senf und Crème Fraîche einrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Leberwürfel nochmals kurz dazugeben.

Wochenthema: Mehlspeisen

Vincent Klink

Mittwoch, 28.02.2001

Gebratene Nussknöpfe mit Pflaumensauce

5 Eiweiß
2 Eigelb
75 g Zucker
20 g Mehl
4 cl Rum
1 EL Vanillezucker
1 EL Haselnüsse, gerieben
150 g Dörrpflaumen, ohne Kern
1/4 l Rotwein
1 EL Zitronensaft
1 TL Speisestärke
Schale einer Zitrone, unbehandelt
Butter zum Ausfetten
Puderzucker

Das Eiweiß mit 60 g Zucker cremig schlagen. Eigelb mit Rum, Vanillezucker und Schale einer halben Zitrone verquirlen. Mehl und Nüsse unter die Masse mischen und dann unter das cremig geschlagene Eiweiß heben. Ein Backblech mit Butter ausstreichen, den Ofen auf 160 Grad vorheizen. Mit einem Löffel Nocken aus der Masse abstechen und diese auf das Backblech setzen. Die Nocken ca. 15 Minuten im Ofen backen.

In der Zwischenzeit die Pflaumensauce zubereiten. Die Pflaumen halbieren, mit dem Rotwein (oder rotem Traubensaft), restlichem Zucker und Schale einer halben Zitrone in einen Topf geben und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Die Speisestärke mit dem Zitronensaft vermischen und zur Bindung unter die Sauce mischen.

Die Nocken auf Teller anrichten, mit Puderzucker bestreuen und die Sauce angießen.

Wochenthema: Mehlspeisen
Vincent Klink
Donnerstag, 01.03.2001

Sauerrahmdalken mit Apfelsauce

100 g	Mehl
125 g	Sauerrahm
4	Eier
1	Vanilleschote
75 g	Zucker
2	Äpfel
1/4 l	Apfelsaft
1 TL	Speisestärke
1 Prise	Salz
	Schale einer halben Zitrone, unbehandelt
	Butter zum Ausbacken

Die Eier trennen und Eigelb mit Sauerrahm, Mehl, Salz und Zitronenschale gut vermischen. Eiweiß mit 60 g Zucker und Vanillemark steif schlagen und den Eischnee unter die Sauerrahmmasse heben. In einer Pfanne etwas Butter erhitzen. Mit einem Löffel kleine Teigplätzchen in die Pfanne geben und diese beidseitig braten.

Die gebratenen Rahmdalken auf einen Teller geben und im Backofen bei ca. 60 Grad warm halten, bis der ganze Teig ausgebacken ist.

Die Äpfel entkernen, in dünne Scheiben schneiden und dann ganz fein würfeln. Speisestärke mit etwas Apfelsaft vermischen. In einer Pfanne etwas Butter erhitzen, die Äpfel zugeben und mit dem restlichen Zucker bestreuen. Zucker karamellisieren lassen, dann mit restlichem Apfelsaft ablöschen, gut durchkochen und zum Schluss die Sauce mit der Stärke binden. Die Rahmdalken mit der Apfelsauce anrichten.

ARD Buffet Rezepte März 2001

Wochenthema: Muschelküche

Rainer Strobel

Montag, 05.03.2001

Gebratene Jakobsmuscheln auf Blattspinat

12	Jakobsmuscheln
2	Limetten
300 g	Blattspinat
1	Knoblauchzehe
2 cl	Pernod
20 g	Butter
2 EL	Olivenöl
	Salz, Pfeffer, Muskat

Spinat waschen, abtropfen lassen und die Stiele entfernen. Knoblauch fein schneiden. Die Jakobsmuscheln längs aufschneiden und dabei den Muskel durchtrennen. Die Muscheln aus der Schale nehmen und von Sand befreien. Muscheln auf Küchenkrepp legen und mit Salz und Pfeffer würzen. Dann in einer Pfanne mit sehr heißem Olivenöl von beiden Seiten je 1 Minute braten. In einer separaten Pfanne den Knoblauch ganz kurz in Butter schwenken, dann Spinat und Pernod zugeben und mit Salz und Muskat würzen. Spinat nur 2 Minuten garen, dann anrichten. Die Muscheln auf den Spinat setzen. Aus 2 EL Olivenöl und Limettensaft eine Sauce aufschlagen und diese über die Muscheln geben. Mit Pfeffer aus der Mühle bestreuen und servieren.

Wochenthema: Muschelküche

Ute Herzog
Dienstag, 06.03.2001

Muscheln mit Ziegenkäse in der Tomate

500 g	Miesmuscheln
1/2 TL	Kümmel
3 - 5	Pfefferkörner, zerdrückt
300 ml	Weißwein
6	Tomaten
100 g	Ziegenfrischkäse
50 g	Kräuterbutter
1 EL	gemischte Kräuter, fein geschnitten
30 g	Semmelbrösel
100 g	Tomatenmark
3 EL	Crème Fraîche
etwas	Worcestersauce
etwas	Zitronensaft
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten

Die Muscheln unter fließendem Wasser gut waschen und entbarten. Geöffnete oder kaputte Muscheln gleich wegwerfen.

20 g Butter in einem großen Topf schmelzen, Pfefferkörner zugeben und mit Weißwein ablöschen. Kümmel und die geputzten Muscheln zugeben und bei geschlossenem Deckel die Muscheln 8 Minuten garen. Dabei den Topf mehrmals rütteln, um ein gleichmäßiges Garen zu garantieren. Die gekochten Muscheln aus der Schale lösen und 300 ml Muschelsud passieren und beiseite stellen.

Den Backofen auf 220 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen.

Von den Tomaten die Kuppen abschneiden und vorsichtig aushöhlen. Die Tomatenkuppen, das Muschelfleisch und die Hälfte des Ziegenkäses grob hacken, gut vermischen und die Tomaten damit füllen.

Den restlichen Ziegenkäse mit der Hälfte der Kräuterbutter, den gehackten Kräutern und den Semmelbröseln mischen. Mit dieser Masse die Tomaten kuppelförmig abdecken. Die gefüllten Tomaten in eine feuerfeste Form setzen und 15 Minuten in den Backofen geben.

Restliche Kräuterbutter in einem Topf schmelzen, Tomatenmark zugeben und mit dem Muschelsud ablöschen. Die Sauce etwas einkochen lassen und mit Zitronensaft, Worcestersauce, Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss Crème Fraîche unterrühren.

Die Tomaten anrichten und mit der Sauce umgießen. Dazu passt gut Reis.

Wochenthema: Muschelküche
Otto Koch
Mittwoch, 09.03.2001

Muscheln à la marinière

1 kg	Miesmuscheln
200 ml	trockener Weißwein
4	Schalotten, fein geschnitten
50 g	Butter
2 EL	Petersilie, fein geschnitten
	Saft einer (ca.) halben Zitrone
	Salz, Pfeffer
1/2	Baguettebrot

Die Muscheln unter fließendem Wasser gut waschen und entbart. Geöffnete oder kaputte Muscheln gleich wegwerfen.

Die Muscheln in eine Kasserolle geben. Auf starkem Feuer erhitzen und Weißwein und Schalotten zugeben. Bei geschlossenem Deckel ständig den Topf schütteln, bis der Wein kocht und die Muscheln nach einigen Minuten aufgegangen sind. Dann den Fond in einen Topf abgießen. Die Muscheln abgedeckt warm halten. Muscheln, die sich nicht geöffnet haben, wegwerfen.

Den Fond um die Hälfte einkochen. Butter langsam unterrühren und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Muscheln können dann unterschiedlich angerichtet werden. Dazu Baguettebrot reichen. Erstens in der Schale in Suppentellern anrichten, mit der Sauce übergießen und mit Petersilie bestreuen.

Zweitens aus der Schale lösen, dann in der halben Schale auf flachen Tellern anrichten, mit der Sauce übergießen und mit Petersilie bestreuen.

Drittens aus der Schale lösen und mit ein paar, in Gemüsebrühe blanchierten, Gemüsestreifen in Suppenteller geben, mit der Sauce übergießen und mit Petersilie bestreuen.

Wochenthema: Fleischlose Genüsse
Rainer Strobel
Montag, 12.03.2001

Bunter Kartoffelkuchen

500 g	Kartoffeln, mehlig kochend
1	Zwiebel
2	Eier
3 EL	Crème Fraîche
3 EL	Kartoffelstärke
100 g	Bergkäse, gerieben
300 g	Zucchini
3	Tomaten
1 Stange	Lauch
3	Knoblauchzehen
2 EL	Öl
	Salz, Pfeffer, Paprika

Die Zwiebel in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit Öl glasig dünsten. Die Kartoffeln schälen und auf einer Gemüsereibe raspeln. Dann Kartoffeln und Zwiebeln mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Eiern, Crème Fraîche, Kartoffelstärke und der Hälfte des Käses mischen. Alles in eine gefettete Springform und im auf 220 Grad (Ober-Unterhitze) vorgeheizten Ofen 30 Minuten backen. In der Zwischenzeit Zucchini in feine Streifen und Lauch in feine Ringe schneiden. Tomaten würfeln und Knoblauch fein hacken. Das Gemüse in einer Pfanne mit Öl anschwitzen und mit Pfeffer und Salz würzen. Dann auf den Kartoffelkuchen geben, mit dem restlichen Käse bestreuen und nochmals 10 Minuten im Backofen backen.

Den Kuchen kurz stocken lassen, aus der Form nehmen, in Stücke schneiden und warm servieren.

Wochenthema: Fleischlose Genüsse

Ute Herzog

Dienstag, 13.03.2001

Gemüsebandnudeln mit Sauce Mornay gratiniert

2 Karotten

1	Zucchini
1/2	Rettich
1/8 l	Milch
2	Eigelb
3 EL	Sahne
30 g	Emmentaler, gerieben
1	Zwiebel, fein geschnitten
20 g	Mehl
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Butter zum Anbraten

Den Backofen auf 220 Grad (Ober- Unterhitze) vorheizen. Gemüse waschen und putzen und mit den Sparschäler lange schmale Streifen abziehen. Die unterschiedlichen Gemüsestreifen nacheinander blanchieren. Zuerst die Karottenstreifen ins kochende Salzwasser geben, nach 3 Minuten die Rettichstreifen und nach weiteren 2 Minuten die Zucchiniestreifen. Alles noch eine knappe Minute blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen.

In einem Topf mit Butter Zwiebelwürfel glasig dünsten. Mit Mehl bestäuben. Milch und ca. 1/8 l Blanchiersud angießen und alles ca. 5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Eigelb mit Sahne und etwas heißer Sauce verrühren, dann alles in die Sauce geben und aufkochen lassen. Den Käse zugeben und unter Rühren schmelzen lassen. Noch mal abschmecken. Die Gemüsestreifen in eine Auflaufform oder feuerfeste, möglichst tiefe Teller geben, die Sauce darüber gießen und 15 Minuten im Backofen überbacken.

Wochenthema: Fleischlose Genüsse
Vincent Klink
Mittwoch, 14.03.2001

Spinatgnocchi mit Käsesauce

500 g	Kartoffeln, mehlig kochend
100 g	Blattspinat
5	Eigelb
50 g	Parmesan, frisch gerieben
ca. 3 EL	Mehl
1	Schalotte, fein geschnitten

50 g Bergkäse, gerieben
1/4 l Milch
Pfeffer, Salz, Muskat
Butter zum Anbraten

Spinat waschen und die Stiele entfernen, dann die Blätter in Salzwasser kurz blanchieren, gut ausdrücken und fein hacken. Die Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser weich kochen. Das Wasser abgießen und den Topf mit den Kartoffeln noch mal auf den Herd stellen, hin und her schütteln, so dass die Kartoffeln gut ausdampfen können. Die Kartoffeln noch heiß durch eine Presse drücken. Eigelb, Spinat, Parmesan, ca. 2 EL Mehl, Salz, Pfeffer und Muskat unterarbeiten. Den Teig zu kleinen Würstchen formen, in kleine Stücke schneiden und mit einer Gabel Rillen eindrücken. In leicht kochendem Salzwasser die Gnocchi ziehen lassen, bis sie oben schwimmen.

Für die Sauce in einer Pfanne mit Butter die Schalotten anschwitzen, mit 1 EL Mehl bestäuben und mit der Milch ablöschen. Mit dem Schneebesen alles glatt rühren und kurz durchkochen. Dann den geriebenen Bergkäse zugeben und schmelzen lassen. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Gnocchi anrichten, mit etwas brauner Butter beträufeln und die Sauce angießen.

Wochenthema: Fleischlose Genüsse
Vincent Klink
Donnerstag, 15.03.2001

Kartoffelcrêpes mit Champignons

4 große Kartoffeln, mehlig kochend
1 EL Mehl
2 Eier
1/4 l Milch
200 g Champignons
1 Schalotte, fein geschnitten

1 Knoblauchzehe, gepresst
1/4 l Sahne
1 TL Mehlbutter
Muskat, Pfeffer, Salz
Olivenöl und Butter zum Anbraten

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser weich kochen. Das Wasser abgießen und die Kartoffeln durch eine Presse drücken und etwas abkühlen lassen. Kartoffeln mit Mehl, Eiern und Milch vermischen und mit Pfeffer, Salz und Muskat würzen. In einer Pfanne mit Olivenöl aus dem Teig nach und nach Crêpes ausbacken.

Für die Champignonsauce die Pilze in feine Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit Butter Schalotte und Knoblauch anschwitzen. Pilze zugeben und andünsten. Mit Sahne ablöschen und mit Mehlbutter binden. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und mit den Kartoffelcrêpes anrichten.

Wochenthema: Fleischlose Genüsse

Fred Nowack

Freitag, 16.03.2001

Muschelnudeln mit getrüffelnder Carbonara und grünem Spargel

250 g Muschelnudeln (ital. Lumanche)
200 g grüner Spargel
3 - 4 Eigelb
300 ml Sahne
1 EL getrocknete Tomaten, gehackt
1 EL Trüffelöl (ersatzweise Walnussöl)
2 EL Parmesan, frisch gerieben
1 EL Thymianblättchen
1 Zweig Blattpetersilie, fein geschnitten

1 TL	Schnittlauch, fein geschnitten
1 TL	Butter
etwas	Bio-Gemüsebrühe-Pulver
	Salz, Pfeffer

Die Nudeln bissfest abkochen. Spargel waschen, am unteren Teil schälen und holzige Enden entfernen. Spargel in kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten blanchieren und danach sofort in kaltem Wasser abschrecken. Vom Kochsud 200 ml aufbewahren. Spargel in kleine Stücke schneiden und zur Seite stellen. Sahne, 200 ml Spargelsud und getrocknete Tomaten in einen Topf geben und leicht einkochen lassen. Mit Pfeffer, Salz, Thymian und etwas Gemüsebrühe-Pulver abschmecken. Nudeln zugeben und in der Sauce schwenken, Spargel, restliche Kräuter, Parmesan und Butter in kleinen Flöckchen zugeben. Kurz aufkochen lassen, abschmecken und vom Herd ziehen. Eigelb unter ständigem Rühren nach und nach zugeben, bis die Sauce bindet. (Wichtig: Die Sauce darf nicht mehr kochen, sonst gerinnt das Eigelb.) Zum Schluss mit dem Trüffelöl abschmecken und servieren.

Wochenthema: Frühlingserwachen: Kochen mit den ersten Kräutern
Rainer Strobel
Montag, 19.03.2001

Sauerampfersuppe mit Frischkäsenocken

2	Kartoffeln
2 Bund	Sauerampfer
1	Zwiebel
1 Stange	Lauch
1/4	Sellerieknolle
3/4 l	Gemüsebrühe
200 ml	Sahne
200 g	Frischkäse
2	Eigelb

2 EL	Mehl
3 EL	Öl
50 g	Butter
	Salz, Pfeffer

Kartoffeln, Zwiebel, Lauch und Sellerie schälen bzw. putzen und in 1 cm große Würfel schneiden. Die Stiele vom Sauerampfer abschneiden. Stiele und gewürfeltes Gemüse in einem Topf mit etwas Öl andünsten, mit Gemüsebrühe auffüllen und ca. 15 Minuten leicht köcheln lassen. Dann die Sahne zugeben, kurz aufkochen und die Suppe mit einem Mixstab pürieren. Die Sauerampferblättchen (ein paar zur Dekoration aufbewahren) zugeben und pürieren. Zum Schluss die Butter unterarbeiten und die Suppe mit Pfeffer und Salz abschmecken. Für die Nocken Frischkäse mit Eigelb und Mehl vermischen. Aus der Masse Nocken abstechen und diese im leicht siedenden Salzwasser 5 Minuten ziehen lassen. Die Nocken in die Suppe geben und mit Sauerampferblättchen garnieren.

Wochenthema: Frühlingserwachen: Kochen mit den ersten Kräutern
Ute Herzog
Dienstag, 20.03.2001

Bärlauchserviettenkloß mit Kaninchenragout

1	Kaninchenfilet
100 g	Morcheln
2	Zwiebeln, fein geschnitten
1 EL	Senf
3 EL	Rotwein
3 EL	Portwein
3 EL	Crème Fraîche
150 ml	Gemüsebrühe
3	Brötchen
1	Ei
6	Bärlauchblätter
1 TL	Kräuterbutter
etwas	Milch
	Salz, Pfeffer, Muskat

Butter zum Anbraten

Die Brötchen grob würfeln. Kräuterbutter in einem Topf schmelzen, eine feingeschnittene Zwiebel darin glasig dünsten, Milch zugeben und leicht erwärmen. Alles über die Brötchen gießen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Zum Schluss das Eigelb und fein geschnittenen Bärlauch untermischen. Sollte der Teig zu feucht sein, noch etwas Semmelbrösel zugeben. Eine Serviette einfetten, die Knödelmasse hineingeben und zu einer Rolle formen. Gut zubinden und den Kloß in leicht siedendem Wasser 30 Minuten gar ziehen lassen. Anschließend kalt abschrecken, auswickeln und abkühlen lassen. Die Morcheln mehrmals in kaltem Wasser gut ausschwenken, damit der Sand herausgespült wird.

Das Kaninchenfilet in einer Pfanne mit Butter kurz von allen Seiten anbraten und fest in Alufolie einwickeln.

Die restliche Zwiebel in der Fleischpfanne mit Butter glasig dünsten. Die Morcheln dazugeben, gut durchrösten und mit Gemüsebrühe ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, 5 Minuten köcheln lassen. Senf, Rotwein und Portwein mischen und zu den Morcheln geben. Das Kaninchenfilet auswickeln, in Scheiben schneiden, zu den Morcheln geben und noch 3 Minuten darin ziehen lassen. Zum Schluss Crème Fraîche einrühren und abschmecken.

Den Serviettenkloß in Scheiben schneiden, diese in Butter kurz anbraten und ringförmig auf die Teller geben. In die Mitte das Ragout geben.

Wochenthema: Frühlingserwachen: Kochen mit den ersten Kräutern

Vincent Klink

Mittwoch, 21.03.2001

Forellenlasagne mit Kräutersauce

8	Lasagne-Teigplatten
300 g	Forellenfilet ohne Haut
1/2 l	Sahne
1	Schalotte, fein geschnitten
1/2 TL	Koriander, gemahlen
2	Salbeiblätter, fein geschnitten
1 EL	Sauerampfer, fein geschnitten
1 EL	wilden Schnittlauch, fein geschnitten
1/8 l	Gemüsebrühe
1 EL	Mehlbutter
	Saft einer (ca.) halben Zitrone
	Pfeffer, Salz, Muskat
	Butter zum Anbraten

Die Forellenfilets in Streifen schneiden und mit 1/4 l Sahne, Koriander und etwas Salz in einen Cutter geben und zu einer Farce verarbeiten.

Für die Sauce Schalotten in einem Topf mit etwas Butter anschwitzen, mit Brühe und Zitronensaft ablöschen und um die Hälfte einkochen lassen. Dann Mehlbutter untermischen und die Sauce binden. 1/4 l Sahne, Salbei, Sauerampfer und Schnittlauch untermischen und kurz aufkochen lassen. Die Sauce mit Pfeffer, Salz und Muskat abschmecken.

Die Lasagneblätter in Salzwasser bissfest kochen.

Eine Auflaufform mit Butter ausfetten, Lasagneblätter einlegen, etwas Farce darauf geben und mit Sauce begießen. Darauf wieder Lasagneblätter, Farce, Sauce und die letzten Teigplatten geben. Mit der restlichen Sauce übergießen und bei 180 Grad (Ober-Unterhitze) ca. 20 Minuten im Ofen garen.

Wochenthema: Frühlingserwachen: Kochen mit den ersten Kräutern

Vincent Klink

Donnerstag, 22.03.2001

Lendchen mit wildem Schnittlauch und Brennesselgemüse

400 g	Schweinefilet
1 Bund	wilder Schnittlauch, fein geschnitten
2 EL	Weißbrotwürfel
2	Eigelb
1 EL	Butterflöckchen
2 EL	Weißwein
300 g	junge Brennesselblätter
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
1 TL	Mehl
1 TL	Bio-Gemüsebrühe-Pulver
1/8 l	Sahne
	Butterschmalz zum Anbraten
	Salz, Pfeffer, Muskat

Schweinefilet in Medallions schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit Butterschmalz die Medallions von beiden Seiten je 3 Minuten anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Die Weißbrotwürfel in der Pfanne rösten.

Eigelb und Weißwein in eine Schlagschüssel geben und im heißen Wasserbad steif schlagen. Butterflöckchen untermischen. Schnittlauch zugeben und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Medaillons in eine feuerfeste Form geben mit den Weißbrotwürfeln bestreuen und mit der Sauce überziehen. Unter der Grillschlange oder bei max. Oberhitze gratinieren. Für das Gemüse die Brennesselblätter gut waschen und in einem Tuch trocken schleudern. In einer Pfanne mit etwas Butter zusammenfallen lassen. Dann auf ein Sieb geben, gut ausdrücken und fein hacken.

Schalotte und Knoblauch in einer Pfanne mit Butter anschwitzen. Mit Mehl bestäuben und die Sahne untermischen. Mit Gemüsebrühenpulver, etwas Salz, Pfeffer und Muskat würzen und Brennesseln untermischen.

Schweinemedallions mit dem Gemüse anrichten.

Wochenthema: Frühlingserwachen: Kochen mit den ersten Kräutern

Otto Koch

Freitag, 23.03.2001

Kräuter-Kartoffel-Küchlein mit Joghurtsauce

500 g	Kartoffeln
2	Eigelb
2 EL	Petersilie, fein geschnitten
1 EL	Basilikum, fein geschnitten
1 EL	Schnittlauch, fein geschnitten
1 EL	Kerbel, fein geschnitten
1 EL	Bärlauch, fein geschnitten
250 g	griechischer Joghurt
100 g	Gurke, fein geschnitten
1 - 2	Knoblauchzehen, gepresst
etwas	Kartoffelmehl
1	Eichblattsalatkopf
1/2 Bund	Rucola
4 EL	kaltgepresstes Olivenöl
2 EL	Sherryessig
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Olivenöl zum Anbraten

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser weich kochen. Das Wasser abschütten und die Kartoffeln noch heiß durch die Kartoffelpresse drücken. Bis auf 1 EL fein geschnittene Petersilie alle Kräuter und Eigelb zugeben. Alles gut vermischen und den Kartoffelteig mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Kartoffelteig auf einem Brett, das mit Kartoffelmehl gepudert ist, zu einer Rolle formen und dann in Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit Olivenöl die Kartoffelküchlein langsam braten bis sie goldbraun sind. In der Zwischenzeit den Joghurt mit Gurken und Knoblauch mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Sherryessig, Olivenöl und Petersilie zu einer Vinaigrette verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eichblattsalat und Rucola putzen, waschen und mit der Vinaigrette anmachen. Salat mit den Kartoffelküchlein und der Sauce anrichten.

Wochenthema: Ganz schön schnittig: Geschnetzeltes

Rainer Strobel

Montag, 26.03.2001

Geschnetzeltes von Ente und Scampi

2	Entenbrüste à 200 g
6	Scampi
1 Stück	Ingwerwurzel
2	Knoblauchzehen, fein geschnitten
1	rote Chilischote
je 1	grüne und rote Paprika
2	Lauchzwiebeln
1	Eiweiß
2 EL	Maisstärke
4 EL	Sojasauce
100 ml	Geflügelbrühe
3 EL	Reiswein oder Sherry
etwas	Sesamöl
etwas	Erdnussöl zum Anbraten
	Salz, Pfeffer, Zucker

Entenbrüstchen in 1 cm starke Scheiben schneiden. Sojasauce, etwas Sesamöl, fein gehackter Ingwer und Knoblauch vermischen und das Fleisch 30 Minuten darin marinieren. Scampi schälen und den Darm entfernen. Paprika und Chili waschen, halbieren, Stiele und Samen entfernen und in dünne Streifen schneiden. Die Lauchzwiebeln in Röllchen

schneiden. Eiweiß und 1 EL Maisstärke zum Entenfleisch geben und gut verrühren. Etwas Erdnussöl im Wok oder in einer Pfanne erhitzen, das Fleisch zugeben und ca. 3 Minuten braten, Scampi zugeben und noch eine Minute braten. Dann Fleisch und Scampi herausnehmen. Wieder etwas Öl erhitzen, Paprikastreifen und Lauchzwiebeln zugeben und unter Rühren 2 Minuten braten. Zucker, Reiswein und Geflügelbrühe zugeben. Dann Fleisch und Scampi wieder untermischen und noch mal erhitzen. Alles mit in etwas Wasser gelöster Maisstärke abziehen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und etwas Sesamöl darüber träufeln und anrichten. Dazu Basmatireis servieren.

Wochenthema: Ganz schön schnittig: Geschnetztes
Ute Herzog
Dienstag, 27.03.2001

Zandergeschnetztes à l'orange

400 g	Zanderfilet
150 g	Blattspinat
3	große Orangen, unbehandelt
1	Zwiebel, fein geschnitten
100 ml	Gemüsebrühe
1/2 EL	Zucker
3 EL	Crème Fraîche
etwas	Zitronensaft
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Butter zum Anbraten

Den Backofen auf 220 Grad vorheizen und die Teller darin heiß werden lassen. Zanderfilet in feine Streifen schneiden und diese mit einem breiten Messer flach drücken. Von einer Orange etwas Schale abschneiden und in feine Streifen schneiden. Dann die Orange schälen und filetieren, von den beiden anderen den Saft auspressen. In einem Topf mit Butter Zwiebeln glasig dünsten. Orangenhautstreifen zugeben, mit Zucker bestreuen und leicht karamellisieren lassen. Orangenfilets, -saft und Gemüsebrühe zugeben und etwas einkochen lassen. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Sauce durch ein Sieb passieren, nochmals erwärmen und Crème Fraîche darin auflösen. Spinat waschen, gut abtropfen lassen und in einer Pfanne mit Butter zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Zanderstreifen roh auf die heißen Teller legen, dort garen sie sofort. Spinat in die Mitte geben und mit der Orangensauce umgießen.

Dazu passt gut Reis.

**Wochenthema: Ganz schön schnittig: Geschnetzeltes
Vincent Klink
Mittwoch, 28.03.2001**

Indisches Schnetzelhuhn mit Haselnusspilaw

2	Hähnchenbrüste
2	Zwiebeln, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
1	rote Paprika
1/2	Chilischote
1/2 TL	Kardamom
1/2 TL	Zimt
2 Msp	Piment
2 Msp	Nelken, gemahlen
2 Msp	Kurkuma
2 EL	Waldhonig
2 EL	Apfelessig
3 Stangen	Frühlingslauch
1	Schalotte, fein geschnitten
150 g	Langkornreis
50 g	Haselnüsse, gehackt
1/2 l	Gemüsebrühe
	Pfeffer, Salz
	Olivenöl und Butter

Haselnüsse in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten. Paprika und Chili entkernen und fein würfeln. Frühlingslauch in feine Röllchen schneiden.

In einem Topf mit Butter die Schalottenwürfel glasig dünsten. Je 2 Msp Zimt, Nelken, Kardamom, Kurkuma und Pfeffer zugeben und mit Gemüsebrühe ablöschen. Den Reis zugeben und ca. 20 Minuten in der Brühe garen. Zum Schluss die gerösteten Haselnüsse untermischen und den Reis mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Hähnchenbrüste schnetzeln, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Olivenöl rundum anbraten. Dann herausnehmen und warm stellen. In der Fleischpfanne die gewürfelten Zwiebeln mit Paprika und Chili anschwitzen, Knoblauch zugeben und leicht rösten. Honig zugeben und diesen karamellisieren lassen. Mit Essig ablöschen und je 2 Msp Kardamom, Zimt und Piment untermischen. Frühlingslauch und Fleisch dazugeben und noch einmal gut durchschwenken. Mit dem Haselnussreis anrichten.

**Wochenthema: Ganz schön schnittig: Geschnetztes
Vincent Klink
Donnerstag, 29.03.2001**

Matjestreifen in Crème Fraîche mit Selleriekartoffeln

4	Matjesfilets
300 g	Kartoffeln, mehlig kochend
200 g	Sellerie
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Apfel
50 g	junge Spinatblätter
1 TL	Schnittlauch, fein geschnitten
etwas	frischer Ingwer
1 TL	Koriander, gestoßen
1 TL	scharfer Senf
1 EL	Weißwein
100 g	Crème Fraîche
2	Kapern, fein geschnitten
	Pfeffer, Salz
	Olivenöl zum Anbraten

Die Matjesfilets auf ihren Salzgehalt prüfen und evtl. wässern. Dann in Streifen schneiden. Spinatblätter waschen, abtropfen lassen und fein schneiden, den Apfel schälen und in kleine Würfel schneiden. Ingwer schälen und in feine Streifen schneiden, es sollte ungefähr einen Esslöffel ergeben. Crème Fraîche mit Schnittlauch, Ingwer, Koriander, Senf, Weißwein, Kapern und etwas Pfeffer mischen. Matjes, Apfel und Spinat in eine Schüssel geben und die angemachte Crème Fraîche darunter mischen.

Kartoffeln und Sellerie schälen und in Würfel schneiden. In einer Pfanne mit Olivenöl Kartoffeln und Sellerie bei geringer Hitze ca. 20 Minuten garen. Kurz vor Ende der Garzeit Schalotten untermischen und anrösten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Matjesstreifen mit den Selleriekartoffeln anrichten.

**Wochenthema: Ganz schön schnittig: Geschnetzeltes
Iris Precht-Hallé
Freitag, 30.03.2001**

Gschnetzeltes von der Pute mit Frühlingsgemüse im Brickteig

300 g	Putenbrust
2 Blätter	Brickteig
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Baby-Ananas
200 g	grüner Spargel
2 Stangen	Frühlingslauch
100 g	Crème Fraîche
1 Bund	Kerbel, fein geschnitten
100 ml	Hühnerbrühe
30 g	Butter
	Salz, Pfeffer, Chilipulver

2 Glasschälchen mit 10 cm Durchmesser mit je einem Teigblatt auslegen. Den Backofen auf 100 Grad vorheizen, dann ausschalten. Aus Alufolie zwei Kugeln formen, diese in die Mitte der Schälchen legen und 5 Minuten in den warmen, abgeschalteten Ofen geben (der Teig sollte keine Farbe nehmen). Die Schälchen zur Seite stellen, Alufolie entfernen und kurz vor dem Servieren die gebackenen Teigschälchen aus den Glasschalen nehmen.

Putenbrust in schmale Streifen schneiden. Ananas schälen, vierteln, den Strunk in der Mitte entfernen und das Fruchtfleisch in gleichmäßig große Stücke schneiden. Frühlingslauch gut waschen und in dünne Scheiben schneiden. Spargel ebenfalls waschen, die Kopfenden abschneiden und den Rest in dünne Scheiben schneiden. Die Kopfenden in Salzwasser bissfest kochen.

In einer großen Pfanne mit Butter die Putenbruststreifen kräftig anbraten, mit Salz, Pfeffer und Chili würzen. Dann herausnehmen und das Fleisch warm stellen. In die Pfanne

Schalotte, Frühlingslauch und Ananasstücke geben und kurz anbraten. Mit der Hühnerbrühe auffüllen, die Spargelscheiben zugeben und ca. 5 Minuten köcheln lassen.

Zum Schluss Crème Fraîche und die Hälfte des Kerbels zugeben, gut untermischen und noch einmal aufkochen lassen. Das Fleisch wieder zugeben und noch mal heiß werden lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Geschnetzelte in die Teigschälchen füllen, mit den Spargelköpfen und restlichem Kerbel garnieren und servieren.

Tipp: Um den Teigschälchen eine grüne Farbe zu geben, einige Stängel Petersilie mit 2 EL Öl pürieren und den Teig damit einstreichen.

ARD Buffet Rezepte April 2001

Vitalküche: Mineralstoffen und Spurenelementen auf der Spur

Rainer Strobel

Montag, 02.04.2001

Brokkoli mit Vollkornnudeln in Gorgonzolasauce

2	Brokkoli
100 g	getrocknete Tomaten
4	Lauchzwiebeln
2	Knoblauchzehen
200 g	Vollkornbandnudeln
100 g	Gorgonzola
100 ml	Sahne
100 ml	Weißwein
20 ml	Olivenöl
20 g	Parmesan
	Salz, Pfeffer, Muskat

Brokkoli putzen, Röschen abtrennen, in kochendem Salzwasser 2 Minuten blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Die Nudeln in reichlich Salzwasser bissfest kochen. Die Lauchzwiebeln in Röllchen schneiden. Für die Sauce die Hälfte der Lauchzwiebeln in Weißwein dünsten, den Gorgonzola zugeben und schmelzen lassen. Mit Sahne auffüllen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Restliche Lauchzwiebeln, fein geschnittene Tomaten und Knoblauch in einer großen Pfanne mit Olivenöl anschwitzen. Den Brokkoli zugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Nudeln zugeben und alles gut durchschwenken. Brokkolinudeln anrichten, die Sauce darüber geben und geriebenen Parmesan darüber streuen.

Vitalküche: Mineralstoffen und Spurenelementen auf der Spur
Ute Herzog
Dienstag, 03.04.2001

Gefüllte Gemüsezwiebeln

2	große Gemüsezwiebeln
1/2 l	Gemüsebrühe
200 g	gekochter Reis
1 Bund	Blattpetersilie
300 g	Rucola
1 EL	Rosinen
2	Schalotten, fein geschnitten
1/2	Apfel
1 EL	Zitronensaft
3 EL	Pinienkerne
1	Ei
4 EL	Emmentaler, gerieben
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl, Butter

Rosinen ca. 30 Minuten in etwas Wasser einweichen. Apfel entkernen, raspeln und mit Zitronensaft beträufeln. Gemüsezwiebeln schälen und 15 - 20 Minuten (je nach Dicke) in der Gemüsebrühe garen, herausnehmen und etwas abkühlen lassen. Rucola in feine Streifen schneiden. Die Hälfte der Blattpetersilie fein schneiden, den Rest wie folgt weiterverarbeiten. Je ein Drittel Rucola und Blattpetersilie zur Seite legen, den Rest kurz im Zwiebelsud blanchieren und anschließend gut abtropfen lassen. Blanchierte Rucolastreifen und blanchierte und rohe Blätter der Petersilie grob zerkleinern und mit Olivenöl, den Pinienkernen, etwas Zitronensaft und etwas Käse in einem Mörser oder Cutter zu Pesto verarbeiten. Das Pesto mit etwas Zwiebelsud verdünnen und nochmals abschmecken. Die Rosinen abtropfen lassen und sehr fein hacken. Von den Gemüsezwiebeln einen Deckel abschneiden und das Innere vorsichtig herauslösen. Zwiebeldeckel und -fleisch fein schneiden und mit 2 EL Reis, Ei, der Hälfte der Schalottenwürfel, Rosinen, gehackter Petersilie, unblanchierten Rucolastreifen und Apfelraspeln mischen. Die Masse in die ausgehöhlten Zwiebeln füllen und mit Käse bestreuen. Die Zwiebeln in eine gefettete Auflaufform setzen und im auf 200 Grad (Heißluft) vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten garen.

Die restlichen Schalottenwürfel in einer Pfanne mit Butter glasig dünsten, den Reis zugeben und erwärmen. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen.
Den Reis als Ring auf einem Teller anrichten, die Zwiebeln in die Mitte setzen und mit der Pesto-Sauce umgießen.

Vitalküche: Mineralstoffen und Spurenelementen auf der Spur
Vincent Klink
Mittwoch, 04.04.2001

Schafskäse in Kartoffeln geröstet mit Linsensalat

5	große Kartoffeln
150 g	Fetakäse
250 g	kleine Linsen (grün oder braun)
2	Zwiebeln, fein geschnitten
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Karotte
1 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
7 EL	kaltgepresstes Olivenöl
2 EL	Rotweinessig
2 EL	Weißwein
2 TL	Dijonsenf
1 Msp	Zimt
1 TL	Zucker
	Salz, Pfeffer
	Butter, Olivenöl zum Anbraten

Kartoffeln in Salzwasser weich kochen, anschließend pellen und etwas auskühlen lassen.
Die Linsen ca. 20 Minuten in Salzwasser weich kochen. Die Zwiebeln in einem Topf mit etwas Butter glasig dünsten, Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden. Eine Auflaufform einfetten und die Hälfte der Kartoffelscheiben einschichten. Darauf die Zwiebelschmelze verteilen und den klein geschnittenen Käse verteilen. Mit den restlichen Kartoffeln abdecken, mit Butterflöckchen bestreuen und unter der Grillschlange gratinieren.

Für den Salat Schalotte in etwas Olivenöl anschwitzen. Die Karotte schälen, in ganz feine Würfel schneiden und zusammen mit den Schalotten in eine Schüssel geben.

Gekochte Linsen ebenfalls dazugeben. Olivenöl mit Essig, Wein, Senf, Zimt, Zucker, Pfeffer und Salz mischen und über die Linsen geben. Alles gut durchmischen und mit Schnittlauch bestreuen.

Salat mit den Kartoffeln anrichten.

Vitalküche: Mineralstoffen und Spurenelementen auf der Spur
Vincent Klink
Donnerstag, 05.04.2001

Rotbarsch in Fenchel

300 g	Rotbarschfilet
2	große Fenchelknollen
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Ei
4 EL	Weißbrot, gerieben
1 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
1	frisches Lorbeerblatt, fein geschnitten
1 TL	Bio-Gemüsebrühepulver
	Salz, Pfeffer
	Butter

Die Fenchelknollen am Wurzelstrunk knapp abschneiden und in Salzwasser weich kochen, dann kalt abschrecken und die einzelnen Blätter von der Knolle abtrennen. Die Rotbarschfilets mit Pfeffer und Salz würzen und in einer Pfanne mit Butter von beiden Seiten je 3 Minuten braten. Dann Fischfilet in eine Schüssel geben und mit einer Gabel zerdrücken. In der Pfanne die Schalotten anschwitzen und zum Fisch geben. Ebenfalls Petersilie, Lorbeerblatt, Ei, Gemüsebrühepulver und 2 EL Weißbrotbrösel zugeben und alles gut vermischen. Die Fenchelblattschalen mit Pfeffer und Salz würzen und die Fischmasse einfüllen. Alles in eine gebutterte Auflaufform setzen, mit Butterflöckchen und den restlichen Brotbröseln bestreuen und im Ofen bei 180 Grad ca. 10 Minuten gratinieren.

Köstliches für Ostern
Rainer Strobel
Montag, 09.04.2001

Gemüsegefüllte Maispouardenbrust mit Rucolasauce

2	Maispouardenbrüste à 200 g
1	Möhre
1/2	Brokkoli
2	Lauchzwiebeln
4	Shiitakepilze
1/2 Bund	Basilikum
100 ml	Sahne
2 EL	Geflügelbrühe
2 Bund	Rucola
20 g	Butter
20 ml	Olivenöl
	Salz, Pfeffer

Den Flügelknochen der Maispouardenbrüstchen sauber putzen und die Haut am Flügel entfernen. In die Brust einen ca. 5 cm langen und 3 cm tiefen Schnitt machen.

Gemüse putzen, vom Brokkoli Röschen abtrennen, Möhre und Pilze in Streifen schneiden. Brokkoli und Möhrenstreifen blanchieren.

In jede Brüstchentasche Basilikumblätter stecken, mit Brokkoli, Möhren und Pilzen füllen. Die Brüstchen mit Salz und Pfeffer würzen und die Tasche mit einem Holzzahnstocher schließen.

Die Brüstchen in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten 1 Minute anbraten und dann ca. 12 Minuten im auf 160 Grad (Heißluft) vorgeheizten Ofen garen. Dann etwas ruhen lassen.

Frühlingszwiebeln klein schneiden und in einem Topf mit Butter anschwanken. Mit Sahne und Geflügelbrühe auffüllen, das Ganze um die Hälfte reduzieren lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Rucola und Sauce in einen Mixbecher geben und gut durchmischen.

Die Hähnchenbrust in 1 cm breite Streifen aufschneiden, die Sauce angießen und servieren. Dazu passt gut Langkornreis.

Köstliches für Ostern
Ute Herzog
Dienstag, 10.04.2001

Sahne-Eier in Brot

2 Scheiben	Kastenweißbrot (große, dicke Scheiben)
10	Morcheln, frisch oder getrocknet
1	Schalotte, fein geschnitten
4 Blätter	Bärlauch
10 Blätter	Brennnessel
2	Eier
2 EL	Crème Fraîche
1 EL	Sahne
2 EL	Cognac
1/2 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
etwas	Tabasco
	Salz, Pfeffer
	Butter, Sonnenblumenöl
	Linsen oder Trockenbohnen zum Blindbacken

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Brotscheiben zwischen Klarsichtfolie mit einem Nudelholz plattieren. Zwei Tarteletteförmchen einfetten, die Brotscheiben sorgfältig eindrücken und den überstehenden Rand wegschneiden. Das Brot mit einem Gemisch aus Butter und Öl einstreichen und mit Alufolie oder Backpapier abdecken. Darauf die Linsen geben und ca. 6-8 Minuten goldgelb backen. Dann Linsen und Alufolie entfernen. (Die Brotförmchen können auch schon am Vortag zubereitet werden.)

Die Morcheln gut waschen und grob hacken. (Getrocknete Morcheln mindestens 1 Stunde in lauwarmen Wasser quellen lassen.) In einer Pfanne mit Butter die Schalotten andünsten, die Morcheln zugeben. Bärlauch und Brennnesselblätter grob hacken und zu den Morcheln geben. Kräftig aufkochen lassen, mit Cognac ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Crème Fraîche, Eier und Sahne gut vermischen, in die Morchelmasse einrühren und stocken lassen. Mit Tabasco abschmecken. Diese Masse in die Brotförmchen füllen, mit Schnittlauch bestreuen und sofort servieren. Dazu passt gut ein Spinat-Bärlauch-Salat.

Köstliches für Ostern
Vincent Klink
Mittwoch, 11.04.2001

Zickleinbraten mit gefüllten Kartoffeln

500 g	Zickleinschulter
300 g	mittelgroße Frühkartoffeln
1	Zwiebel, fein geschnitten
2	Tomaten
300 g	Schalotten, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen
1 Bund	Thymian, fein geschnitten
1 Bund	Suppengemüse
1/2 l	Fleischbrühe
1 TL	Mehlbutter
	Salz, Pfeffer
	Butter, Olivenöl zum Anbraten

Die Zickleinschulter vom Metzger ausbeinen und die Knochen klein hacken lassen. Das Suppengemüse würfeln. Die dickeren Stellen der Schulter flach klopfen und mit Pfeffer und Salz würzen. Thymian auf dem Fleisch gleichmäßig verteilen und zusammenrollen. Mit einem Küchenbindfaden fixieren.

In einem Schnellkochtopf die Knochen in etwas Olivenöl anrösten, die gerollte Schulter zugeben und von allen Seiten anbraten. Suppengemüse, Schalotten und Knoblauch zugeben. Mit Fleischbrühe ablöschen und mit dem Deckel verschließen. Das Ganze bei maximalem Druck 20 Minuten kochen, dann den Druck vom Topf nehmen, den Deckel öffnen. (Alternativ kann das Fleisch auch in einer Kasserolle zubereitet und im Backofen bei 180 Grad ohne Deckel ca. 60 Minuten geschmort werden.) Das Fleisch herausnehmen, auf ein Backblech geben und mit Butter einstreichen. Unter der Grillschlange bräunen. Die Sauce passieren und mit etwas Mehlbutter (Mehl mit weicher Butter gemischt) binden. Die Kartoffeln gut waschen und in Salzwasser weich kochen. In der Zwischenzeit die Tomaten häuten, entkernen und würfeln. Die gekochten Kartoffeln halbieren und aushöhlen. Die Zwiebeln in etwas Butter anrösten, die Tomaten und die ausgehöhlte Kartoffelmasse untermischen und wieder in die Kartoffeln einfüllen. Ev. im Backofen warm halten. Zickleinbraten mit den gefüllten Kartoffeln und der Sauce anrichten.

Köstliches für Ostern
Vincent Klink
Donnerstag, 12.04.2001

Gebratene Forelle mit Auberginenmus

2	Forellen
1/8 l	Fischfond
2	Auberginen
3 Zweige	Rosmarin
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
2 Scheiben	Zitrone
	Pfeffer, Salz
	Olivenöl, Butter

Den Backofen auf 180 Grad (Heißluft) vorheizen. Die Auberginen waschen, den Stielansatz entfernen und mit einer Stricknadel oder einem Schaschlikspieß der Länge nach durchbohren. In jede Aubergine einen Rosmarinzweig hineinstecken. Die Auberginen auf ein Backblech oder in eine feuerfeste Form geben und im Ofen ca. 45 Minuten garen. In der Zwischenzeit den restlichen Rosmarinzweig fein schneiden. Die Forellen filetieren, entgräten und mit Pfeffer und Salz würzen. In einer Pfanne mit Butter die Filets von beiden Seiten je 3 Minuten braten, herausnehmen und warm stellen. Den Bratensatz in der Pfanne mit Fischfond lösen. Die Zitronenscheiben schälen, vierteln und dazugeben. Gut durchkochen und mit ein paar Butterflöckchen die Flüssigkeit binden.

Die gegarten Auberginen halbieren, Rosmarinzweige entfernen, das Fruchtfleisch herauskratzen und in eine Schüssel geben. Schalotten und Knoblauch in etwas Olivenöl anschwitzen, dann zum Auberginenmus geben, gehackten Rosmarin untermischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Fischfilets auf Teller geben, etwas Sauce angießen und mit dem Auberginenmus anrichten.

Von pikant bis süß - Aufläufe und Gratins
Ute Herzog
Dienstag, 17.04.2001

Kartoffelauflauf "surprise"

500 g	Kartoffeln, mehlig kochend
1 EL	feine Speckwürfel
1	Schalotte, fein geschnitten
100 ml	Milch
8	Steinchampignons
1	Hühnerbrust
1	geräuchertes Forellenfilet
4 EL	Crème Fraîche
1/2 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
1 EL	Bergkäse, gerieben
etwas	Zitronensaft
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Butter zum Anbraten

Kartoffeln schälen, vierteln, in Salzwasser weich kochen, abgießen und gut ausdampfen lassen (das Kochwasser aufheben). Champignons putzen und würfeln, Hühnerbrust würfeln. In einem Topf mit etwas Butter die Speckwürfel glasig braten, die Hälfte der Schalotten zugeben und ebenfalls glasig dünsten. Mit der Milch ablöschen und mit Pfeffer, Salz und Muskat würzen. Die Kartoffeln gut stampfen, die Speck-Milch und etwas Kartoffel-Kochsud stampfend einarbeiten, bis ein cremiger Kartoffelbrei entsteht.

In einer Pfanne mit Butter die restlichen Schalottenwürfel glasig dünsten. Champignons zugeben und kurz durchrösten, Hühnerbrust zugeben und mitrösten. Crème Fraîche und Schnittlauch untermischen und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss das gewürfelte Forellenfilet unterheben.

Das Kartoffelpüree auf gefettete Suppenteller oder eine Auflaufform kuppelförmig häufen, in die Mitte eine Vertiefung eindrücken und die Fleisch-Pilzmasse einfüllen. Mit ein paar Butterflöckchen und Käse bestreuen und ca. 15 Minuten im auf 200 Grad (Heißluft) vorgeheizten Ofen gratinieren.

Von pikant bis süß - Aufläufe und Gratins
Vincent Klink
Mittwoch, 18.04.2001

Tintenfisch-Peperonata-Gratin

300 g	mittelgroße Kalamare
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Zwiebel
2	Knoblauchzehen, gepresst
5	bunte Gemüsepaprika
2	große Tomaten
1/4 l	Gemüsebrühe
1 EL	Mehl
1 TL	Oregano
2 EL	Weißbrot, gerieben
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl, Butter

Kalamare waschen, häuten, ausnehmen, die Augen von den Fangarmen trennen und entfernen (ev. vom Fischhändler machen lassen). In einem Topf mit Salzwasser die Kalamare ca. 30 Minuten kochen, dann herausnehmen und Fangarme und Körper klein schneiden. In der Zwischenzeit Paprika waschen, halbieren, entkernen, mit der Schnittfläche nach unten auf ein Backblech legen und mit Olivenöl einstreichen. Im Ofen bei 180 Grad die Paprikaschoten rösten, bis sie ganz leichte Brandflecken bekommen. Dann aus dem Ofen nehmen und die Haut abziehen. In der Zwischenzeit die Tomaten häuten, entkernen und in Würfel schneiden. Zwiebel schälen und grob würfeln. In einem Topf mit Olivenöl Zwiebel mit einer Knoblauchzehe anschwitzen. Oregano zugeben und mit Mehl bestäuben. Mit der Brühe auffüllen und zu einer dicken Sauce einkochen. Tomatenwürfel und grob gewürfelte Paprika untermischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Schalotten in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen, Kalamare und Knoblauch zugeben, kurz durchschwenken und mit Pfeffer und Salz würzen. In eine Auflaufform abwechselnd Paprikagemüse und Kalamare schichten, mit Paprikagemüse enden. Mit ein paar Butterflöckchen und dem geriebenen Weißbrot bestreuen und im Ofen gratinieren.

Von pikant bis süß - Aufläufe und Gratins

Vincent Klink

Donnerstag, 19.04.2001

Feigenauflauf

10	frische Feigen
250 g	Hefezopf
350 ml	Milch
3 - 4	Eier
1	Vanilleschote
80 g	Zucker
2 EL	Rosinen
1 Msp	Zimt
2 EL	Haselnüsse
2 EL	Butter
etwas	abgeriebene Zitronenschale

Haselnüsse grob hacken und in einer Pfanne mit wenig Butter und 20 g Zucker karamellisieren. Dann die Nüsse auskühlen lassen und nochmals grob hacken. Die Feigen schälen und in Scheiben schneiden. Vanilleschote längs halbieren und das Mark herausstreichen. Eier mit Vanillemark, Milch, Zimt, 60 g Zucker und Zitronenschale gut vermischen. Eine Auflaufform ausfetten und den in Scheiben geschnittenen Hefezopf einschichten. Dazwischen die Feigen legen, Rosinen und Haselnüsse darüber geben und mit dem Ei-Milch-Mix übergießen. Den Auflauf im auf 180 Grad (Heißluft) vorgeheizten Ofen ca. 40 Minuten backen.

Von pikant bis süß - Aufläufe und Gratins
Otto Koch
Freitag, 20.04.2001

Pfannkuchenauflauf mit Rhabarberkompott

250 g	Mehl
6	Eier
ca. 1/2 l	Milch
3 EL	Haselnüsse, gehobelt
50 g	zerlassene, geklärte Butter oder Butterschmalz
500 g	Rhabarber
ca. 200 g	Zucker
etwas	abgriebene Zitronenschale
	Puderzucker
	Salz

Mehl, Eier, Milch und eine Prise Salz gut vermischen.

Den Ofen auf 210 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Zerlassene Butter in eine Auflaufform geben und gut verteilen. Die Auflaufform kurz in den Backofen geben und aufheizen. In die heiße Form die Ei-Milch-Masse geben und sofort wieder in den Backofen stellen, ca. 20 Minuten backen.

Den Rhabarber schälen, in etwa 3 cm große Stücke schneiden und mit Zucker und etwas Wasser aufkochen. Zitronenschale untermischen und ca. 20 Minuten ziehen lassen.

Den Fond ev. mit Stärke noch etwas binden. Die Haselnüsse in einer Pfanne leicht rösten. Den Auflauf in Stücke schneiden, anrichten, mit den Haselnüssen bestreuen und mit Puderzucker bestäuben. Mit dem lauwarmen Rhabarberkompott umgießen.

Von Asiens Küchen inspiriert: einfache Gerichte mit Pfiff
Frank Bundschu
Montag, 23.04.2001

Tempura von Fisch und Gemüse

250 g	Rotbarschfilet
2	Möhren
1	Brokkoli
1 Stange	Staudensellerie
100 g	Champignons
6	Shiitakepilze
200 g	Tempurateig (aus dem Asialaden)
3 EL	Reiswein oder Sherry
etwas	Zitronensaft
1	Chilischote
1	Knoblauchzehe
etwas	frischer Ingwer
1 TL	Maisstärke
3 EL	Sojasauce
	Salz, Pfeffer, Zucker
	Frittierfett

Das Rotbarschfilet in 2 cm breite Streifen schneiden. Das Gemüse putzen, Möhren in 1 cm starke Stifte schneiden, Brokkoli in Röschen zerteilen, Sellerie in Streifen schneiden und Pilze halbieren. Chilischote halbieren, Kerne entfernen und fein schneiden. Knoblauch und etwas Ingwer fein hacken und mit Sojasauce, Reiswein, 1 EL Zucker, Zitronensaft und Chili in einen Topf geben, aufkochen und mit Maisstärke binden. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Den Tempurateig nach Packungsangabe mit kaltem Wasser anrühren. Fisch und Gemüse einzeln durch den Teig ziehen und im 160 Grad heißen Fett frittieren. Auf Küchenkrepppapier abtropfen lassen. Tempurafisch und -gemüse mit der Sauce zum Dippen anrichten. Gut dazu passt auch eine süße Chilisaucе aus dem Asialaden. Mit gekochtem Reis servieren.

Von Asiens Küchen inspiriert: einfache Gerichte mit Pfiff
Ute Herzog
Dienstag, 24.04.2001

Gedämpfter Dorsch mit Ingwer und Kaffirblättern

350 g	Dorschfilet
150 g	Blattspinat
1	Schalotte, fein geschnitten
1 EL	Ketchup
1 TL	Senf
1 EL	Johannisbeergelee
etwas	Weißwein
aus dem Asia-Laden:	
6	Kaffirblätter
1 TL	Tandooripaste
2 EL	süße ChilisaUCE
100 g	Basmatireis
etwas	frischer Ingwer (ca. 1 cm)
etwas	Sojasauce
	Chinagewürz
	Sonnenblumenöl

Basmatireis kochen. Spinat blanchieren, abtropfen lassen und fein schneiden. Zwei kleine Förmchen ausfetten und abwechselnd mit Reis und Spinat füllen.

Das Dorschfilet waschen, trocken tupfen und teilen. Auf beiden Seiten mit Senf und Tandooripaste einstreichen und ziehen lassen.

In der Zwischenzeit Ingwer schälen und in feine Streifen schneiden, Kaffirblätter ebenfalls in feine Streifen schneiden.

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, ein geöltes Spritzsieb darauf legen und die Förmchen mit dem Reis mit der Öffnung nach unten auf das Sieb stellen. Das Ganze mit einem umgedrehten Topf abdecken. Das Dorschfilet mit Ingwer- und Kaffirstreifen bestreuen und 5 Minuten später auch auf das Sieb legen, wieder mit dem Topf abdecken und alles nochmals 5-7 Minuten (je nach Dicke des Fisches) garen.

Für die Sauce die Schalotten in einem Topf mit Sonnenblumenöl anschwitzen, mit etwas Wein ablöschen. ChilisaUCE, Ketchup und Johannisbeergelee einrühren, kräftig mit Chinagewürz und Sojasauce abschmecken und etwas einkochen lassen.

Die Reistörtchen auf Teller stürzen, Fischfilets anlegen und mit der ChilisaUCE umgießen.

Von Asiens Küchen inspiriert: einfache Gerichte mit Pfiff
Vincent Klink
Mittwoch, 25.04.2001

Glasnudeln mit geröstetem Gemüse

150 g	Glasnudeln
2	kleine Zwiebeln
1	Knoblauchzehe, gepresst
1	Zucchini
1	Kohlrabi
1	rote Paprika
1	gelbe Paprika
1 Bund	Thymian, fein geschnitten
1/2 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
3/8 l	Gemüsebrühe
	Pfeffer, Salz
	Olivenöl, Butter

Die Glasnudeln in reichlich heißem Wasser ca. 5 Minuten einweichen. Gemüse und Zwiebeln putzen und grob würfeln. In einem Topf mit etwas Olivenöl Gemüsewürfel, Zwiebeln und Knoblauch ca. 15 Minuten unter ständigem Rühren weich dünsten. Mit 1/4 l Gemüsebrühe ablöschen und diese einkochen lassen. Thymian untermischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Restliche Gemüsebrühe in einen Topf geben, aufkochen und die eingeweichten Glasnudeln darin kurz schwenken und erwärmen. Nach Belieben Butterflöckchen untermischen und mit Petersilie bestreuen. Das Gemüse auf Teller geben und darauf die Glasnudeln anrichten.

Von Asiens Küchen inspiriert: einfache Gerichte mit Pfiff
Vincent Klink
Donnerstag, 26.04.2001

Hähnchen in Kokosmilch

2	Hähnchenbrüste
3	Schalotten, fein geschnitten
6	Frühlingszwiebeln
1/4 l	Hühnerbrühe
1 Dose	Kokosmilch
1	Zitrone, unbehandelt
1	Chilischote
1 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
1 TL	Zucker
1 TL	Speisestärke
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl

Frühlingszwiebeln in Röllchen schneiden. Chilischote halbieren, die Kerne entfernen und in feine Längsstreifen schneiden. Zitronenschale abreiben und den Saft der Zitrone auspressen. Hähnchenbrüste waschen, trocken tupfen und mit Pfeffer und Salz würzen. Die Schalotten in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen, Zucker dazugeben und leicht karamellisieren lassen. Dann die Hähnchenbrüste zugeben und von beiden Seiten anbraten. Mit der Brühe ablöschen und diese um die Hälfte einkochen. Zitronenschale und -saft und Chili untermischen. Die Stärke mit wenig Wasser anrühren und untermischen. Dann die Kokosmilch zugeben und alles einmal gut aufkochen lassen. Die Sauce abschmecken, Frühlingszwiebeln und Petersilie untermischen. Hähnchenbrüste mit Sauce anrichten. Dazu Basmatireis servieren.

Von Asiens Küchen inspiriert: einfache Gerichte mit Pfiff
Otto Koch
Freitag, 27.04.2001

Lachs mit Ingwergemüse in Pergament

2	Lachsfilets à 180 g
50 g	Sellerie
30 g	Karotten
30 g	Lauch
50 g	Champignons
2	Fleischtomaten
6	Basilikumblätter
etwas	frischer Ingwer
1/8 l	Gemüsebrühe
etwas	Zitronensaft
	Pfeffer, Salz
	Pergamentpapier

Sellerie, Karotten, Lauch und Champignons putzen und in feine Streifen schneiden. Selleriestreifen mit Zitronensaft beträufeln, damit sie schön weiß bleiben. Tomaten enthäuten, entkernen und würfeln. Gemüsestreifen und Tomaten locker vermischen, Gemüsebrühe untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und frisch geriebenen Ingwer nach Belieben untermischen. Basilikum in feine Streifen schneiden. Lachsfilet mit Salz und Pfeffer würzen. Zwei große Bögen Pergamentpapier in der Mitte knicken. Auf je eine Hälfte des Papiers etwas Gemüse geben, darauf die Lachsscheiben legen und diese mit Basilikumstreifen bestreuen. Die andere Papierhälfte darüber klappen und die Ränder fest einschlagen. Den Fisch so im auf 200 Grad (Heißluft) vorgeheizten Backofen ca. 10-15 Minuten garen. Dabei sollte sich das Pergamentpapier schön aufblähen. Zum Anrichten die Tüten aufschneiden und den Fisch mit dem Gemüse und dem entstandenen Fond anrichten.

Kochen mit Milch und Quark

Rainer Strobel

Montag, 30.04.2001

Ziegenquarkauflauf mit buntem Gemüsesalat

100 g	Ziegenquark
3	Eier
2	Tomaten
1	Gurke
4	Radieschen
1	Avocado
1 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
1 EL	Dill, fein geschnitten
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
1 EL	Minze, fein geschnitten
2 EL	Weißweinessig
3 EL	Olivenöl
1 Prise	Zucker
1 Prise	gemahlener Kümmel
	Salz, Pfeffer
	Butter

Ziegenquark durch ein Sieb streichen und mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen. Die Eier trennen. Das Eigelb zum Quark geben, bis auf einen Esslöffel den gesamten Schnittlauch unterziehen. Eiweiß steif schlagen und vorsichtig unter die Quarkmasse heben. Die Masse in kleine ausgebutterte Förmchen füllen. Diese in eine Auflaufform stellen, die Form halbvoll mit Wasser füllen. Alles in den Ofen geben und bei 175 Grad ca. 12 Minuten backen.

Tomate vierteln und die Kerne entfernen. Gurke schälen, halbieren und das Kerngehäuse mit einem Löffel herausstreichen. Dann Tomaten und Gurke würfeln. Avocado schälen, halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch in 1 cm große Würfel schneiden.

Radieschen in Scheiben schneiden und das Gemüse mischen. Essig, Olivenöl und die Kräuter untermischen und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.

Den Auflauf aus den Förmchen stürzen, auf flachen Tellern anrichten, den Salat um den Auflauf geben und mit Vollkornbrot servieren.

Kochen mit Milch und Quark
Vincent Klink
Mittwoch, 02.05.2001

Grünkertortillas mit Quarksauce

250 g	Magerquark
1/4 l	Milch
1	Bund Schnittlauch, fein geschnitten
40 g	Mehl
2	Eier
20 g	zerlassene Butter
1	rote Paprika
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
4 EL	Grünkern
2 Zweige	Thymian
etwas	Gemüsebrühe
	Salz, Cayennepfeffer
	Butter
	Olivenöl

Den Grünkern in reichlich Gemüsebrühe garen und abgießen. Quark mit 1/8 l Milch vermischen, mit Salz und der Hälfte der Schnittlauchröllchen würzen. Anschließend kalt stellen.

Das Mehl mit der restlichen Milch verrühren und 15 Minuten quellen lassen. In der Zwischenzeit Paprika putzen und fein würfeln. Unter den Teig die zerlassene Butter und Eier untermischen. Paprika, Schalotten und Knoblauch in einer Pfanne mit Butter andünsten, Grünkern zugeben und kurz rösten. Dann alles unter den Tortillateig geben und diesen mit Thymianblättchen, Salz und Cayennepfeffer würzen. In einer Pfanne mit Butter und Olivenöl aus dem Teig kleine Tortillas ausbacken (von jeder Seite ca. 3 Minuten). Die Tortillas mit der Quarksauce anrichten und mit den restlichen Schnittlauchröllchen bestreuen.

Kochen mit Milch und Quark
Vincent Klink
Donnerstag, 03.05.2001

Waffeln mit Erdbeersauce

250 g	Quark
ca. 150 ml	Milch
80 g	weiche Butter
150 g	Zucker
2	Vanilleschoten
3	Eier
125 g	Mehl
125 g	Speisestärke
1 TL	Backpulver
250 g	Erdbeeren
2 cl	Grand Marnier
1/8 l	Portwein
1/4 l	Sahne
etwas	Orangenabrieb
	Erdnussöl

Quark gut ausdrücken, so dass ca. 180 g übrig bleibt. Die Vanilleschoten halbieren und das Mark herauskratzen. Die Eier trennen und Eigelb mit dem Mark einer Vanilleschote und 50 g Zucker schaumig schlagen. Die Butter dazugeben und so lange schlagen, bis sie sich mit dem Eigelb gut verbunden hat. Quark und die Hälfte der Milch untermischen. Mehl, Stärke und Backpulver darüber sieben und gut vermengen. Eiweiß mit 50 g Zucker schaumig schlagen und unter die Eigelbmasse heben. Restliche Milch nach Bedarf untermischen. Das Waffeleisen erhitzen, mit einem Pinsel ein paar Tropfen Öl darauf verteilen und nach und nach aus dem Teig die Waffeln ausbacken.

Für die Sauce die Sahne steif schlagen. Die Erdbeeren waschen, putzen und in einen Mixbecher geben. Restliches Vanillemark, 50 g Zucker, Orangenschale, Portwein und Grand Marnier zugeben und pürieren. Dann die geschlagene Sahne unterheben.

Die Waffeln mit der Erdbeersauce anrichten.

Tipp: Grand Marnier und Portwein können auch durch Orangensaft ersetzt werden.

Kochen mit Milch und Quark
Otto Koch
Freitag, 04.05.2001

Gratinierte Spinat-Ricotta-Crespelle

90 g	Mehl
3/8 l	Milch
4	Eier
30 g	flüssige Butter
30 g	Butter
200 g	Ricotta
400 g	Blattspinat
1 EL	Basilikum, fein geschnitten
4 Blätter	Salbei, fein geschnitten
100 g	Parmesan, frisch gerieben
1 Dose	Tomaten, gehackt
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 EL	Olivenöl
2 Prisen	Zucker
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Butterschmalz zum Ausbacken

60 g Mehl mit 1/8 l Milch, den Eiern und der flüssigen Butter gut verrühren. Mit einer Prise Zucker und Salz den Teig würzen und 1/2 Stunde quellen lassen. Dann in einer beschichteten Pfanne mit etwas Butterschmalz nach und nach aus dem Teig dünne Crespelle (Pfannkuchen) ausbacken.

In einem Topf mit Olivenöl Knoblauch anschwitzen, die Tomatenwürfel zugeben, mit Salz und Zucker würzen und ca. 10 Minuten schmoren lassen.

Den Spinat waschen, in einem großen heißen Topf zusammenfallen lassen, dann ausdrücken und fein hacken. Ricotta mit Spinat, 50 g Parmesan, Basilikum und Salbei vermengen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

In einem Topf 30 g Butter schmelzen lassen, 30 g Mehl dazugeben und mit der restlichen Milch aufgießen, gut verrühren, damit es keine Klumpen gibt. Die Sauce kurz aufkochen lassen und mit Salz und Muskat abschmecken.

Die Crespelle mit der Ricottamasse füllen, aufrollen und in eine gebutterte Auflaufform schichten. Dann erst mit der Tomatensauce und der Bechamelsauce begießen. Restlichen Parmesan darüber streuen und im Ofen bei 220 Grad ca. 15 Minuten gratinieren.

Partygerichte
Rainer Strobel
Montag, 07.05.2001

Bunter Salat mit Kartoffeln

300 g	Kartoffeln, fest kochend
2	Eier
100 g	Jagdwurst
100 g	Rucola
100 g	Gewürzgurken
5	Radieschen
2	Tomaten
100 ml	Fleischbrühe
100 g	Hackfleisch vom Schwein
1	Schalotte, fein geschnitten
3 EL	Sonnenblumenöl
3 EL	Essig
1 EL	Dill, fein geschnitten
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
1 EL	Schnittlauch, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Zucker
	Öl zum Anbraten

Kartoffeln kochen, pellen, abkühlen lassen und in Scheiben schneiden. Eier kochen, abkühlen lassen, schälen und achteln. Jagdwurst und Gewürzgurken in Streifen, Radieschen in Scheiben schneiden. Die Tomaten würfeln. Alles in eine Schüssel geben und vermischen. Hackfleisch mit Schalotte mischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Aus der Masse kleine Bällchen mit Durchmesser von ca. 2 cm formen und diese in einer Pfanne mit Öl braten.

Die Fleischbrühe und den Gewürzgurkensaft kurz aufkochen und über das geschnittene Gemüse geben. Alles gut durchmischen und mit Salz, Pfeffer, Zucker, Essig und Sonnenblumenöl abschmecken. Zum Schluss die Kräuter und den gewaschenen Rucola untermischen. Fleischbällchen dazugeben und den Kartoffelsalat servieren.

Partygerichte
Ute Herzog
Dienstag, 08.05.2001

Lammkoteletts in Apfelwein

6	Lammkoteletts
300 ml	Apfelwein
5 EL	Aprikosenmarmelade
2 EL	Mint-Sauce
1 EL	Senf
1 EL	Rosmarin, fein geschnitten
1 EL	Thymian, fein geschnitten
1 EL	Minze, fein geschnitten
4	Aprikosen (frisch oder aus der Dose)
	Zitronensaft
	Sojasauce
	Rosmarinzweige
	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 200 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Die Lammkoteletts nebeneinander in eine ofenfeste Form legen, mit etwas Wein beträufeln. 2 EL Marmelade mit 1 EL Mint-Sauce, Salz und Pfeffer mischen und die Koteletts damit einstreichen. Die geschnittenen Kräuter darüber streuen und dann das Fleisch ca. 20 Minuten in den Ofen geben. Dabei immer wieder mit etwas Wein beträufeln.

In der Zwischenzeit die frischen Aprikosen häuten, 3 Aprikosen in Scheiben schneiden, eine Aprikose ganz fein würfeln.

Die gewürfelte Aprikose mit der restlichen Marmelade und Mint-Sauce gut vermischen. Senf und etwas Wein einrühren und den Dip mit Pfeffer, Zitronensaft und Sojasauce gut abschmecken.

Die Koteletts aus dem Ofen nehmen, kurz im restlichen Wein wenden und auf einer Platte anrichten. Mit Rosmarinzweigen und den Aprikosenscheiben dekorieren.

Restlichen Wein unter den Dip mischen und mit den Lammkoteletts anrichten.

Partygerichte
Vincent Klink
Mittwoch, 09.05.2001

Pastete von Schweinefilet

1	Schweinefilet
ca. 150 g	Bauchspeck, in sehr dünnen Scheiben
1/4 l	Sahne
1 EL	Pistazien
1 Bund	Thymian
1/2 TL	Pökelsalz
1 TL	Bio-Gemüsebrühe-Pulver
1 Msp	Nelken, gemahlen
1 Msp	Piment, gemahlen
1 Msp	Kardamom, gemahlen
etwas	Zitronenabrieb
	Pfeffer, Salz
	Butter

Das Schweinefilet von Haut befreien und den dickeren oberen Teil und das dünn auslaufende Ende abschneiden. Das Filetmittelstück mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Butter von allen Seiten anbraten, dann im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten weiter garen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen. Die abgetrennten Fleischenden fein würfeln und mit Thymianblättchen, Pökelsalz, Zitronenschale, Sahne, Gemüsebrühe-Pulver, Nelke, Piment und Kardamom in einen Cutter geben und zu einer Farce verarbeiten. Die Farce mit Pfeffer und Salz abschmecken, dann die Pistazien untermischen. Das gebratene Filet der Länge nach in feine Scheiben schneiden. Eine schmale Pastetenform oder eine Kastenform mit Alufolie auslegen. Darauf die dünnen Speckscheiben auslegen und abwechselnd eine Schicht Farce und gebratenes Fleisch einschichten. Mit Farce abschließen und alles mit Speck bedecken. Alufolie darüber geben und die Pastete im auf 160 Grad vorgeheizten Ofen 30 Minuten garen. Dann herausnehmen und dick mit einer Zeitung umwickeln, so dass sie ganz langsam abkühlt. Nach dem Auskühlen bis zum Verzehr im Kühlschrank aufbewahren.

Partygerichte
Vincent Klink
Donnerstag, 10.05.2001

Geflügelsalat

1/2	Hähnchen
1	Ananas
1	Granatapfel
5 EL	Mayonnaise
2 EL	geschlagene Sahne
2 cl	Kirschwasser
1 Bund	Schnittlauch
1 Msp	Curry
1/2 TL	grüner Pfeffer
	Salz, Pfeffer
	Butter

Das Hähnchen mit Salz und Pfeffer würzen, mit zerlassener Butter einstreichen. Auf den heißen Rost über der Fettpfanne geben und im Ofen bei 180 Grad ca. 30 Minuten knusprig braten. Das Hähnchen herausnehmen auskühlen lassen, das Fleisch von den Knochen lösen und würfeln. (Nach Belieben die Haut abziehen.) Die Ananas halbieren, dabei auch das Grün in der Mitte teilen und an der halbierten Frucht lassen. Den Strunk keilförmig herausschneiden. Das Fruchtfleisch herauslösen und in Würfel schneiden. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und grünen Pfeffer quetschen. Ananaswürfel mit Hähnchenfleisch, Mayonnaise, Curry, grünem Pfeffer, Kirschwasser und Schnittlauch mischen. Granatapfel an seiner dicksten Stelle rundherum einritzen, dann auseinanderbrechen. Die Kerne herauslösen und unter den Geflügelsalat mischen. Zum Schluss geschlagene Sahne unterheben und abschmecken. Den Geflügelsalat in den ausgehöhlten Ananashälften anrichten.

Partygerichte
Otto Koch
Freitag, 11.05.2001

Gemüsestrudel mit Kräutersauce

1 Pack	Strudelteig, tiefgekühlt
100 g	Karotten
100 g	Sellerie
100 g	Lauch
100 g	Zwiebeln
100 g	Champignons
1 Bund	Basilikum, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe
1	Eigelb
1/4 l	Sahne
1/4 l	Gemüsebrühe
je 1 EL	Petersilie, Schnittlauch, Kerbel, Koriander, Bärlauch, fein geschnitten
etwas	flüssige Butter
	Salz, Pfeffer

Karotten, Sellerie, Lauch, Zwiebeln und Champignons putzen bzw. schälen und in sehr feine Streifen schneiden. Das Gemüse in einer Schüssel mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gepressten Knoblauch, Basilikum und etwa 1 EL flüssige Butter untermischen.

Den Strudelteig ausrollen, die Gemüsemischung darauf verteilen und einrollen. Den Gemüsestrudel auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit Eigelb einstreichen. Im Ofen bei 200 Grad (Ober-Unterhitze) ca. 25 Minuten backen.

Für die Sauce die Gemüsebrühe in einen Topf geben und etwas einkochen lassen, dann Sahne zugeben und noch etwas einkochen lassen. Mit einem Pürierstab die Sauce aufmixen, die Kräuter untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den gebackenen Strudel in gleich große Stücke schneiden und mit der Sauce anrichten.

Spargelzeit - Lust auf Genuss!
Rainer Strobel
Montag, 14.05.2001

Spargel-Kerbelgemüse mit gebratenem Zander

800 g	Spargel
300 g	Zanderfilet
1	Zitrone
60 g	Butter
150 ml	Sahne
1 Bund	Kerbel
2 EL	Senf
2 EL	Semmelbrösel
20 ml	Olivenöl
	Salz, Pfeffer, Zucker

Den Spargel sorgfältig schälen, die unteren Enden kurz abschneiden und portions weise mit einer Küchenschnur zusammenbinden. Die Spargelschalen und die Enden in reichlich kochendes Wasser mit etwas Salz, Zucker und etwas Zitronensaft geben und ca. 15 Minuten kochen lassen. Dann die Schalen und Enden abschütten und den Fond passieren. Die Spargelstangen im Fond 8-10 Minuten kochen, dann herausnehmen und jede Stange in drei Teile schneiden.

Sahne mit ca. 300 ml Spargelfond auf 1/3 einkochen lassen und mit etwas Zitronensaft abschmecken. Den Spargel kurz in einer Pfanne mit Butter anschwemmen, die eingekochte Sauce zugeben, mit Salz, Pfeffer und frisch gehacktem Kerbel abschmecken.

Das Zanderfilet mit Salz und Pfeffer würzen, eine Seite dünn mit Senf bestreichen und diese Seite in Semmelbrösel wenden. In einer Pfanne mit heißem Olivenöl den Zander auf der panierten Seite goldbraun braten, dann wenden und noch kurz weiterbraten. Das Zanderfilet auf dem Spargelgemüse anrichten. Dazu passen gut Butterkartoffeln.

Spargelzeit - Lust auf Genuss!
Ute Herzog
Dienstag, 15.05.2001

Spargel mit Gemüsedressing und Spiegelei

10 Stangen	Spargel
4	Eier
1	gelbe Paprikaschote
2	Tomaten
2	Gewürzgurken
1/2	Salatgurke
1	Apfel (Boskop)
1	Schalotte
1 EL	Senf
3 EL	Butter
3 EL	Milch
2 EL	Weißweinessig
6 EL	Sonnenblumenöl
etwas	Zitronensaft
	Salz, Pfeffer, Zucker

Paprika halbieren, entkernen und die weiße Haut entfernen. Salatgurke, Schalotte und Apfel schälen, Apfel und Gurke entkernen. Dann alles sowie Gewürzgurken und Tomaten in gleichmäßige Würfel schneiden. Die Apfelwürfel mit etwas Zitronensaft beträufeln, damit sie nicht braun werden. 2 Eier hart kochen. Den Spargel sorgfältig schälen, die unteren Enden kurz abschneiden. Spargelstangen in reichlich Salzwasser mit einer Prise Zucker sowie 1 EL Butter und 3 EL Milch bissfest kochen. Die gekochten Eier schälen, Eiweiß fein hacken, Eigelb in eine Schüssel geben und mit Senf, etwas Zucker und Spargelkochsud glatt rühren. Weißweinessig und Öl einrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Gewürfeltes Gemüse untermischen und kurz ziehen lassen, dann nochmals abschmecken. Die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen und darin zwei Spiegeleier braten.

Pro Teller je 5 Spargelstangen anrichten, mit der Gemüsesauce begießen, das gehackte Eiweiß darüber streuen und ein Spiegelei obenauf setzen.

Spargelzeit - Lust auf Genuss!
Vincent Klink
Mittwoch, 16.05.2001

Gebratener Spargel mit Parmaschinken

1 kg	Spargel
200 g	Parmaschinken, dünn aufgeschnitten
3 EL	Semmelbrösel, frisch gerieben
1/8 l	Weißwein
1/8 l	Sherry
3 EL	Olivenöl
1 EL	Zitronensaft
1	kleine Kartoffel, mehlig kochend
2 EL	Kerbel, fein geschnitten
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
1/2 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
	Butter
	Salz, Pfeffer, Zucker

Den Spargel sorgfältig schälen, die unteren Enden kurz abschneiden und portionsweise mit einer Küchenschnur zusammenbinden. Die Spargelbündel in Salzwasser, das mit etwas Zucker und einer Butterflocke gewürzt wurde, ca. 15 Minuten kochen. Herausnehmen und gut abtropfen lassen. Die Kartoffel weich kochen, pellen und leicht abkühlen lassen. Kartoffel mit Olivenöl, Weißwein, Zitronensaft, Kerbel, Petersilie, 1 TL Zucker und Sherry in einen Mixbecher geben und fein pürieren. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Spargelstangen mit Pfeffer und wenig Salz würzen und in der Mitte mit Parmaschinken umwickeln, so dass die Köpfe und Stielenden frei bleiben. Spargel in einer Pfanne mit Butter kurz anbraten. Anschließend in der Pfanne die Semmelbrösel leicht rösten. Spargel anrichten, mit den Semmelbröseln bestreuen, die Sauce angießen und mit Schnittlauch bestreuen.

Spargelzeit - Lust auf Genuss!
Vincent Klink
Donnerstag, 17.05.2001

Spargelsalat mit Rhabarberdressing

700 g	Spargel
1 EL	Mandelöl
2 EL	Orangensaft
etwas	Orangenabrieb
2 EL	Schnittlauch, fein geschnitten
2 EL	Blattpetersilie, fein geschnitten
2 EL	Kerbel, fein geschnitten
1	dünne Rhabarberstange
1 EL	Zucker
	Salz, Pfeffer
	Butter

Rhabarber waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Mandelöl mit Orangensaft, Orangenabrieb, den Kräutern, Zucker, Pfeffer und Salz mischen und die Rhabarberwürfel mindestens 2 Stunden darin einlegen.

Den Spargel sorgfältig schälen, die unteren Enden kurz abschneiden und portionsweise mit einer Küchenschnur zusammen binden. Die Spargelbündel in Salzwasser, das mit etwas Zucker und einer Butterflocke gewürzt wurde, ca. 15 Minuten kochen. Herausnehmen und gut abtropfen lassen. Dann Spargel nach Belieben in Stücke schneiden und unter den eingelegten Rhabarber mischen.

Spargelzeit - Lust auf Genuss!
Susanne Hornikel
Freitag, 18.05.2001

Spargelflan mit grünen Spargelspitzen und Morchelsauce

250 g weißer Spargel
400 g grüner Spargel
2 Eier
100 g Sahne
150 g frische Morcheln
1 Schalotte, fein geschnitten
200 g Creme double
100 ml Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer, Zucker
Butter zum Anschwitzen

Den weißen Spargel sorgfältig schälen, die unteren Enden abschneiden und portionsweise mit einer Küchenschnur zusammenbinden. Die Spargelbündel in Salzwasser, das mit etwas Zucker und einer Butterflocke gewürzt wurde, ca. 15 Minuten kochen. Dann den Spargel herausnehmen, abkühlen lassen und in kleine Stücke schneiden. Spargelstücke mit den Eiern im Mixer fein pürieren. Sahne zugeben und durch ein feines Sieb abpassieren. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Masse in eine gebutterte flache Form oder Förmchen geben und bei 150° C im Ofen oder im Wasserbad ohne zu kochen stocken lassen.

Für die Sauce Butter zerlaufen lassen und die fein gehackten Schalotten darin anschwitzen. Die Morcheln zugeben und kurz durchschwenken. Dann die Morcheln herausnehmen, die Schalotten mit Gemüsebrühe ablöschen. Creme double zugeben, etwas einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Schluss die Morcheln wieder dazugeben.

Grünen Spargel schälen, die Spitzen abschneiden und in Salzwasser, das mit etwas Zucker und einer Butterflocke gewürzt wurde, ca. 8 Minuten knackig kochen. (Die unteren Spargelabschnitte ebenfalls abkochen und entweder mit dem weißen Spargel für den Flan oder nach Belieben verwenden. Gibt man ihn mit zum Flan sollte ein Ei mehr verarbeitet werden.)

Zum Anrichten den Flan vorsichtig ausstechen und auf Tellern anrichten oder in Vierecke schneiden und mit einer Spachtel herausnehmen und anrichten.

Grünen Spargel an die Seite legen und an der unteren Hälfte mit der Morchelsauce übergießen.

Blütenküche
Rainer Strobel
Montag, 21.05.2001

Gefüllte Zucchiniblüte auf geschmolzenen Tomaten

4	Zucchiniblüten
100 g	Hechtfilet
100 ml	Sahne
100 ml	Milch
2	Eier
2 EL	Mehl
3	Tomaten
1	Schalotte, fein geschnitten
1/2 Bund	Basilikum
etwas	Zitronensaft
1 EL	Olivenöl
1 Prise	Zucker
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Öl zum Frittieren

Das Hechtfilet in grobe Würfel schneiden und mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft würzen. Mit der Sahne in einen Cutter geben und zu einer feinen Farce verarbeiten, anschließend kalt stellen.

Die Zucchiniblüten in kochendem Salzwasser ca. 1 Minute blanchieren und sofort in Eiswasser abschrecken. Den Stempel vorsichtig aus der Blüte schneiden und die Blüten auf Küchenkrepp trocknen. Die Farce in einen Spritzbeutel füllen, die Blüten vorsichtig öffnen und mit der Farce füllen, dann die Blüten schließen. Milch, Mehl und Eier gut vermischen, die Blüten in etwas Mehl wenden und durch den Teig ziehen. In heißem Frittierfett die Blüten ca. 3 Minuten langsam ausbacken.

Die Tomaten würfeln. In einer Pfanne mit Olivenöl die Schalotten andünsten, Tomatenwürfel zugeben, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und gut durchschwenken. Basilikum in feine Streifen schneiden und untermischen.

Die gefüllten Zucchiniblüten auf den Tomaten anrichten und mit Baguette servieren.

Blütenküche
Ute Herzog
Dienstag, 22.05.2001

Rosencrêpes

70 g	Mehl
30 g	Puderrucker
2	Eier
50 ml	Milch
50 ml	Sahne
30 g	flüssige Butter
etwas	Zitronenabrieb
6	Rosenblüten, ungespritzt
75 ml	Rosenwasser
50 ml	Rosensirup
4 EL	Zucker

Butter und Sonnenblumenöl zum Anbraten

Mehl, Puderrucker, 1 Ei und 1 Eigelb, Milch, Sahne, flüssige Butter und Zitronenabrieb zu einem glatten Teig rühren, diesen durch ein Sieb passieren und 30 Minuten ruhen lassen. In einer beschichteten Pfanne mit etwas Butter und Öl aus dem Teig nach und nach dünne Crêpes ausbacken. Die gebackenen Crêpes in Alufolie warm halten. 4 Rosenblüten entblättern und in feine Streifen schneiden. Zur Dekoration noch zwei Rosenblüten in leicht geschlagenes Eiweiß tauchen und mit feinem Kristallzucker bestreuen. In einer Pfanne 1 EL Butter zerlassen, Zucker darin leicht karamellisieren und die Rosenblütenstreifen zugeben. Mit 1 EL Wasser, Rosenwasser und Rosensirup ablöschen. Die Crêpes darin kurz ziehen lassen. Dann anrichten und mit der Rosensauce bedecken. Dazu Vanilleeis servieren.

Tipp: Rosenwasser gibt es in der Apotheke, man kann es auch selbst machen. Dazu 500 ml Wasser mit 500 ml Gelierzucker aufkochen und erkalten lassen. 2 Handvoll duftende ungespritzte Rosenblütenblätter in ein sauberes Glas füllen und mit der Zuckerlösung begießen. Zugedeckt eine Woche im Kühlschrank ziehen lassen, dann abseihen und in eine Flasche füllen. Kühl aufbewahren.

Für den Rosensirup 500 ml Wasser mit 750 g Gelierzucker und 2 Handvoll ungespritzte Rosenblütenblätter aufkochen. 2 Handvoll ungespritzte Rosenblütenblätter in ein Glas geben und mit der Zuckerlösung begießen. 2 ungespritzte Zitronenscheiben hinzugeben und abgedeckt eine Woche im Kühlschrank ziehen lassen. Dann abseihen, in eine Flasche umfüllen und kühl aufbewahren.

Blütenküche
Vincent Klink
Mittwoch, 23.05.2001

Schweinefilet mit Kapuzinerkresse und Senfkörnersauce

1 kleines Schweinefilet
10 Kapuzinerkresseblüten
10 Kapuzinerkresseblätter
3 Schalotten, fein geschnitten
1 Knoblauchzehe, gepresst
1 Apfel, fein gewürfelt
1 Brötchen
3 EL weiche Butter
1/4 l Fleischbrühe
1 TL Senfkörner
Salz, Pfeffer
Butter zum Anbraten

Die Senfkörner am Vorabend in Wasser einweichen. Das Brötchen fein reiben.
Die Hälfte der Schalotten zusammen mit den Apfelwürfeln und dem Knoblauch in einer Pfanne mit Butter dünsten. Kapuzinerkresseblätter und die Hälfte der Blüten fein schneiden. Die Pfanne vom Herd ziehen und geschnittene Blätter und Blüten zugeben.
Das Schweinefilet in Medaillons schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Butter von beiden Seiten je 3 Minuten braten. Das Fleisch auf eine feuerfeste Platte oder Form geben. In der Pfanne die restlichen Schalotten dünsten, mit Fleischbrühe ablöschen und um die Hälfte einkochen lassen. Dann Senfkörner untermischen, mit kalten Butterflöckchen die Sauce binden und abschmecken.
Die Apfel-Zwiebel-Masse auf die Medaillons geben, mit Brotbröseln bestreuen, die weiche Butter schaumig schlagen und darüber geben. Unter der Grillschlange leicht bräunen lassen. Das Fleisch mit der Sauce anrichten und mit den restlichen Blüten garnieren.

Blütenküche
Fred Nowack
Freitag, 25.05.2001

Pilzpiroggen auf Kompott von roten Zwiebeln mit Lavendel und Gänseblümchen

250 g	Blätterteig
300 g	gemischte Pilze
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Tomate, gewürfelt
1 EL	Thymianblättchen
2 EL	Parmesan, frisch gerieben
1 EL	Schnittlauch, fein geschnitten
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
3	rote Zwiebeln, fein geschnitten
1/2 l	roter Portwein
1/2 l	Rotwein
3 EL	Cassislikör
1 TL	Lavendelblüten (aus der Apotheke)
1 Msp	frische Lavendelblätter
14	Gänseblümchen
etwas	Bio-Gemüsebrühepulver
1	Eigelb
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl, Butter

Die Pilze putzen, hacken und in einer Pfanne mit Olivenöl rösten. Schalotten und Tomatenwürfel zugeben, mit Salz, Pfeffer, Schnittlauch, Petersilie, etwas Thymian und etwas Parmesan würzen.

Den Blätterteig ausrollen, mit dem restlichen Thymian und Parmesan bestreuen und Kreise mit ca. 10 cm Durchmesser ausstechen. Den Rand der Teigkreise mit verquirltem Eigelb bestreichen, etwas Pilzfüllung darauf geben und die Teigkreise halbmondförmig zusammenklappen. Ränder mit einer Gabel eindrücken. Die Teigtäschchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen, die Oberfläche mit Eigelb bestreichen und bei 170 Grad ca. 15 Minuten backen.

Für das Kompott Portwein und Rotwein in einen Topf geben und um die Hälfte einkochen lassen. Die gewürfelten roten Zwiebeln kurz blanchieren, dann in die Weinreduktion geben. 10 Minuten vor dem Anrichten Lavendelblüten und -blätter unter die Zwiebelmasse mischen. Zwiebelmasse mit Cassis, etwas Butter und Brühenpulver abschmecken. Zwiebelkompott anrichten, darauf die Pilzpiroggen setzen und mit Gänseblümchen ausgarnieren.

Blumenkohl, Brokkoli und Romanesco, die feinsten Seiten des Kohls
Ute Herzog
Dienstag, 29.05.2001

Orientalisches Blumenkohlsüppchen

1	kleiner Blumenkohl
800 ml	Gemüsebrühe
80 g	Gouda, gerieben
200 ml	Sahne
1/2 TL	Zimt
1/2 TL	Chinagewürz
1/2 TL	Kreuzkümmel
1/2 TL	Koriander
1/2 TL	Kurkuma
etwas	Zitronensaft
	Salz, Pfeffer, Zucker

Die Gemüsebrühe zum Kochen bringen. Vom Blumenkohl ein paar Röschen wegschneiden und beiseite legen. Den übrigen Blumenkohl ganz klein schneiden, zur Gemüsebrühe geben und mit Zimt, Chinagewürz, Kreuzkümmel und Koriander würzen. Ebenfalls die für die Einlage zurückgelegten Röschen dazugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Dann die "Deko-Röschen" herausnehmen und die Suppe pürieren. Den Topf wieder auf den Herd geben, den Käse unterrühren und schmelzen lassen. Die Sahne halbsteif schlagen und unterrühren. Kurkuma zugeben und alles mit Salz, Pfeffer, Zucker und etwas Zitronensaft abschmecken. Die Röschen zugeben, kurz erwärmen und die Suppe anrichten.

Blumenkohl, Brokkoli und Romanesco, die feinsten Seiten des Kohls
Vincent Klink
Donnerstag, 31.05.2001

Blätterteigtasche mit Brokkoli und geräuchertem Heilbutt

300 g	geräucherter Heilbutt
ca. 200 g	Blätterteig
1	Ei
100 g	Brokkoliröschen
4	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
1/4 l	Fischfond
1/4 l	Sahne
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
1 TL	Mehlbutter
1 EL	Butter
	Salz, Pfeffer

Die Brokkoliröschen in reichlich Salzwasser blanchieren und anschließend in Eiswasser abschrecken. Vom Heilbutt die Haut abziehen und die Gräten entfernen. Haut und Gräten zerkleinern und mit den Schalotten in einer Pfanne mit Butter dünsten. Knoblauch zugeben und mit Fischfond ablöschen. Mehlbutter untermischen und die Hälfte der Sahne zugießen. Alles ca. 5 Minuten köcheln lassen, mit Pfeffer und wenig Salz würzen und passieren. Die Hälfte der Sauce für die Blätterteigtaschen beiseite stellen. Die andere Hälfte mit der restlichen Sahne auffüllen, kurz durchkochen, abschmecken und zum Schluss Petersilie untermischen.

Den Blätterteig auswellen, große Dreiecke ausschneiden und diese mit verquirltem Ei bestreichen. Auf jedes Teigdreieck etwas Räucherfisch und Brokkoli verteilen und mit der dick eingekochten Sauce beträufeln. Die Teigtaschen zusammenklappen und außen mit Ei bestreichen. Im Backofen bei 180 Grad ca. 20 Minuten backen und anschließend mit der Sauce anrichten.

ARD Buffet Rezepte Juni 2001

Hering ganz zart - Matjes

Vincent Klink

Mittwoch, 06.06.2001

Matjes Hausfrauen Art

6	Matjesfilets
8 kleine	Frühkartoffeln
1	Schalotte
1	Apfel
1/4 l	saure Sahne
1 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
1 Bund	Dill, fein geschnitten
	Saft einer halben Zitrone
	Pfeffer, Salz

Die Kartoffeln gut waschen und weich kochen. In der Zwischenzeit die Schalotte in feine Ringe, den Apfel in feine Streifen schneiden. Saure Sahne mit Zitronensaft mischen und mit Pfeffer und wenig Salz würzen. Apfelstreifen, Schalottenringe und Schnittlauchröllchen darunter mischen.

Die Matjes auf ihren Salzgehalt prüfen, ev. noch wässern. Matjes (gut gekühlt) anrichten, die Sauce angießen und mit Dill bestreuen. Die heißen Kartoffeln mit der Schale dazu reichen.

Hering ganz zart - Matjes
Vincent Klink
Donnerstag, 07.06.2001

Matjesröllchen mit Senfrüchten gefüllt

4	Matjesfilets
2 EL	Essig
3 EL	Honig
8	Kumquats
1	Babyananas
1	Sternanis
1 TL	Koriander
5	schwarze Pfefferkörner
1 EL	geriebene Haselnüsse
1 TL	englisches Senfpulver

Die Kumquats in Scheiben schneiden, die Ananas schälen und in kleine Würfel schneiden. Sternanis, Koriander und Pfeffer im Mörser zerstossen. Essig, Honig und die Gewürze in einen kleinen Topf geben und aufkochen lassen. Senfpulver und Haselnüsse dazugeben und weiter leicht köcheln lassen. Die Früchte untermischen und so lange köcheln lassen, bis alles zu einer sämigen Paste reduziert ist. Dann in eine Schüssel umfüllen und erkalten lassen.

Die Matjesfilets auf ihren Salzgehalt prüfen, ev. wässern. Filtes leicht plattieren, mit der Paste von Senfrüchten bestreichen und aufrollen.

Die Matjesröllchen mit geröstetem Weißbrot servieren.

Hering ganz zart - Matjes
Otto Koch
Freitag, 08.06.2001

Matjessalat mit Kartoffeln & Speck

4	Matjesfilets
3 Scheiben	geräucherter Speck
4	kleine Kartoffeln
1	Tomate
150 g	Gurke
2	Frühlingszwiebeln
1 Bund	Löwenzahnblätter
1/2 Bund	Petersilie
1/2 Bund	Schnittlauch
1/2 Bund	Kerbel
ca. 1/8 l	Gemüsebrühe
etwas	Olivenöl
etwas	Essig
	Salz, Pfeffer

Kartoffeln kochen und pellen. Die Tomate enthäuten, entkernen und in Würfel schneiden. Die Gurke schälen, halbieren und mit einem Löffel die Kerne herausstreichen. Petersilie und Schnittlauch fein schneiden. Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden. Die Matjes in schräge Scheiben schneiden.

Den Speck in Streifen schneiden und in einer Pfanne kross braten.

Die Kartoffeln mit der lauwarmen Brühe vermischen und mit Essig und Öl, Salz und Pfeffer als Salat anmachen. Gurke in Scheiben schneiden und unter die Kartoffeln mischen.

Frühlingszwiebeln in dünne Scheiben schneiden und dazugeben.

Die Matjesstücke unter den Salat mischen und dann die Tomaten, Petersilie und Schnittlauch zugeben. Den Salat noch mal abschmecken.

Auf den Tellern die Löwenzahnblätter dekorativ anrichten und mit etwas Essig und Öl beträufeln. Den Matjessalat in der Mitte anrichten und mit den Speckstreifen bestreuen.

Mit reichlich gezupftem Kerbel garnieren.

Salatköstlichkeiten aus aller Welt

Rainer Strobel

Montag, 11.06.2001

Thailändischer Glasnudelsalat

50 g	Glasnudeln
1/2 Bund	Schnittlauch
1/2 Bund	frischer Koriander
50	Mu-Err Pilze, getrocknet
2	frische Chilischoten
1	rote Zwiebel
100 g	Schweinehack
100 g	Garnelen
2 EL	Thailändische Fischsauce
etwas	Zitronensaft
1 TL	Zucker
	Salz, Pfeffer
	Sesamöl

Die Pilze mit heißem Wasser übergießen und 20 Minuten quellen lassen. Die Zwiebel schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Schnittlauch und Koriander waschen und grob schneiden. Chilischoten waschen, entstielen und in feine Ringe schneiden. Die Garnelen schälen und den Darm entfernen. Die Glasnudeln 1 Minute kochen und 10 Minuten ziehen lassen. Dann abschrecken, gut abtropfen lassen und mit der Küchenschere einige Male durchschneiden.

Die Nudeln mit Chiliringen, grob geschnittenen Pilzen, Zwiebelscheiben, Fischsauce, etwas Zitronensaft, Zucker und Sesamöl mischen.

In eine Pfanne 3 EL Wasser, das Hackfleisch, die Garnelen, etwas Sesamöl, Salz und Pfeffer geben und ca. 2 Minuten durchschwenken. Alles zu den Nudeln geben und gut durchmischen. Zum Schluss Schnittlauch und Koriander untermischen und mit Salz und Zucker abschmecken.

Salatköstlichkeiten aus aller Welt

Ute Herzog

Dienstag, 12.06.2001

Fenchelsalat mit gebratenem Geflügel à la Provence

- 1 Perlhuhnbrust
- 2 Fenchelknollen
- 4 EL Zitronensaft
- 8 EL Olivenöl, kalt gepresst
- 4 EL Petersilie, fein geschnitten
- 30 g Ziegenkäse
- 1 Pfirsich
- Curry
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Die Perlhuhnbrust mit Salz, Pfeffer und Curry einreiben. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Perlhuhnbrust von jeder Seite ca. 4 Minuten braten, bis sich die Poren geschlossen haben und die Haut ganz weiß geworden ist. Dann die Perlhuhnbrust in Alufolie einpacken und ca. 10 Minuten ruhen lassen.

Fenchelknollen putzen, alle harten und verfärbten Außenblätter entfernen. Knollen halbieren, den Strunk entfernen und Fenchel in ganz feine Scheiben schneiden. Aus Zitronensaft, Olivenöl und etwas Salz eine Vinaigrette mischen und die Petersilie unterrühren.

Hühnerbrust auspacken und in feine Streifen schneiden. Fenchel, Hühnerbrust und Vinaigrette gut vermischen und mindesten 30 Minuten ziehen lassen. Den Pfirsich halbieren, den Kern entfernen und in feine Spalten schneiden.

Den Fenchelsalat auf Tellern anrichten, mit Pfirsichspalten garnieren und diese leicht mit Curry bestäuben.

Vom Ziegenkäse die Rinde wegschneiden und den Käse über den Salat raspeln, darüber schwarzen Pfeffer mahlen.

Salatköstlichkeiten aus aller Welt

Vincent Klink

Mittwoch, 13.06.2001

Salat Agadir

4	kleine Tintenfische
1	kleiner Loup de mer à 350 g
4 Stangen	grüner Spargel
2	Frühlingszwiebeln
4	Champignons
1/2 Stange	Lauch
6	Cocktailtomaten
2 Bund	Basilikum
10	schwarze Oliven
1	Limone
1 EL	Puderzucker
1/8 l	Weißwein
ca. 1/8 l	Olivenöl
	Pfeffer, Salz

Die Tintenfische putzen bzw. vom Fischhändler vorbereiten lassen und in Salzwasser 20 Minuten weich kochen. Loup de mer schuppen, waschen, trocken tupfen und filetieren. Spargel an den unteren Enden schälen und in Salzwasser, das mit etwas Butter und einer Prise Zucker gewürzt wurde bissfest kochen. Den Lauch putzen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Die Tomaten kurz blanchieren und enthäuten. Ein Bund Basilikum fein schneiden. Von der Limone die Schale entfernen. Die Frucht in feine Scheiben schneiden und mit einem Bund Basilikumblätter, Puderzucker, Weißwein und Olivenöl in einen Mixbecher geben und fein pürieren. Sollte das Dressing zu dick sein, mit etwas Weißwein verdünnen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die gekochten Tintenfische in Streifen schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten, dann warm stellen. Die Fischfilets mit Pfeffer und Salz würzen und in der gleichen Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten, jeweils 5 Minuten braten, dann warm stellen.

Die Frühlingszwiebeln der Länge nach halbieren und mit den Lauchscheiben und den geviertelten Champignons von beiden Seiten kurz anbraten, pfeffern und salzen. Gebratenes Gemüse mit Spargel, Tomaten, Oliven und fein geschnittenem Basilikum mischen und anrichten. Mit dem Dressing beträufeln und die Fische darum herum anrichten.

Salatköstlichkeiten aus aller Welt

Vincent Klink

Donnerstag, 14.06.2001

Salat Nicoise

1 Dose	Thunfisch
1/2	Kopfsalat
1/2	Friséesalat
2	Eier
4	neue Kartoffeln
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe
6	große grüne Bohnen
1	kleine Salatgurke
4	kleine Artischocken (oder eingelegte Artischockenherzen)
1	rote Paprika
2	Tomaten
1 Bund	Basilikum, fein geschnitten
10	Oliven
etwas	Zitronensaft
	Olivenöl
	Salz, Pfeffer

Kartoffeln gut waschen und weich kochen. Die Eier hart kochen, gut abkühlen lassen und vierteln. Paprika halbieren, die Kerne entfernen, auf ein Backblech legen und im Ofen bei 180 Grad ca. 10 Minuten weich garen. Anschließend die Haut abziehen und in Streifen schneiden. Die Bohnenkerne aus der Schote brechen, weich kochen und die grobe Haut abziehen. Die Artischocken putzen, die Herzen weich kochen und anschließend vierteln. Kopfsalat und Frisée putzen und waschen. Gurke schälen, halbieren, die Kerne mit einem Löffel herausstreichen und dann in Scheiben schneiden. Tomaten in Scheiben schneiden. Kartoffeln mit der Schale vierteln und in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Eine Salatschüssel mit der Knoblauchzehe ausreiben. Salat, Schalotten, Oliven und alle Gemüse in die Schüssel geben. Mit Olivenöl und Zitronensaft anmachen, Basilikum untermischen und mit Pfeffer und Salz würzen. Thunfisch und Eier obenauf geben und den Salat servieren.

Salatköstlichkeiten aus aller Welt
Otto Koch
Freitag, 15.06.2001

Ceviche - Mexikanischer Fischsalat

300 g	frisches Fischfilet (z.B. Lachs, Zander)
100 g	Gambas
100 g	Tintenfisch
4	Limonen
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
2	Tomaten
2	Kartoffeln
1 EL	frischer Koriander, fein geschnitten
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
1	reife Avocado
ein paar	Salatblätter
1	kleine Chilischote nach Belieben
	Salz, Pfeffer
etwas	Olivenöl

Die Tintenfische ausnehmen und ca. 20 Minuten in Salzwasser weich kochen. Gambas schälen, den Darm entfernen und die Gambas kochen. Die Kartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser weich kochen. Die Tomaten enthäuten, entkernen und in Würfel schneiden. Von den Limonen den Saft auspressen.

Die gekochten Meeresfrüchte und die rohen Fische in ca. 1 cm große Würfel schneiden und mit dem Limonensaft marinieren. Dann 15 Minuten ziehen lassen.

Danach die überschüssige Flüssigkeit abgießen und die Meeresfrüchte mit Kartoffeln, Knoblauch, Tomaten, Schalotten und Chili vermengen. Den Salat mit Öl, Salz und Pfeffer abschmecken und nochmals 20 Minuten ziehen lassen.

Kurz vor dem Anrichten mit den Kräutern vermischen. Die Avocado schälen, halbieren, den Kern entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Den Fischsalat auf den Avocadoscheiben und Salatblättern anrichten.

Gegrilltes mit raffinierten Dips
Rainer Strobel
Montag, 18.06.2001

Gefüllte Lammröllchen am Spieß mit Avocadocreme

300 g Lammrücken ohne Knochen
2 Schalotten, fein geschnitten
2 Knoblauchzehen
1/2 Bund Minze
1 Zweig Rosmarin
1 rote Paparikaschote
1 Zucchini
1 TL abgeriebene Zitronenschale
 Salz, Pfeffer
 Öl zum Anbraten

Für den Dip:

1 Avocado
1 Ei
1/2 Bund Schnittlauch
2 Knoblauchzehen
etwas Zitronensaft
3 EL Olivenöl
 Salz, Pfeffer

Das Ei hart kochen, auskühlen lassen, schälen und fein hacken. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Für den Dip die Avocado halbieren, schälen, den Kern entfernen und klein schneiden. Dann durch ein Haarsieb streichen. 2 Zehen Knoblauch pressen und mit der Avocado mischen. Das Püree mit Salz, Pfeffer, etwas Zitronensaft und Olivenöl mischen. Zum Schluss Ei und Schnittlauch unterrühren.

Zucchini in Scheiben schneiden, Paprika halbieren, entkernen und in grobe Stücke schneiden. Minze und Rosmarin fein schneiden. Lammrücken in 1 cm dicke Scheiben schneiden und diese plattieren. Aus 2 gepressten Knoblauchzehen, Minze, Rosmarin, Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer eine Gewürzmischung herstellen und die Fleischscheiben damit würzen. Auf das Fleisch die Schalotten geben und zu Röllchen aufrollen. Die Lammröllchen abwechselnd mit Zucchinischeiben und Paprikastücken auf Spieße stecken. Die Lammröllchen mit wenig Öl bepinseln und auf dem Grill braten. Lammröllchen mit dem Dip servieren. Sehr gut schmeckt der Dip auch dick auf Baguettebrot gestrichen.

Gegrilltes mit raffinierten Dips
Ute Herzog
Dienstag, 19.06.2001

Hähnchenbrust-Sateh mit Mais- und Mango-Dip

250 g	Hühnerbrust
1	Zwiebel, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
1 TL	Koriander
1 TL	Ingwer, gerieben
2 EL	Weißweinessig
2 EL	Sonnenblumenöl
Für den Mais-Dip	
125 g	Gemüsemais (aus der Dose)
1/2 Bund	Frühlingszwiebeln
1	grüne Pfefferschote
1	rote Pfefferschote
3 EL	Weißweinessig
1/2 TL	Tabasco
150 ml	Sauerrahm
30 g	Hartkäse, gerieben
	Salz, Pfeffer, Zucker
	Sonnenblumenöl zum Anbraten
Für den Mango-Dip	
3 EL	Mango-Chutney
3 EL	Zitronensaft
1 TL	Currypulver
6 EL	Mayonnaise
4 EL	Naturjoghurt
	Paprikapulver, edelsüß

Aus Zwiebel, Knoblauch, Koriander, Ingwer, Weißweinessig und Sonnenblumenöl eine Marinade mischen. Die Hühnerbrust in Streifen schneiden und mit der Messerklinge etwas flach drücken. In eine Schüssel geben, mit der Marinade begießen, gut verrühren und über Nacht im Kühlschrank zugedeckt ziehen lassen.

Für den Mango-Dip Chutney, Zitronensaft, Currypulver, Mayonnaise, Joghurt und Paprikapulver vermischen und ziehen lassen.

Für den Mais-Dip die Frühlingszwiebeln fein schneiden. Die Pfefferschoten halbieren, die Kerne entfernen und in feine Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln in einem Topf mit Öl ca. 5 Minuten dünsten. Dann Mais zugeben mit Essig und Tabasco würzen und heiß werden lassen. Die geschnittenen Pfefferschoten untermischen. Den Topf vom Herd nehmen, alles pürieren und Käse und Sauerrahm untermischen. Den Dip mit Pfeffer, Salz und Zucker abschmecken.

Die marinierten Hühnerbruststreifen auf Zahnstocher spießen und auf dem heißen Grill ca. 6 Minuten garen. Dazu die Dipsaucen reichen.

Gegrilltes mit raffinierten Dips
Vincent Klink
Mittwoch, 20.06.2001

Gegrillter Seeteufel mit grünem Korianderdip

500 g	Seeteufel
4	Frühlingszwiebeln
1 Bund	frischer Koriander
1	Peperoni
2 EL	Puderrucker
1/8 l	Apfelsaft
2 EL	Essig
	Salz, schwarzer Pfeffer
	Olivenöl

Für den Dip Apfelsaft, Essig und Puderrucker zu einem dicken Sirup einkochen. In der Zwischenzeit die Peperoni halbieren, entkernen und ganz fein schneiden. Ebenfalls Korianderblätter ganz fein schneiden. Peperoni und Koriander zum Sirup geben, den Topf vom Herd ziehen und alles mit Salz und Pfeffer würzen.

Seeteufel enthäuten und in daumendicke Scheiben (mit dem Mittelknochen) schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Olivenöl bepinseln.

Die Frühlingszwiebeln halbieren, würzen und ebenfalls mit etwas Olivenöl bepinseln. Fisch und Frühlingszwiebeln auf dem Grill garen. Dazu Korianderdip reichen.

Gegrilltes mit raffinierten Dips
Vincent Klink
Donnerstag, 21.06.2001

Gegrilltes Schweinefilet mit Kartoffel-Majoran-Dip

1	Schweinefilet
1 Bund	Salbei
50 g	Bauchspeck, fein gewürfelt
1	große Kartoffel, mehlig kochend
4	Schalotten, fein geschnitten
1 Bund	Majoran
1 TL	Bio-Gemüsebrühe-Pulver
5 EL	Olivenöl
	Pfeffer, Salz

Die Kartoffel weich kochen, anschließend pellen. Schalotten in einer Pfanne mit etwas Öl andünsten. Den Majoran fein schneiden. Kartoffel mit Schalotten, Gemüsebrühe-Pulver, Pfeffer, Salz und Olivenöl in einen Mixbecher geben und fein pürieren. Ist der Dip zu dick, mit Wasser verdünnen. Den Majoran untermischen und abschmecken.

Das Schweinefilet enthäuten und der Länge nach eine Tasche einschneiden. Die Fleischtasche mit Salbeiblättern und Speck füllen. Die Öffnung gut zusammendrücken und mit Zahnstochern oder einem Küchenbindfaden fixieren. Das Filet mit Salz und Pfeffer würzen, mit wenig Olivenöl bepinseln und im Ganzen grillen.

Das Filet aufschneiden und mit dem Dip servieren.

Gegrilltes mit raffinierten Dips
Fred Nowack
Freitag, 22.06.2001

Gegrilltes Strau ensteak mit Paprika-Dip und Salasa-verde

300 g	Straußenfilet
1	Knoblauchzehe
3 Zweige	Thymian
1 TL	Senf
1 TL	Worcestersauce
ca. 100 ml	Olivenöl
	Salz, Pfeffer
Für den Paprika-Dip:	
1	rote Paprika
1	gelbe Paprika
1	Schalotte, fein geschnitten
1 EL	Ricotta
100 g	Joghurt oder Crème Fra�che
2 Zweige	Thymian
1/2 TL	Tandoripaste (indische Currypaste)
etwas	Olivenöl
etwas	Zitronensaft
	Salz, Pfeffer
Für die Salsa-verde	
100 g	Petersilienblätter
1 TL	Kapern
1 TL	Anchovis
1	grüne Paprika
1	Knoblauchzehe
2 Scheiben	Toastbrot
1 EL	We��weinessig
etwas	Olivenöl
	Salz, Pfeffer

Das Fleisch in 2-4 Stücke schneiden. Eine Knoblauchzehe pressen und mit Olivenöl, Senf, Worcestersauce, Thymianblättchen, Salz und Pfeffer eine Marinade mischen und das Fleisch darin mindestens 4 Stunden (im Kühlschrank) ziehen lassen.

Für den Paprikadip die Paprikaschoten halbieren, das Kerngehäuse entfernen und vierteln. Die Paprikaviertel auf ein Backblech geben und mit Alufolie abdecken. Im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten garen. Anschließend von den Paprikavierteln die Haut abziehen. Den gelben Paprika ganz fein würfeln. Rote Paprikaviertel pürieren und mit Ricotta, Schalottenw rfelchen, Joghurt, Tandoripaste, Zitronensaft und etwas Olivenöl glatt rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann gezupfte Thymianblättchen und gelbe Paprikawürfel untermischen.

Für die Salsa-verde vom Toastbrot die Rinde entfernen und das Brot reiben. Paprika halbieren, entkernen und in grobe Stücke schneiden. Paprika mit Knoblauch, Kapern, Anchovis, Petersilie und Essig in einen Mixbecher geben und fein pürieren. Dann das geriebene Brot und etwas Olivenöl dazugeben und zu einer glatten Sauce rühren. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Steaks aus der Marinade nehmen, leicht abtupfen und auf dem Grill je nach Größe von jeder Seite 3-5 Minuten garen. Strau ensteaks mit den Dips servieren.

Saison für grünes Gartengemüse
Rainer Strobel
Montag, 25.06.2001

Leipziger Allerlei

100 g	Erbsen
1	Kohlrabi
200 g	grüner Spargel
100 g	Karotten
1/2	Blumenkohl
50 g	Morcheln
50 g	Krebsschwänze
1	Ei
1	Eigelb
2	altbackene Brötchen
150 ml	Milch
ca. 1/4 l	Gemüsebrühe
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, Muskat, Zucker
	Butter

Alle Gemüsesorten waschen. Kohlrabi und Karotten schälen und in 1 cm starke Stifte schneiden. Blumenkohl in Röschen zerteilen und zusammen mit Kohlrabi- und Möhrenstiften in Salzwasser weich kochen. Anschließend abschrecken. Spargel an den unteren Enden schälen und in Wasser, das mit Salz, Zucker und einem Spritzer Zitronensaft gewürzt wurde bissfest kochen. Erbsen in einem Topf mit Butter und Zucker weich kochen. Die Morcheln gut waschen.

Brötchen zerkleinern und mit kochender Milch übergießen. Das Ei dazugeben, gut untermischen und mit Salz und Muskat würzen. Vom Teig kleine Klößchen abstechen, diese in siedendes Salzwasser geben und bei geringer Hitze garziehen lassen. Das gesamte Gemüse in Butter anschwanken, mit Salz, Zucker und Muskat würzen. Zum Schluss die Morcheln und die Krebsschwänze zugeben.

Für die Sauce die Gemüsebrühe mit etwas Butter (ca. 50 g) leicht einkochen lassen und mit dem Eigelb abbinden.

Das Gemüse und die kleinen Klößchen anrichten, die Sauce darüber geben und mit Petersilie bestreuen.

Saison für grünes Gartengemüse
Vincent Klink
Donnerstag, 28.06.2001

Gebratener Ziegenkäse mit grünem Zwiebelgemüse

250 g	Ziegen-Rollenkäse
2 Bund	Lauchzwiebeln
200 g	Blattspinat
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Brötchen, gerieben
1 Msp	Muskat
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl zum Anbraten

Den Ziegenkäse in Scheiben schneiden und in den Brotbröseln wenden. In einer Pfanne mit Olivenöl den Käse kurz anbraten. Die Lauchzwiebeln putzen, der Länge nach halbieren und in 3 cm lange Stücke schneiden. In einer Pfanne mit Olivenöl die Lauchzwiebeln anschwitzen, dann warm stellen.

Spinat putzen und waschen. Schalotte in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen, Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Frühlingszwiebeln mit Spinat mischen und mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Auf Tellern anrichten und darauf den gebratenen Ziegenkäse geben. Mit Baguettebrot servieren.

Saison für grünes Gartengemüse

Otto Koch

Freitag, 29.06.2001

Zucchini an Lachs gefesselt

2	mittelgroße Zucchini
2	Lachsfilets à ca. 150 g
2	Lauchblätter
1/4 l	Fischfond
1	Tomate
1	Schalotte, fein geschnitten
je 1 EL	Basilikum, Petersilie, Kerbel, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer
	Butter

Tomate enthäuten, entkernen und in Würfel schneiden. Von den Zucchini unten eine dünne Scheibe abschneiden, so dass sie auf dem Teller stehen können. Die Zucchini an einem Ende zur Hälfte schräg einschneiden, dann mit dem Messer horizontal weiter schneiden und am anderen Ende wieder nach oben schneiden. (Zucchini soll am Ende die Form eines Schiffchens haben.) Die Zucchinischiffchen ca. 3 Minuten blanchieren. Die Zuccchiniabschnitte in kleine Würfel schneiden. Die Lauchblätter in lange ca. 5 mm breite Streifen schneiden und kurz blanchieren. Den Lachs so zuschneiden, daß er auf die Zucchinistücke passt. Zucchini und Lachs mit den Lachstreifen umwickeln. Zucchinischiffchen in einen gebutterten Topf geben, etwas Fischfond angießen und zugedeckt ca. 10 Minuten leicht dämpfen.

In der Zwischenzeit in einer Pfanne mit Butter die Zucchiniwürfel mit den Schalotten anschwitzen, mit dem restlichen Fischfond aufgießen und kurz köcheln lassen. Dann Tomatenwürfel, Kerbel, Petersilie und Basilikum untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Gemüsesauce auf den Tellern anrichten und die Lachs-Zucchinistücke darauf geben. Frischen Pfeffer aus der Mühle über den Fisch mahlen.

ARD Buffet Rezepte Juli 2001

Internationale Küche
Enis Akisik, Restaurant Bizim, Köln
Montag, 02.07.2001

Gefüllte Auberginen mit Steinbuttfilets

- 2 Auberginen à 150 g
- 1 Zwiebel à 150 g
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Blattpetersilie, fein geschnitten
- 1,5 EL Dill, fein geschnitten
- 1/2 EL Estragon, fein geschnitten
- 1/2 EL Basilikum, fein geschnitten
- 1/4 TL Zimt
- 1 TL Zucker
- 1 EL Tomatenmark
- 0,45 l Pflanzenöl
- 0,3 l Wasser
- 4 Steinbuttfilets à 150 g
Salz, Pfeffer

350 ml Öl zum Ausbacken der Auberginen in einen tiefen Topf geben. Die Auberginen in der Mitte durchschneiden, salzen, ca. 10 Minuten ruhen lassen. Dann mit Küchenpapier trocken tupfen und in heißem Öl goldgelb ausbacken.

Zwiebeln und Knoblauch schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. In einer Pfanne mit 4 EL Öl leicht dünsten. Tomatenmark, Petersilie, 1 EL Dill, Zimt, Zucker und Salz zugeben und weitere 2 Minuten dünsten. Mit Wasser ablöschen, pfeffern und 2 Minuten aufkochen lassen.

Die Auberginen mit der Masse füllen, wieder in die Pfanne geben und bei geschlossenem Deckel ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen. Die Pfanne vom Herd ziehen und die Auberginen noch darin ruhen lassen.

Die Fischfilets waschen und trocken tupfen. Mit Salz würzen und in einer beschichteten Pfanne mit 3 EL Öl und Basilikum, Estragon und restlichem Dill von beiden Seiten anbraten. Die Auberginen in die Mitte der Teller platzieren, die Steinbuttfilets darauf legen und servieren.

Internationale Küche
Horst Pfeifer, Restaurant Bella Luna, New Orleans
Dienstag, 03.07.2001

Fish-Cakes mit Paprika-Aioli

250 g	Fischfilet (z.B. Lachs, Red Snapper, Kabeljau oder auch Garnelen)
1-2	Brötchen
1/4 Stange	Staudensellerie
je 1	rote und gelbe Paprika
je 2	grüne und rote Peperoni
1	Chilischote
1 TL	Senfpulver
4	Schalotten, fein geschnitten
4	Knoblauchzehen
2	Frühlingszwiebeln
1	Ei
200 g	Mayonnaise
100 g	Semmelbrösel
1 Bund	Koriander
1/2 Bund	Petersilie
1/2 EL	Kumin (gem. Kreuzkümmel)
1 TL	Koriander, gemahlen
50 ml	Balsamico
200 g	Crème fraîche
3	Tomaten
2	Limonen
1	reife Avocado
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl

Für die Fish-Cakes das Fischfilet in feine Würfelchen schneiden. Ebenfalls das Brötchen, den Staudensellerie und eine Schalotte fein schneiden. Vom gelben und roten Paprika je ca. 40 g in feine Würfelchen schneiden. Gemüswürfelchen mit Schalotten, Brot, dem Ei und 100 g Mayonnaise vermischen und mit Salz, Pfeffer und Senfpulver abschmecken. Dann die Fischwürfelchen untermischen. Nochmals abschmecken und aus der Masse kleine Küchlein formen. Die Küchlein in den Semmelbröseln wenden, in Olivenöl von beiden Seiten goldbraun anbraten und dann auf den heißen Rost über der Fettpfanne geben und im Ofen bei 200 Grad ca. 8-10 Minuten knusprig braten.

Für die Aioli restlichen Paprika, Chili, eine Schalotte, zwei Knoblauchzehen und je eine rote und grüne Peperoni entkernen und in grobe Stücke schneiden. Frühlingszwiebeln, 1/2 Bund Koriander und Petersilie waschen und grob schneiden. Das geschnittene Gemüse und Knoblauch in einer Pfanne mit heißem Olivenöl anbraten und leicht bräunen lassen. Dann die Kräuter zugeben und ca. 5 Minuten weiterbraten. Dann Kumin, gemahlene Koriander und Balsamico untermischen und leicht kochen lassen. Die Masse mit einem Mixstab fein pürieren und auskühlen lassen. Zum Schluss Crème fraîche und 100 g Mayonnaise untermischen.

Neben der Aioli noch eine Guacamole zu den Fish-Cakes reichen. Dafür die Avocado schälen, den Kern entfernen, fein zerdrücken und mit dem Saft einer Limone vermischen. Eine Schalotte, eine Knoblauchzehe, je eine halbe rote und grüne Peperoni, eine Tomate und etwas Koriander fein schneiden und unter die Avocado mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur die restlichen Tomaten, Schalotte, Peperoni, Knoblauch und Koriander fein schneiden. In einer Schüssel mit dem Saft einer Limone vermischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Fish-Cakes anrichten, die Garnitur darüber geben und mit Aioli und Guacamole servieren.

Internationale Küche
Anuchit Chetah, Ruen Thai Restaurant, München
Mittwoch, 04.07.2001

Gebratene Garnelen in Prikpau-Sauce (GUNG PAD NAMPRIK PAO)

8	Riesengarnelen
100 g	thailändische Strawpilze oder Champignons
2	Frühlingszwiebeln
2	rote Peperoni
2	kleine Chilischoten
6	Kirschtomaten
10 g	Thai-Basilikum-Blätter
1	kleine Zwiebel
2 EL	Prikpau-Masse
2 EL	Fischsauce
1 EL	Austernsauce (Oystersauce)
3 EL	Fischfond
1/2 TL	schwarzer Pfeffer
1/2 TL	Zucker
4 EL	Pflanzenöl (kein Olivenöl)
250 g	thailändischer Duftreis
	Fett zum Frittieren

Die Garnelen schälen, den Darm entfernen, waschen und mit Küchenkrepp trocken tupfen. Die Pilze halbieren, die Frühlingszwiebeln in 2 cm große Stücke schneiden. Die Zwiebel vierteln, die Tomaten halbieren, die Chilischoten halbieren und die Peperoni in feine Streifen schneiden.

Den Reis waschen, in einen Topf geben und so viel Wasser auffüllen, dass der Reis 1 cm mit Wasser bedeckt ist. Den Reis bei milder Hitze 20 Minuten langsam köcheln lassen.

Die Garnelen in einem Topf mit ca. 1/2 l heißem Fett oder in einer Fritteuse kurz frittieren, abtropfen lassen und beiseite stellen.

4 El Pflanzenöl in einem Wok oder einer beschichteten Pfanne leicht erhitzen. Die Prikpau-Masse, Austernsauce und Fischfond zugeben und unter Rühren leicht köcheln lassen. Dann Fischsauce, Pfeffer und Zucker untermischen. Die Garnelen und die Zwiebel dazugeben und ca. 1/2 Minuten garen lassen. Dann Frühlingszwiebeln, Kirschtomaten, Peperoni, Chilis und Pilze unter Rühren dazugeben. Die Sauce abschmecken und zum Schluss die Basilikumblätter hinzufügen.

Den Reis auf Teller geben, die Garnelen daneben legen und mit der Sauce überziehen.

Internationale Küche
Marc Haerberlin, Auberge de l'ill, Illhausern
Donnerstag, 05.07.2001

Gebratener Lachs mit Knoblauch und Speck

500 g	Lachsfilet mit Haut (geschuppt)
4	Knoblauchzehen
60 g	geräucherter Speck
50 ml	Kalbsfond
1	Schalotte
50 g	Crème fraîche
1 EL	Sherryessig
30 g	kalte Butter
etwas	Mehl
1 EL	Olivenöl
	Pfeffer, Salz

Den Backofen auf 210 Grad vorheizen. Eine tiefe feuerfeste Platte in den Ofen geben und vorwärmen.

Das Lachsfilet mit Salz und Pfeffer würzen und leicht mit Mehl bestäuben. Den Speck in feine Streifen schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und den Lachs darin auf der Fleischseite 2 Minuten braten. Die Knoblauchzehen und den Speck zugeben. Den Lachs wenden und auf der Hautseite 3 Minuten braten. Dann mit der Hautseite nach unten auf die heiße Platte gleiten lassen, mit Knoblauch und Speck umlegen und 15 Minuten im Backofen braten.

In der Zwischenzeit für die Sauce die Schalotte schälen und fein schneiden. Das Öl aus der Bratpfanne abgießen und Schalotte und Essig in die Pfanne geben. Gut verrühren, bis der Essig verdampft ist. Crème fraîche und Kalbsfond angießen und die Sauce einkochen lassen, bis sie schön sämig ist. Mit dem Schneebesen die Butter in kleinen Flöckchen einarbeiten und die Sauce vom Herd nehmen. Den Fisch mit der Sauce anrichten. Dazu passt gut mit etwas Butter gedünsteter Blattspinat.

Internationale Küche
Vincenzo Gorgoglione, Restaurant La Fenice, Stuttgart
Freitag, 06.07.2001

Gefüllte Sepia auf apulische Art

400 g	Sepiolini (kleine Tintenfische)
40 g	Weißbrotkrume
1/2 Bund	Blattpetersilie
1/2 Bund	Fenchelkraut
1	Ei
4	Tomaten
1	Schalotte
1	Frühlingszwiebel
2 TL	Pecorino, gerieben
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl

Von den Tintenfischen die Fangarme abschneiden und diese in kleine Stücke schneiden. Die Tomaten enthäuten, entkernen und in Würfel schneiden. Die Schalotte, Frühlingszwiebel und Kräuter fein schneiden. Die Brotkrume fein zupfen. Das Brot mit der Frühlingszwiebel, den Kräutern, den klein geschnittenen Tintenfischstückchen, der Hälfte der Tomatenwürfel, dem Ei und dem Pecorino mischen. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Tintenfische innen mit Olivenöl bepinseln, mit etwas Salz würzen und mit der Füllung füllen. In einem Topf mit etwas Olivenöl die Schalotte anschwitzen und die restlichen Tomaten zugeben. Alles kurz andünsten, darauf die gefüllten Tintenfische geben und mit geschlossenem Deckel im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad ca. 20 Minuten garen. Dazu passt sehr gut der ital. Wein Greco di Tufo aus der Region Kampanien.

Mit einem guten Tropfen fein abgeschmeckt
Iris Precht-Hallé
Montag, 09.07.2001

Gefüllter Kopfsalat mit Riesengarnelen und Champagnermayonnaise

2	kleine Kopfsalate
1	Chicorée, rot
1 Stange	Staudensellerie
2	Eigelb
2 EL	trockener Weißwein
1	Zitrone
1/2 TL	Senf
1/4 l	Sonnenblumenöl
3 EL	geschlagene Sahne
2 - 4 EL	Champagner
4 EL	Himbeeressig
8 EL	Traubenkernöl
1 EL	Honig
6	Riesengarnelen
250 g	Himbeeren
1 Bund	Kerbel
etwas	Mehl
1 Msp	Cayennepfeffer
	Pfeffer, Salz
	Olivenöl zum Anbraten

Vom Kopfsalat die äußeren Blätter abtrennen, das Herz auseinander zupfen, gut waschen und auf ein Sieb geben. Die Selleriestange putzen und in dünne Scheiben schneiden. Das obere Drittel vom Chicorée abschneiden, die Blätter lösen und beiseite legen. Den restlichen Chicorée würfeln, mit Sellerie und etwas gehacktem Kerbel mischen. Himbeeressig, Traubenkernöl und Honig verrühren, mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken. Die Chicorée-Sellerie-Mischung darin marinieren.

Eigelb mit Wein, dem Saft einer halben Zitrone und Senf verrühren. Dann unter ständigem Rühren, am besten mit einem elektrischen Mixer, langsam das Sonnenblumenöl dazugießen. Die Mayonnaise mit Cayennepfeffer, Salz und Pfeffer würzen. Die Garnelen schälen und den Darm entfernen, mit etwas Zitronensaft und Salz würzen. Dann in Mehl wenden und in heißem Olivenöl von beiden Seiten braten.

Die Salatherzen auseinander drücken, durch das Himbeerdressing ziehen und auf einem Teller anrichten. Die Chicoréespitzen unter dem Salat anrichten. Die Salatmischung in den Kopfsalat füllen, die Riesengarnelen dazugeben. Zum Schluss die geschlagene Sahne unter die Mayonnaise rühren und mit einem Schuss Champagner abschmecken. Die Champagnermayonnaise löffelweise über den Salat verteilen. Mit frischen Himbeeren und Kerbel garnieren.

Mit einem guten Tropfen fein abgeschmeckt
Ute Herzog
Dienstag, 10.07.2001

Zander mit Rieslingkrautkruste

2	Zanderfilets à 150 g
300 g	Weißkraut
200 ml	Riesling
50 ml	weißer Portwein
4 EL	Crème fraîche
1 EL	Senf
1 EL	Weißweinessig
1 EL	geriebenes Semmelmehl
1 EL	Minze, fein geschnitten
ein paar	Minzeblättchen
etwas	Mehl
	Salz, Pfeffer, Zucker
	Butter

Das Kraut fein schneiden und in einem Topf mit etwas Butter und 1 EL Zucker andünsten. Mit Riesling und Essig ablöschen, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 20 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Zanderfilets waschen, trocken tupfen, leicht mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wenden. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Zum Kraut den Portwein geben, 3 EL Crème fraîche einrühren und nochmals abschmecken.

Zum Schluss die fein geschnittene Minze untermischen. Ca. 3 EL Kraut mit der restlichen Crème fraîche mischen und für die Kruste beiseite stellen. Das Rieslingkraut warm halten.

Die Zanderfilets in einer Pfanne mit Butter von jeder Seite 2 Minuten anbraten. Dann die Oberseite der Filets mit Senf einstreichen, darauf gleichmäßig die Krautmasse für die Kruste verteilen, mit Semmelmehl bestreuen und ein paar Butterflöckchen auflegen. Die Fischfilets im Backofen kurz goldbraun backen. Das Rieslingkraut auf Tellern anrichten, das Zanderfilet anlegen und mit Minzeblättchen dekorieren.

Dazu passt Baguette oder Kartoffelpüree.

Mit einem guten Tropfen fein abgeschmeckt
Vincent Klink
Mittwoch, 11.07.2001

Whiskygeschnetztes vom Schweinefilet

1	Schweinefilet
2	Zwiebeln, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
2	Frühlingszwiebeln mit Grün
50 g	Champignons
1	Chilischote
2 cl	Whisky
1 TL	grüner Pfeffer
1/4 l	Bratenfond
1/8 l	Sahne, geschlagen
50 g	Reis
1	Ei
60 g	Mehl
60 ml	Milch
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer
	Butter

Den Reis gar kochen und auf einem Sieb abtropfen lassen. Frühlingszwiebeln mit Grün fein schneiden, die Champignons in dünne Scheiben schneiden und den grünen Pfeffer im Mörser zerstoßen. Chili halbieren, die Kerne entfernen und dann fein schneiden. Mehl mit Ei, Milch und einer Prise Salz vermischen und 5 EL dieses Teiges mit dem abgetropften Reis vermischen. Die Reismasse mit Pfeffer und Salz würzen und in einer Pfanne mit Butter aus dieser Masse kleine Reisküchlein ausbacken.

Das Fleisch schnetzeln, mit etwas Salz würzen und in einer Pfanne mit Butter und dem Pfeffer anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen und warm stellen. In der Fleischpfanne die Zwiebeln, Chili und Champignons mit etwas Butter anschwitzen, Knoblauch zugeben und wenig später den Whisky. Mit Bratenfond ablöschen und kurz aufkochen lassen.

Frühlingszwiebeln und geschlagene Sahne darunter mischen, einmal kurz durchschwenken und abschmecken. Das Fleisch wieder in die Sauce geben, Petersilie untermischen und mit den Reisküchlein anrichten.

Mit einem guten Tropfen fein abgeschmeckt
Vincent Klink
Donnerstag, 12.07.2001

Matelote vom Seeteufel

300 g	Seeteufelfilet
4	große Garnelen
2	Schalotten
1/8 l	Sahne, geschlagen
1/8 l	Weißwein
50 g	frische Champignons
1 Zweig	Estragon
2	Eigelb
1 EL	Kerbel, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten

Das Seeteufelfilet waschen und in Medaillons schneiden. Den Garnelen die Köpfe abschneiden und die Schwänze aus der Schale lösen. Dazu die Schale der Länge nach einschneiden, am Schnitt aufbiegen und den Schwanz herauspulen. Das dicke Schwanzende in der Mitte längs einschneiden. So wird beim Kochen das ganze Schwanzstück gleichzeitig gar.

Die Schalotten fein hacken und die Champignons in feine Scheibchen schneiden. Die Schalotten und die Champignons in Butter hell andünsten und mit dem Wein ablöschen. Seeteufelmedaillons und Garnelenschwänze mit in die Pfanne geben und alles ca. 5-7 Minuten gut durchkochen. Danach die Fischstücke aus dem Fond nehmen und beiseite stellen. Die Garnelenköpfe dem Fond zugeben und mit einer Gabel kräftig zerdrücken, so dass das Mark austritt. Anschließend das Ganze durch ein Sieb passieren. Die beiseite gestellten Fischstücke in den passierten Fond geben, mit Pfeffer, Salz, feingeschnittenem Estragon und Kerbel würzen. Die geschlagene Sahne mit dem Eigelb vermischen und bei leichter Hitze unter das Gericht mischen. Alles nochmals abschmecken und servieren. Dazu passt gut Reis.

Mit einem guten Tropfen fein abgeschmeckt
Otto Koch
Freitag, 13.07.2001

Steinbutt in Rotweinbutter-Sauce und Lauchgemüse

500 g	Steinbuttfilet (oder Heilbutt)
1/2 l	trockener, kräftiger Rotwein
1/4 l	Kalbsfond
100 g	franz. Salzbutter
1 Stange	Lauch
1/4 l	Gemüsebrühe
6	kleine Frühkartoffeln
	Salz, Pfeffer
	Butter

Die Kartoffeln schälen, gleichmäßig "schnitzen" und in Salzwasser weich kochen. Den Lauch putzen und in schräge Scheiben schneiden. Gemüsebrühe mit etwas Butter aufsetzen, den Lauch zugeben und gar köcheln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Rotwein in einen Topf geben und um die Hälfte einkochen lassen, den Kalbsfond zugeben und nochmals um die Hälfte reduzieren lassen. Dann die Salzbutter in kleinen Flöckchen untermischen und die Sauce montieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Fisch in gleichmäßige Stücke schneiden, würzen und in einer Pfanne mit Butter von beiden Seiten anbraten.

Den Fisch auf dem Lauchgemüse anrichten, mit der Rotweinbutter-Sauce umgießen und die Kartoffeln als Beilage dazu reichen.

Snackküche: Sandwiches, Toasts & Co.
Rainer Strobel
Montag, 16.07.2001

Thunfischsandwich

6 Scheiben	Vollkorntoast
50 g	Salatjoghurtcreme
2 kl. Dosen	Thunfisch
2 EL	Kapern
2	Eier
12	Sardellenfilets
2	Limetten
2	Tomaten
1/2	Lollo rosso
1 Bund	Schnittlauch
	Salz, Pfeffer

Die Lollo rosso Blätter zupfen, waschen und abtropfen lassen. Die Eier hart kochen, abkühlen lassen, schälen und in Scheiben schneiden. Die Kapern hacken. Die Toastscheiben tosten. Eine Limette schälen und vorsichtig filetieren. Von der anderen Limette die Schale abreiben und den Saft auspressen. Limettenfilets, -saft und -abrieb in die Salatjoghurtcreme geben. Die Tomaten in dünne Scheiben schneiden. Den Thunfisch mit einer Gabel zerdrücken und die Kapern untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Toastscheiben mit der Limettencreme bestreichen. Auf je 2 Scheiben Salatblätter, Tomatenscheiben und den angemachten Thunfisch geben. Auf je 2 Scheiben wieder Salatblätter, Eier, Sardellen und Schnittlauchröllchen geben. Die Eier-Sardellen-Scheiben auf die Thunfisch-Scheiben setzen und die beiden letzten Brotscheiben mit der Creme nach unten aufsetzen.

Snackküche: Sandwiches, Toasts & Co.
Vincent Klink
Mittwoch, 18.07.2001

Focaccia mit Tomaten, Basilikum und Kopfsalatröllchen

250 g	Mehl
1/2 Päckchen	Trockenhefe
175 ml	lauwarmes Wasser
2	Tomaten
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
1 Bund	Basilikum, fein geschnitten
2 EL	Parmesan, gerieben
1 kleiner	Kopfsalat
1 Stange	Lauch
20 ml	Apfelessig
20 ml	Balsamico
1/2 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl

Für die Focaccia das Mehl mit Wasser, Hefe und 1 TL Olivenöl schnell verrühren, am besten mit der Küchenmaschine. Den Teig mit einem feuchten Tuch abgedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.

In der Zwischenzeit die Tomaten häuten, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauch in einer Pfanne mit Olivenöl andünsten, Tomatenwürfel zugeben. Wenig später Basilikum und Parmesan untermischen und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Salat und Lauch putzen und waschen. Lauch in dünne Ringe schneiden, Salatblätter abzupfen und einzeln aufrollen. Die Salatblätter durch die Lauchringe stecken, ähnlich wie durch Serviettenringe. Die Essige mit 40 ml Olivenöl zu einer Vinaigrette mischen, Schnittlauch untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Ein Backbrett mit Mehl bestäuben, aus dem Teig kleine Kugeln formen und diese 3 mm dick auswellen. In einer Pfanne mit reichlich Olivenöl die Teigplatten nach und nach von beiden Seiten anbraten bzw. ausbacken. Die Focaccio mit der Tomatenmasse bestreichen, in Stücke schneiden und mit den Salatröllchen anrichten. Die Vinaigrette über die Salatröllchen träufeln oder als Dip dazureichen.

Snackküche: Sandwiches, Toasts & Co.
Vincent Klink
Donnerstag, 19.07.2001

Bruschetta mit verlorenem Ei und Parmaschinken

4 Scheiben	ital. Weißbrot
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe
1 Bund	Basilikum
5	Oliven
2	Tomaten
100 g	Parmaschinken
4	Eier
1 EL	Essig
	Pfeffer, Salz
	Olivenöl

Tomaten würfeln, Oliven klein hacken. Schalotten in einer Pfanne mit Olivenöl dünsten. Tomatenwürfel und Oliven zugeben und warm werden lassen. Die Brotscheiben in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten rösten. In der Zwischenzeit 1 l Wasser mit 1 EL Essig und 1 EL Salz aufsetzen und zum Sieden bringen.

Knoblauch halbieren und die Brotscheiben mit der Knoblauchzehe einreiben. Dann mit Parmaschinken belegen und die geschmolzenen Tomaten darauf geben. Mit Basilikumblättchen bestreuen.

Die Eier einzeln in Tassen aufschlagen und ins heiße (kurz vor dem Siedepunkt) Wasser geben. Mit einem Schaumlöffel immer wieder kontrollieren, dass sich die Eier nicht berühren. Das Wasser zum Kochen bringen und dann sofort den Topf vom Herd ziehen, die Eier ca. 3 Minuten ziehen lassen. Dann mit dem Schaumlöffel herausnehmen und auf die Brote geben.

Snackküche: Sandwiches, Toasts & Co.
Otto Koch
Freitag, 20.07.2001

Riesenhamburger

1 türkisches Fladenbrot mit Sesam
einige Salatblätter
2 Tomaten
1 Zwiebel
500 g Hackfleisch
1 Schalotte, fein geschnitten
80 g Brötchen vom Vortag
1 EL Petersilie, fein geschnitten
2 TL milder Paprika
etwas Milch
Salz, Pfeffer
Öl zum Anbraten

Tomaten und Zwiebel in feine Ringe schneiden. Brötchen in Würfel schneiden und in etwas Milch einweichen. Hackfleisch mit eingeweichtem Brötchen, Schalotte, Petersilie, Paprika, Salz und Pfeffer gut vermischen. In einer Teflonpfanne das Öl erhitzen und die Fleischfarce ähnlich einem Rösti in die Pfanne drücken. Von jeder Seite ca. 3 Minuten braten. Das Fladenbrot horizontal halbieren und im Backofen bei ca. 150 Grad kurz anbacken. Dann eine Brothälfte mit Salatblättern, Tomaten und Zwiebelscheiben belegen. Den gebratenen Riesenhamburger darauf legen und zuletzt die andere Brothälfte. Den Riesenhamburger wie einen Kuchen in Stücke aufteilen und servieren.

Süße Genüsse mit Sommerfrüchten
Rainer Strobel
Montag, 23.07.2001

Überbackene Waldbeeren

500 g	frische Waldbeeren
65 g	Zucker
4 cl	Grand Marnier
1/2 Bund	Zitronenmelisse
3	Eigelb
100 ml	Sahne
100 ml	Milch
25 g	geschlagene Sahne
2 cl	Amaretto
30 g	Mandelblättchen

Die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett rösten. Die Beeren auslesen und putzen. Dann die Beeren mit 50 g Zucker bestreuen und mit dem Grand Marnier marinieren. Die Zitronenmelisse fein schneiden und unter die Beeren mischen.

Dann die Beeren in zwei feuerfeste Schälchen geben.

Eigelb mit restlichem Zucker und Amaretto im Wasserbad aufschlagen. Milch und flüssige Sahne zugeben und weiterschlagen. Zum Schluss die geschlagene Sahne und die Mandelblättchen unterheben. Die Creme über die Beeren geben und unter der Grillschlange überbacken. Die überbackenen Beeren gleich servieren. Dazu passt sehr gut Vanilleeis.

Süße Genüsse mit Sommerfrüchten
Ute Herzog
Dienstag, 24.07.2001

Beerenkaltschale mit Buttermilch und Pumpernickel

200 g	gemischte Beeren
75 ml	Sahne
350 ml	Buttermilch
ca. 70 g	Zucker
1	Zitrone, unbehandelt
2 EL	Himbeergeist oder Kirschwasser
4 Scheiben	Pumpernickel
60 g	Haferflocken
	Butter

Pumpernickel in kleine Würfel schneiden und mit dem Himbeergeist "parfümieren". Ein paar Beeren für die Dekoration zur Seite legen. Die restlichen Beeren mit Sahne, der Hälfte der Buttermilch und 60 g Zucker in einen Mixer geben und pürieren. Anschließend durch ein Sieb passieren. Von der Zitrone die Schale abreiben und Zitronenschale und die restliche Buttermilch unter die pürierten Beeren rühren. Dann alles kalt stellen. In einer Pfanne etwas Butter schmelzen und darin die Pumpernickelwürfel mit etwas Zucker rösten. Aus der Pfanne nehmen und die Haferflocken auf die gleiche Weise rösten.

Pumpernickel mittig auf die Suppenteller geben, darauf die Haferflocken verteilen und mit den Beeren dekorieren. Die kalte Buttermilchsuppe vorsichtig angießen und sofort servieren.

Süße Genüsse mit Sommerfrüchten

Vincent Klink

Donnerstag, 26.07.2001

Pfirsich mit Zabaione und Granatapfelsauce

4	Pfirsiche (am besten weiß fleischig)
1	Granatapfel
1	Rosenblüte, ungespritzt
3 Tropfen	Rosenwasser (aus der Apotheke)
2 EL	Grenadinesirup
250 g	Zucker
1	Vanillestange
3	Eigelb
5 EL	Weißwein

Ein Liter Wasser mit 200 g Zucker aufkochen. Die Vanillestange aufschneiden, das Mark herausstreichen und zum Zuckerwasser geben. Die Pfirsiche im Zuckerwasser weich kochen. Dann die Haut abziehen und in dem Zuckerwasser erkalten lassen.

Den Granatapfel rundherum einritzen und in der Mitte auseinander brechen. Dann die Kerne herauslösen und diese in Grenadinesirup einlegen. Die Rosenblütenblätter, das Rosenwasser und 10 g Zucker dazugeben und untermischen.

Für die Zabaione Eigelb mit 40 g Zucker und Weißwein vermischen und auf dem Wasserbad steif schlagen.

Die ausgekühlten Pfirsiche halbieren und die Kerne entfernen. Den Rosenblütensalat auf Tellern anrichten, die Pfirsiche darauf legen und die Zabaione angießen.

Sommertomaten - unwiderstehlich gut
Frank Bundschu
Montag, 30.07.2001

Klare Tomatenessenz mit Ricotta-Basilikum-Klößchen

1/2 l	Gemüsebrühe
600 g	vollreife Strauchtomaten
1 EL	Tomatenmark
1/2 Bund	Basilikum
100 g	Ricotta
1	Eigelb
1 EL	Mehl
	Salz, Pfeffer, Zucker

2 Tomaten enthäuten, entkernen und würfeln. Die restlichen Tomaten waschen, den Blütenstrunk entfernen und dann vierteln. Tomatenviertel mit der kalten Gemüsebrühe ansetzen. Tomatenmark hinzufügen und bei leichter Hitze 20 Minuten köcheln lassen. Alles mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Für die Ricottaklößchen Basilikum fein schneiden. Die Stiele mit in die Suppe geben. Ricotta mit Eigelb, Mehl und geschnittenem Basilikum mischen und gut verrühren. Aus der Masse kleine Klößchen abstechen und diese in kochendem Salzwasser 5 Minuten ziehen lassen.

Die Suppe durch ein feines Küchentuch passieren und nochmals abschmecken.

Tomatenwürfel und Klößchen als Einlage in die Suppenteller geben und die Suppe darüber gießen.

Sommertomaten - unwiderstehlich gut
Ute Herzog

Dienstag, 31.07.2001

Frittata mit zweierlei Tomaten

125 g	Ziegenfrischkäse
5	Eier
9	reife Tomaten
1	Zwiebel
2	Schalotten
2	Knoblauchzehen
80 ml	Tomatensaft
50 ml	trockener Weißwein
3 EL	Balsamico, weiß
2 EL	Honig
1 EL	Basilikum, fein geschnitten
1 EL	Oregano, fein geschnitten
1 EL	Thymian, fein geschnitten
	Zucker, Piment
	Salz, Pfeffer
	Sonnenblumenöl, Butter

Die Zwiebel und eine Knoblauchzehe fein würfeln. 4 Tomaten entkernen und streifig schneiden. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebelwürfel und Knoblauch darin andünsten. Dann die Tomatenstreifen zugeben, kurz dünsten und mit Salz und Pfeffer würzen. Einen Esslöffel Butter zugeben und schmelzen lassen.

Eier und Ziegenkäse glatt rühren, mit Pfeffer würzen und in die Tomatenpfanne gießen. Die Hitze reduzieren und die Eimasse 5 Minuten stocken lassen. Dann mit einem Deckel verschließen und so lange ziehen lassen, bis die Oberfläche leicht trocken ist.

Die restlichen Tomaten enthäuten, entkernen und in Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauchzehe fein schneiden. Honig in einem Topf erhitzen, Essig zugeben und gut durchkochen. Dann Schalottenwürfel, Knoblauch und Tomatenwürfel zugeben und kräftig durchschmoren. Mit dem Tomatensaft und dem Weißwein ablöschen und mit Zucker, Salz, Pfeffer und Piment abschmecken. Zum Schluss die Kräuter untermischen.

Die Frittata halbieren, auf Teller geben und die Sauce angießen.

Dazu passt gut Baguette und Salat.

Sommertomaten - unwiderstehlich gut

Vincent Klink

Mittwoch, 01.08.2001

Tomatenrelish mit Piccata vom Schweinefilet

1	kleines Schweinefilet
3	Schalotten, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, gepresst
150 ml	Gemüsebrühe
2	Fleischtomaten, enthäutet
1 EL	Tomatenmark
1/8 l	Weißwein
1 EL	Zitronensaft
1 Bund	Basilikum, fein geschnitten
1Msp	Piment
1	frisches Lorbeerblatt
1/2 TL	Zucker
	Salz, Pfeffer
	Butter
	Olivenöl

Die Tomaten enthäuten und würfeln. Zwei gewürfelte Schalotten in einer Pfanne mit Olivenöl und einer Knoblauchzehe anschwitzen. Zucker darüber streuen und karamellisieren lassen. Das Tomatenmark hinzugeben und mit Weißwein ablöschen. Die gewürfelten Tomaten dazugeben und mit 1/8 l Gemüsebrühe auffüllen. Alles gut durchkochen, so dass eine gewisse Sämigkeit erreicht wird. Dann in eine Schüssel umfüllen und Basilikum, 2 EL Olivenöl, Zitronensaft, Pfeffer und Salz zugeben und vermischen.

Das Schweinefilet in Medaillons schneiden, diese leicht plattieren und mit Pfeffer und Salz würzen. In einer Pfanne mit Butter die Medaillons von beiden Seiten jeweils fünf Minuten bei geringer Hitze braten, dann aus der Pfanne nehmen und warm stellen. In der Fleischpfanne eine gewürfelte Schalotte und eine Knoblauchzehe braun rösten und mit 4 EL Gemüsebrühe ablöschen. Piment und Lorbeerblatt begeben und kurz aufkochen lassen. Die Medaillons anrichten, mit dem Bratensaft begießen und mit dem Tomatenrelish servieren.

Sommertomaten - unwiderstehlich gut
Vincent Klink
Donnerstag, 02.08.2001

Tomatenschnitzel

2	große Fleischtomaten
---	----------------------

2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
2 Bund	Basilikum, fein geschnitten
2 EL	Weißwein
2 Scheiben	Toastbrot, fein gerieben
2 EL	Mehl
2	Eier
	Olivenöl
	Salz, Pfeffer

Schalotten und Knoblauch in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen, zur Seite stellen und Basilikum und Weißwein untermischen und mit Pfeffer und Salz würzen. Alles in einen Mixbecher umfüllen und mit dem Pürierstab 3 EL Olivenöl unterarbeiten.

Die Fleischtomaten in dicke Scheiben schneiden, pfeffern, salzen und wie ein Schnitzel in Mehl, verquirltem Ei und Brotbröseln panieren und in Olivenöl ausbacken.

Die Tomatenschnitzel auf Tellern anrichten, mit der Basilikum-Olivenölsauce beträufeln und mit Rucolasalat oder grünem Salat servieren.

Sommertomaten - unwiderstehlich gut
Otto Koch
Freitag, 03.08.2001

Tomatenragout mit frischem Koriander und Lachsforelle

5	reife Tomaten
1	Knoblauchzehe
1	Schalotte, fein geschnitten
1 Bund	frischer Koriander

2 Lachsforellenfilets à 180 g
1/4 l Sahne
Salz, Pfeffer
Olivenöl

Die Tomaten kurz blanchieren und schälen. 4 Tomaten entkernen und in Würfel schneiden. Die Tomatenkerne zusammen mit einer ganzen Tomate durch ein feines Sieb drücken, so dass ein klarer Tomatensaft entsteht. Den Tomatensaft mit Sahne in einen Topf geben und um 1/3 einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die leicht mit Pfeffer und Salz gewürzten Fischfilets dämpfen und dann die Haut abziehen. Die Tomatenwürfel mit Schalotten und Knoblauch in Olivenöl kurz anschwitzen, den fein gehackten Koriander zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fischfilets auf dem Tomatenragout anrichten und mit der weißen Tomatensauce umgießen.

Curry, das Gewürz Asiens
Susanne Hornikel
Montag, 06.08.2001

Lammcurry

1 Lammfilet
350 g Lammschulter
1 Zwiebel, fein geschnitten
4 EL gewürfeltes Suppengemüse
8 getrocknete Aprikosen
2 frische Aprikosen

2 TL	Curry
100 ml	Lammfond
4 cl	Sherry
2 EL	geschälte Mandelkerne
1 Tasse	Bulgur
etwas	Gemüsebrühe
	Salz, Pfeffer, Zucker
	Olivenöl, Butter

Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten. Die Lammschulter in Würfel schneiden und in einer Pfanne mit Öl goldbraun braten. Dann herausnehmen, salzen und pfeffern. Das Suppengemüse und Zwiebelwürfel im Bratfett anrösten. Das Lamm wieder zugeben und mit Curry und einer Prise Zucker bestäuben. Mit Lammfond und Sherry aufgießen und zugedeckt 30-40 Minuten schmoren.

Dann die getrockneten Aprikosen zugeben und weitere 20 Minuten schmoren.

Vor dem Servieren abschmecken und mit gerösteten Mandeln bestreuen.

Bulgur in einem Topf mit Öl anrösten und mit Gemüsebrühe aufgießen. Zugedeckt bei milder Hitze 15 Minuten quellen lassen, bis die Flüssigkeit komplett aufgesogen ist.

Die frischen Aprikosen vierteln und entsteinen. Mit Butter und Zucker in einem kleinen Topf karamellisieren lassen.

Das Lammfilet in Olivenöl rosa braten, dann salzen und pfeffern. Aus der Pfanne nehmen, kurz ruhen lassen und dann schräg aufschneiden.

Das Lammragout zusammen mit dem Lammfilet, den Aprikosen und dem Bulgur auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Curry, das Gewürz Asiens

Ute Herzog

Dienstag, 07.08.2001

Hähnchenfilet mit Okraschoten in Kokossahne

2	Hähnchenbrustfilets
400 ml	Kokosmilch
30 g	Erdnüsse, geröstet
1 TL	Curry
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 TL	Ingwer, gerieben
2	Okraschoten

1/2 TL	Kreuzkümmel
1/2 TL	Piment
1/2 TL	Zimt
1/2 TL	Kurkuma
etwas	Zitronensaft
	Salz, Cayennepfeffer
	Sonnenblumenöl

Die Okraschoten in feine Streifen schneiden. Etwas Öl erhitzen und Knoblauch und Ingwer darin andünsten. Kreuzkümmel, Piment, Zimt und die Hälfte des Curry zugeben und so lange braten, bis alle Gewürze gut duften. Die Kokosmilch angießen und alles ca. 3 Minuten köcheln lassen. Dann die Hähnchenbrüste und Okrastreifen zugeben und 4 Minuten in der Kokosmilch garen. Dann Kurkuma einrühren und mit Zitronensaft, Salz, Cayennepfeffer und restlichem Curry würzen. Zum Schluss die Erdnüsse untermischen. Das Hähnchencurry mit Basmatireis servieren.

Curry, das Gewürz Asiens
Vincent Klink
Mittwoch, 08.08.2001

Thunfisch mit Curry gebraten und Couscous

2	Thunfischsteaks à 200 g
100 g	Couscous
5	Schalotten, fein geschnitten
ca. 1/4 l	Gemüsebrühe
1/2	gelbe Paprika
1/2	rote Paprika
1 TL	Zucker
1 TL	Zimt, gemahlen

2 TL	Koriander
4 EL	Kreuzkümmel
1 TL	Fenchelsamen
1 EL	Kurkuma
1	kleine getrocknete Chili
1 TL	Ingwer, gemahlen
1/2 TL	Kardamom
1 TL	schwarzer Pfeffer
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl

Für das Curry Zimt, Koriander, Kreuzkümmel, Fenchelsamen, Kurkuma, Chili, Ingwer, Kardamom und schwarzen Pfeffer in einen Mörser geben und gut zermahlen. Die Thunfischsteaks mit Salz, Pfeffer und dem selbst gemachten Curry würzen und mit etwas Zucker bestreuen. Den Thunfisch in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten je 5 Minuten anbraten. Dann herausnehmen und warm stellen.

Die Paprika in feine Würfel schneiden. Eine gewürfelte Schalotte in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen. Couscous zugeben und so viel Fleischbrühe zugeben, dass ein lockerer Brei entsteht. Einmal aufkochen lassen, dann den Topf vom Herd ziehen und ein paar Minuten stehen lassen. Paprikawürfel untermischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die restlichen Schalotten in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen und mit Pfeffer und Salz würzen.

Thunfisch kurz vor dem Servieren kurz unter die Grillschlange geben. Dann auf Tellern anrichten, die Schalotten darüber geben und mit dem Couscous servieren.

Curry, das Gewürz Asiens

Vincent Klink

Donnerstag, 09.08.2001

Zucchini mit roter Currypaste

300 g	Zucchini
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe
1/4 l	kräftige Gemüsebrühe
1 TL	Mehl
	Salz
	Olivenöl

Für die Currypaste

1 TL	Koriandersamen
1/2 TL	Kreuzkümmel
1	kleine getrocknete Chili

1/2	rote Paprika, fein gewürfelt
1 TL	Ingwer, gerieben
1 EL	Zitronengras, fein geschnitten
1 TL	Limonenschale, fein geschnitten
1 Zweig	grüner Koriander
1 TL	schwarzer Pfeffer
1 TL	Garnelenpaste

Für die Currypaste Koriandersamen und Kreuzkümmel in einer Pfanne rösten, dann mit den restlichen Curryzutaten in einen Mörser geben und zu einer Paste verarbeiten.

Die Zucchini der Länge nach vierteln, dann in zentimetergroße Würfel schneiden.

Die Schalotten in einer Pfanne mit Olivenöl hellbraun rösten. Den Knoblauch und die Zucchinistücke dazugeben und bei großer Hitze anschwitzen. Mit Mehl bestäuben und mit Brühe ablöschen. Bei geschlossenem Deckel ca. 5 Minuten köcheln lassen. Zum Schluss den entstanden Fond im offenen Topf einkochen lassen und 1 EL Currypaste untermischen. Mit Salz abschmecken.

Zucchini Gemüse als kleines Gericht nur mit Baguette servieren oder zu Fischgerichten reichen.

Curry, das Gewürz Asiens
Otto Koch
Freitag, 10.08.2001

Bananen-Curry mit Scampis und Duftreis

6	Scampis mit Kopf
1	reife Banane
1	Schalotte, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, gepresst
2 TL	Ingwer, gerieben
1	Tomate
2	getrocknete Chilis
1 TL	Zitronengras, fein geschnitten
1 TL	thailändische Shrimp-Paste
1 TL	Koriander, gemahlen

1 TL	Curry
1/4 l	Fischfond
1/4 l	Kokosmilch, ungesüßt
100 g	Duftreis
1/2 Bund	frischer Koriander
	Butter

Den Reis in einem zugedeckten Topf mit Wasser aufkochen lassen und sachte etwa 15 Minuten ziehen lassen.

Die Banane schälen und würfeln, die Tomate würfeln und die getrockneten Chilis zerdrücken. Scampis schälen und den Darm entfernen. Die Scampischalen in einem Topf mit Butter, Schalotten und Knoblauch anschwitzen. Ingwer, Tomate und Banane zugeben. Dann die Chilis, Zitronengras, Koriander, Curry und Shrimp-Paste unterrühren. Mit dem Fischfond ablöschen und mit der Kokosmilch auffüllen. Alles sachte ca. 5 Minuten kochen lassen. Dann durch ein feines Sieb passieren.

Die Scampis anbraten, mit der Sauce übergießen und die Scampis darin noch einige Minuten ziehen lassen.

Zum Anrichten den Reis in die Mitte eines Tellers häufen, die Scampis darum anrichten und mit der Sauce übergießen. Mit frisch gehackten Korianderblättern bestreuen.

Coole Gerichte für heiße Tage

Rainer Strobel

Montag, 13.08.2001

Tellersülze von Fisch und Meeresfrüchten

150 g	Seeteufelfilet
100 g	Rotbarbenfilet
100 g	Doradenfilet
100 g	Cocktailshrimps
2	Riesengarnelen
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
300 ml	Fischfond
je 30 g	Lauch, Schalotte, Karotte, Zuckerschoten
1	Chilischote
100 ml	Weißwein
5 Blatt	Gelatine
etwas	Dill
	Salz, Pfeffer, Essig

Olivenöl

Die Fischfilets und die Riesengarnelen in 3 cm große Quadrate schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Olivenöl kurz anbraten. Dann gut auskühlen lassen. Das Gemüse putzen, Lauch und Schalotten in feine Ringe, Karotte und Zuckerschoten in feine Streifen schneiden. Die Chilischote längs halbieren und die Samen entfernen. Den Fischfond mit Weißwein aufkochen, Gemüsewürfel, Knoblauch und Chili zugeben und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. In der Zwischenzeit die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Eingeweichte Gelatine gut ausdrücken und im warmen (nicht kochenden) Gemüse-Fischfond unter ständigem Rühren auflösen. Fischfilets und Meeresfrüchte in 2 Suppenteller verteilen, mit Dillspitzen garnieren. Das abgekühlte Fischfondgelee (es muss kurz vor dem Gelieren sein) darüber gießen. Dann die Sülze im Kühlschrank einige Stunden gut durchkühlen. Mit Bratkartoffeln oder Baguette servieren.

Coole Gerichte für heiße Tage

Ute Herzog

Dienstag, 14.08.2001

Kaltes Süppchen aus Gurkendreierlei mit Lachstatar

1,5	Salatgurken
2	Essiggurken
3	Senfgurken
100 ml	Milch
100 ml	Buttermilch
200 g	Crème fraîche
50 ml	Gurkeneinlegsaft
1 Bund	Dill
1 TL	geriebener Meerrettich
3 EL	Gemüsebrühe
4 Scheiben	Räucherlachs
etwas	Zitronensaft

Salz, Pfeffer, Zucker

Eine Salatgurke schälen, entkernen und fein würfeln. Essig- und Senfgurken ebenfalls würfeln und die Gurkenwürfel mit Milch, Buttermilch, Gemüsebrühe und 100 g Crème fraîche pürieren. 1/2 Bund Dill grob hacken, zur Suppe geben und nochmals pürieren. Die Suppe mit dem Gurkensud, Salz, Pfeffer und Zucker gut abschmecken und in den Kühlschrank geben.

Die übrige halbe Gurke längs halbieren und entkernen.

Den restlichen Dill fein schneiden, den Räucherlachs hacken und mit restlicher Crème fraîche, Dill, Meerrettich und Zitronensaft vermischen. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Lachsmasse in die ausgehöhlten Gurkenhälften geben, diese wieder zusammensetzen und fest in Folie gewickelt 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Dann die Gurke in Scheiben schneiden, auf Suppenteller verteilen und die kalte Gurkensuppe angießen. Mit einem Klecks Crème fraîche und Dill garnieren.

Coole Gerichte für heiße Tage

Vincent Klink

Mittwoch, 15.08.2001

Taboule mit scharfen Hähnchenkeulen

100 g	Couscous
1	Zwiebel, fein geschnitten
4	Schalotten, grob gewürfelt
6	Knoblauchzehen
1/2	Chilischote, fein geschnitten
1	Zitrone
3	Tomaten
1	Salatgurke
2	Hähnchenkeulen
100 g	Champignons
1/4 l	Geflügelbrühe
ca. 1/4 l	Gemüsebrühe
3 EL	Weißwein
3 Zweige	Minze, fein geschnitten

1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
1 Zweig	Thymian
2 EL	Blattpetersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl

Gurke schälen, halbieren, die Kerne herausstreichen und dann würfeln. Die Tomate ebenfalls würfeln. Die Zitrone auspressen. Die Zwiebel in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen. Couscous zugeben und so viel Gemüsebrühe zugeben, dass ein lockerer Brei entsteht. Einmal aufkochen lassen, dann den Topf vom Herd ziehen und ein paar Minuten stehen lassen. Minze, Petersilie, Tomatenwürfel, Gurke, Weißwein und 6 EL Olivenöl untermischen und den Taboule-Salat mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken. Die Hähnchenkeulen kräftig pfeffern und salzen. Schalotten und ganze Knoblauchzehen mit den Geflügelteilen in einer Kasserolle mit Olivenöl rundum braun braten. Mit 1/8 l Geflügelbrühe ablöschen und Chili und den Thymian dazugeben. Alles im geschlossenen Topf etwa 20 Minuten schmoren, dabei immer wieder etwas Brühe nachgießen. Kurz vor Ende der Garzeit die geviertelten Champignons zugeben. Dann das Geflügel herausnehmen, Petersilie unter den Bratensaft mischen und diesen abschmecken. Taboule anrichten, die Hähnchenkeulen dazugeben und mit dem Bratensaft begießen.

Coole Gerichte für heiße Tage
Vincent Klink
Donnerstag, 16.08.2001

Ochsenmaulsalat mit Bratkartoffeln

200 g	Ochsenmaul, sauer eingelegt
300 g	Kartoffeln, halbfest kochend
1	Frühlingszwiebel
1 TL	Koriander, geschrotet
1/2 TL	schwarzer Pfeffer, geschrotet
1 EL	Balsamico
1 TL	Ahornsirup
2 EL	Sahne
1 Bund	Rucola, fein geschnitten
1	Tomate, gewürfelt
2 EL	Olivenöl
2 EL	Schweineschmalz
1	Zwiebel, fein geschnitten
	Pfeffer, Salz
	Majoran oder Kümmel

Die Kartoffeln kochen, pellen und auskühlen lassen. Den Ochsenmaulsalat beim Metzger bestellen. Die Ochsenmaulscheiben auf ein Sieb geben und mit kaltem Wasser abschwenken. Dann in eine Schüssel geben und mit wenig Salz, Koriander, Pfeffer, Balsamico, Ahornsirup, Sahne, Tomaten und Olivenöl anmachen. Den

Salat 15 Minuten ziehen lassen. Die Frühlingszwiebel mit Grün fein schneiden. Dann Rucola und das Zwiebelgrün untermischen. Nochmals mit etwas Essig, Pfeffer und Salz abschmecken.

Kartoffeln am besten auf dem Gurkenhobel rädeln. Schweineschmalz in eine Pfanne geben die Kartoffeln bei großer Hitze schwenken, bis sie Farbe angenommen haben. Dann die Zwiebeln zugeben und so lange schwenken, bis alles braun ist. Mit Pfeffer, Salz, Majoran oder Kümmel würzen. Kartoffeln mit dem Ochsenmaulsalat servieren.

Coole Gerichte für heiße Tage

Otto Koch

Freitag, 17.08.2001

Exotischer Fruchtsalat mit Wassermelonenfrappé

1	reife Ananas
1	reife Mango
1	rosa Grapefruit
1	reife kleine Melone (Cavaillon)
1	Kiwi
1	Banane
3	Passionsfrüchte
50 g	Cashewnüsse
50 g	Sultaninen
1 EL	Akazien-Honig
1 kg	Wassermelone
etwas	Zitronensaft
	Zucker
	Butter

Die Wassermelone in kleine Stücke schneiden und durch ein feines Sieb passieren. Den Saft mit Zucker abschmecken, in eine flache Metallschüssel geben und in das Gefrierfach stellen. Alle 5 Minuten mit einem Schneebesen umrühren. Wenn das „Rühreis“ beginnt, fest zu werden, mit etwas Zitronensaft abschmecken.

Die Ananas längs halbieren und vorsichtig das Fleisch herausschneiden, so dass eine „Schüssel“ entsteht. Ananasfleisch ohne den Strunk in gleich große Stücke schneiden. Mango, Grapefruit, Melone, Kiwi und Banane schälen und in Stücke schneiden. Die Passionsfrüchte halbieren, das Fruchtfleisch mit den Samen herauslösen, kurz aufmixen und durch ein Sieb streichen. Die verschiedenen Früchte in eine Schüssel geben und mit Honig, Passionsfruchtsaft und den Sultaninen anmachen. Die Cashewnüsse in Butter anrösten. Den Fruchtsalat in die Ananashälften einfüllen. Die warmen Cashewnüsse darüber streuen. Im letzten Moment mit einem Esslöffel das Wassermelonenfrappé auf dem Fruchtsalat anrichten.

Mittelmeerküche
Rainer Strobel
Montag, 20.08.2001

Kaninchen mit Thymian und Tomaten

4	Kaninchenkeulen
1/2 Bund	Thymian
4	Lorbeerblätter
100 g	Frühstücksspeck
4	Knoblauchzehen
2	Schalotten
2	Tomaten
150 g	getrocknete Tomaten
2 EL	gemischte Kräuter, fein geschnitten (Basilikum, Rosmarin, Bohnenkraut, Petersilie)
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl

Schalotten, Knoblauch und die Hälfte des Thymians fein schneiden. Kaninchenkeulen mit einem großen Messer halbieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch und Thymian mischen und die Kaninchenstücke darin wenden. Die Speckscheiben auf der Arbeitsplatte ausbreiten und Kaninchenstücke mit 1/2 Lorbeerblatt und einem Zweig Thymian in den Speck einrollen. Mit einem Küchenbindfaden fest binden. Die Tomaten vierteln und entkernen. Die Kaninchenkeulen in einer Kasserolle mit Olivenöl anbraten. Tomatenviertel und Schalotten zugeben und alles im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad 15 Minuten schmoren

lassen. Dann die klein geschnittenen getrockneten Tomaten zugeben und weitere 15 Minuten schmoren lassen.

Die Keulen anrichten. In die entstandene Sauce die gemischten Kräuter geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken, die Sauce angießen. Zu den Kaninchenkeulen Baguette oder Fladenbrot servieren.

Mittelmeerküche

Ute Herzog

Dienstag, 21.08.2001

Risotto mit Fenchel und Scampi

150 g	Risottoreis
6	Scampi
1	Schalotte, fein geschnitten
1/2	Fenchelknolle
500 ml	Gemüsebrühe
80 ml	trockener Weißwein
2 EL	Pernod
etwas	Safran
	Cayennepfeffer
	Salz
	Butter, Olivenöl

Die Fenchelknolle putzen, das Grün entfernen und zur Seite legen. Den Wurzelansatz entfernen, die übrige Knolle in feine Streifen schneiden. In einem breiten Topf etwas Butter und Olivenöl erhitzen, Schalottenwürfel und Fenchelstreifen darin andünsten. Den Reis zugeben und kurz anbraten, die Hitze reduzieren und etwas Wein und Brühe zugießen. Sobald sich der Reis mit der Flüssigkeit vollgesogen hat, wieder Brühe und Wein nachgießen. Dazwischen immer gut umrühren, damit nichts ansetzt oder anbrennt. Safran in etwas Wein auflösen und zugeben. Der Reis ist nach ca. 25 Minuten gar.

Die Scampi aus den Schalen lösen, längs halbieren und den Darm entfernen. In einer Pfanne mit Olivenöl die Scampi braten, mit Pernod beträufeln und warm stellen.

Risotto mit Salz und Cayennepfeffer würzen, ein Esslöffel Butter unterrühren und anrichten. Scampi mit Bratenfond über den Reis geben und mit Fenchelgrün dekorieren.

Mittelmeerküche
Vincent Klink
Mittwoch, 22.08.2001

Pasta mit Artischocken und Pesto

500 g	Spaghetti
8	kleine Artischocken (Carciofini)
30 g	Pinienkerne
1 Bund	Basilikum
100 g	Pecorino, gerieben
3	Sardellenfilets
1/2	Chilischote
1 TL	schwarze Pfefferkörner
1/4 l	kalt gepresstes Olivenöl
	Zitronensaft
	Salz, Pfeffer

Für das Pesto die Basilikumblätter grob schneiden und mit Pinienkernen, Pecorino, Sardellen, Chili und Pfefferkörnern in den Mixer geben. Darauf das Olivenöl gießen und alles mixen.

Artischocken waschen und die Stiele glatt abschneiden. Artischocken um ca. ein Drittel mit einem scharfen Messer stutzen. Die harten Hüllblätter rund um den Stiel nach unten in abreisen. Dann noch alle holzigen Teile am Blütenstiel vom Bodenrand zum Stielende hin abschneiden bzw. mit einem Messer abschälen. Die Artischocken halbieren und das „Heu“ entfernen, am besten mit einem Kugelausstecher. (Ist das Heu sehr weich, muss es nicht entfernt, sondern kann auch mitgegessen werden.) Die Herzen sofort in Zitronenwasser legen. Die Herzen je nach Größe in reichlich Zitronen-Salz-Wasser ca. 12 Minuten garen, abtropfen lassen und in einer Pfanne mit Olivenöl kurz anbraten.

Die Spaghetti in reichlich Salzwasser al dente kochen, abschütten und die gebratenen Artischocken und das Pesto darunter mischen. Etwas Pfeffer darüber streuen und servieren.

Mittelmeerküche

Vincent Klink

Donnerstag, 23.08.2001

Korsische Fischsuppe

150 g	Lottfilet
150 g	Rotbarbenfilet
500 g	Fischkarkassen (kein Lachs)
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1/4 l	Weißwein
1	Fenchel
1	Karotte
1	Bleichsellerie
2	Tomaten, gewürfelt
100 g	Kartoffeln
1/2 Stange	Lauch
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
1 Bund	Salbei, fein geschnitten
ein paar	Safranfäden
	Pfeffer und Salz
	Olivenöl

Das Lottfilet in Scheiben schneiden, Rotbarbenfilets bleiben ganz. Das Gemüse putzen, die Kartoffeln schälen und in zentimetergroße Würfel schneiden. Die Karkassen in reichlich Wasser gut durchspülen.

Die Gräten mit einem Liter Wasser in einem großen Topf auf den Herd stellen und zum Kochen bringen. Die Abschnitte der Gemüse, Pfeffer und Salz hineingeben und eine halbe Stunde kochen lassen. Den Fond durch ein feines Sieb passieren.

Die Zwiebel grob würfeln und in Olivenöl mit gehacktem Knoblauch goldbraun anbraten und mit den Kartoffeln in die passierte Brühe geben, die leicht vor sich hin köcheln sollte.

Ungefähr fünf Minuten später das restliche Gemüse bis auf die Tomaten und den Lauch zugeben. Safran untermischen und nach 10 Minuten die Fischfilets und den Lauch dazugeben. Nochmals ca. 5 Minuten kochen, dann Salbei, Petersilie und die Tomaten dazugeben. Kurz aufkochen, den Topf vom Herd ziehen, Weißwein unterrühren und abschmecken.

Mittelmeerküche
Otto Koch
Freitag, 24.08.2001

Tintenfische auf Sherrysauce mit feinem Ratatouille

400 g	kleine Tintenfische (höchstens 7-8 cm groß)
1/8 l	Fischfond
1/8 l	Crème double
1/8 l	trockener Sherry
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
1	Zucchini
1	kleine Aubergine
2	Tomaten
3	Zwiebeln, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, gepresst
1	Kartoffel
1 Zweig	Rosmarin
	Salz, Pfeffer
	Butter
	Olivenöl

Die Tintenfische putzen, die Kartoffel kochen, pellen und in feine Würfelchen schneiden. Die Tomaten enthäuten, entkernen und würfeln, Zucchini und Aubergine ebenfalls würfeln.

Zwiebeln mit einer Knoblauchzehe in Olivenöl anschwitzen und Kartoffeln, Zucchini und Auberginen zugeben. Alles kurz anschwitzen, dann Tomatenwürfel und Rosmarin zugeben und noch 2 - 3 Minuten langsam garen. Das Ratatouille abdecken und warm stellen.

Fischfond mit Sherry um gut die Hälfte einkochen lassen und mit der Crème double auffüllen. Dann noch ein wenig einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Am Schluss noch etwas Butter unterrühren.

Die Tintenfische in Olivenöl mit etwas Knoblauch ca. 6 Minuten anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Ratatouille noch mal heiß machen und in der Mitte des Tellers flach verteilen. Die Tintenfische darauf anrichten, mit der gehackten Petersilie bestreuen und mit der Sauce umgießen.

Kochen für Berlin
Rainer Strobel
Montag, 27.08.2001

Berliner Buletten à la Rainer Strobel

150 g	Rinderhack
150 g	Schweinemet
1	Gewürzgurke
2	Zwiebeln
1 TL	grüner Pfeffer
1	Brötchen
1	rote Paprika
1	Ei
2	Schusterjungs (dunkle Brötchen)
2 EL	Remoulade
2 EL	Chilisauce
1 EL	Senf
ein paar	Salatblätter
etwas	Majoran
	Salz, Pfeffer
	Sonnenblumenöl

Eine Zwiebel und die Gurke fein schneiden. Das Brötchen in lauwarmen Wasser einweichen und gut ausdrücken. Hackfleisch und Mett in eine Schüssel geben, das Brötchen, Gurke, Zwiebel, grüner Pfeffer und Ei dazugeben und alles gut vermischen. Mit Chilisauce, Salz, Pfeffer, Senf und Majoran würzen. Aus der Masse flache Buletten formen und diese in einer Pfanne mit Öl saftig braten. In der Zwischenzeit die übrige Zwiebel und die Paprikaschote in Ringe schneiden. Die Schusterjungs halbieren und kurz unter dem Grill rösten. Zwiebelringe in einer Pfanne braun braten. Die untere Hälfte der Schusterjungs mit Remoulade bestreichen, dann zuerst Salatblätter, Hacksteaks, gebratene Zwiebelringe und Paprikaringe darauf geben. Noch etwas Chilisauce darauf verteilen und mit der anderen Brötchenhälfte abdecken. Sofort servieren.

Kochen für Berlin
Ute Herzog
Dienstag, 28.08.2001

Berliner Eisbein à la Ute Herzog

1	Eisbein, gepökelt
1	Zwiebel
1	Schalotte, fein geschnitten
50 g	Lauch
je 50 g	Karotten, Sellerie, Paprika, Zucchini und Champignons
250 g	Sauerkraut
100 ml	Weißwein
250 g	Erbsen
50 g	Crème fraîche
2 EL	Petersilie, fein geschnitten
2 EL	Schnittlauch, fein geschnitten
2 TL	Senf
2	Lorbeerblätter
2	Nelken
50 g	Schweineschmalz
	Butter
	Zucker, Muskat
	Salz, Pfeffer

Die Gemüsezwiebel mit einem Lorbeerblatt und den Nelken spicken. Das Eisbein in einen Topf geben, mit Wasser bedecken und mit der gespickten Zwiebel knapp 3 Stunden kochen. Karotte, Sellerie, Paprika, Zucchini und Champignons in feine Würfelchen schneiden. Lauch in Streifen schneiden.

Vom Eisbeinsud 300 ml zur Seite stellen, im restlichen Sud die Gemüsegewürfel und Lauchstreifen blanchieren. Dann herausnehmen und abtropfen lassen. Schalotte in einem Topf mit Schweineschmalz andünsten, Sauerkraut und Lorbeerblatt zugeben und mit Wein und 100 ml Eisbeinsud ablöschen. Das Kraut ca. 30 Minuten köcheln lassen. Die Erbsen ca.

7 Minuten in kochendem Wasser garen, abseihen und mit 20 g Butter pürieren. Das Püree mit Salz, Pfeffer, Zucker und Muskat abschmecken.

Für die Sauce 200 ml Eisbeinsud aufkochen, mit 50 g Butter und Crème fraîche aufschlagen. Dann Senf, Petersilie und Schnittlauch unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Eisbein würfeln und in vier Ringe pressen. Die Hälfte der Gemüsewürfel und Lauchstreifen darauf verteilen. Dann das Erbspüree dick aufstreichen oder aufspritzen. Das Sauerkraut auf Tellern anrichten, das Eisbeintörtchen darauf setzen und den Ring entfernen. Die restlichen Gemüsewürfel in die Sauce geben und diese angießen.

Kochen für Berlin

Vincent Klink

Mittwoch, 29.08.2001

Aal nach Vincent Klink

500 g	Aal
3	Schalotten, fein geschnitten
1 EL	Koriander, geschrotet
1 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
2 Zweige	Salbei
1/4 l	Weißwein
	Butter
	etwas abgeriebene Zitrone
	Salz, Pfeffer, Muskat

Vom Fischhändler die Haut des Aals abziehen lassen. Den Aal waschen, auch von innen, dort verläuft am Rücken ein Blutstrang, der mit einem Kaffeelöffel freigelegt und gesäubert werden sollte.

Den Aal in daumenlange Stücke schneiden und mit Pfeffer und Salz würzen. In einer großen Pfanne die Fischstücke von beiden Seiten bei geringer Hitze in Butter jeweils fünf Minuten braten. Dann herausnehmen und warm stellen. Die Schalotten in der Pfanne anschwitzen, den Wein dazugießen und aufkochen lassen. Das Fischfleisch von den Gräten lösen, dann wieder in die Pfanne geben und bei geschlossenem Deckel 7 Minuten weiter dünsten. Koriander, Salbeiblätter und die Petersilie einstreuen und die Fischstücke darin wenden, so dass der Fisch wie grün paniert wirkt. Mit Zitronenabrieb, Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Aal mit Petersilienkartoffeln servieren.

Kochen für Berlin
Vincent Klink
Donnerstag, 30.08.2001

Berliner Leber à la Vincent Klink

4	dünne Kalbsleberscheiben à 80 g
1 EL	scharfen Senf
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
50 g	gerauchter Bauchspeck, fein gewürfelt
4	große Wirsingblätter (möglichst groß)
1	Ei
1 EL	Brotbrösel
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
2 Zweige	Thymian, fein geschnitten
1 Bund	frisches Bohnenkraut
200 g	breite grüne Bohnen
1	Frühlingszwiebel
4	getrocknete Tomaten
1	Apfel
1 Msp	Muskat
	Salz, Pfeffer
	Butter

Die Wirsingblätter in Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Die getrockneten Tomaten mit heißem Wasser überbrühen und klein schneiden. Den Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und dann würfeln. Die Bohnen putzen, in Salzwasser weich kochen, in Eiswasser abschrecken und in 3 cm lange Stücke schneiden. Das dicke Ende der Frühlingszwiebel achteln, das Grün in feine Röllchen schneiden. Die Leberscheiben in heißer Butter kurz von beiden Seiten anbräunen und gleich auf einen kalten Teller geben. Würzen mit Pfeffer und Salz. Schalotten, Knoblauch und Speck in Butter anschwitzen. Senf, Petersilie und Thymian dazugeben. Mit Pfeffer und wenig Salz würzen. Dieses Geröstel auf zwei Leberscheiben verteilen und die anderen Scheiben darauf legen. Die Lebersandwiches mit Brotbröseln bestreuen und in die weichgekochten Wirsingblätter einwickeln. Die Enden der Blätter mit

verquirltem Ei bestreichen, so dass sie beim Erhitzen fest zusammenkleben. Dann in einer Pfanne mit Butter bei mittlerer Hitze von beiden Seiten jeweils 2 Minuten braten. Frühlingszwiebel in einer Pfanne mit Butter anschwitzen, Äpfel und die Tomaten dazugeben und weichbraten. Bohnen, Bohnenkraut und das Zwiebelgrün zugeben und gut durchschwenken. Mit Muskat, Pfeffer und Salz abschmecken und mit den Lebersandwiches servieren.

Kochen für Berlin
Otto Koch
Freitag, 31.08.2001

Berliner Bollen à la Otto Koch

2	Lammhaxen, ausgelöst
1	rohe grobe Bratwurst, mit Majoran gewürzt
1	Schweinenetz
je 100 g	Schalotte, Karotte, Sellerie
2	Zwiebeln
1	Knoblauchzehe
1	Tomate
1/4 l	trockener Rotwein
1/4 l	Kalbs- oder Lammfond
1/4 l	Gemüsebrühe
6	Kartoffeln
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
etwas	gemahlener Kümmel
etwas	Mehl
	Butter
	Salz, Pfeffer

Schalotte, Karotte und Sellerie in feine Würfel schneiden, Zwiebeln in feine Ringe schneiden, Tomate würfeln. Die Lammhaxen mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Wurstbrät füllen und in das Schweinenetz einwickeln. Die Lammhaxen mit den Gemüsewürfeln in eine Kasserolle geben und im Ofen bei 200 Grad braten. Nach 5 Minuten mit dem Rotwein ablöschen und noch weitere 45 Minuten weiterbraten. Dabei ev. noch Wasser nachgießen. Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen, dann abgießen und zerdrücken. Mit der heißen Brühe zu einem Püree verrühren und die Petersilie untermischen.

Für die Sauce die Zwiebelringe in Butter anschwitzen, mit etwas Mehl bestäuben und mit dem Bratenfond auffüllen. Die zerdrückte Knoblauchzehe zugeben, ebenso den Kümmel, Salz und Pfeffer.

Die gegarten Haxen schräg anschneiden und mit dem Kartoffelpüree anrichten. Den entstandenen Bratenfond noch in die Sauce gießen, und die Sauce um die Haxen geben.

ARD Buffet Rezepte September 2001

Gurken, Zucchini & Co. - erntefrisch auf den Tisch
Rainer Strobel
Montag, 03.09.2001

Zucchinipralinen

12	Riesengarnelen oder Jakobsmuscheln
200 g	Hechtfilet
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
2	Zucchini
4	Tomaten, gewürfelt
1 Bund	Dill, fein geschnitten
1/2 Bund	Basilikum, fein geschnitten
150 ml	Sahne
etwas	Zitronensaft
	Olivenöl
	Salz, Pfeffer, Muskat

Das Hechtfilet in Würfel schneiden und mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft würzen. Alles in einen Cutter geben und zusammen mit der Sahne zu einer Farce verarbeiten. Zum Schluss Dill untermischen und kalt stellen.

Die Garnelen schälen, den Darm entfernen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Garnelen in einer Pfanne mit Olivenöl kurz anbraten (ca. 1 Minute). Die Jakobsmuscheln ebenfalls würzen und kurz anbraten.

Die Zucchini waschen und in ca. 2 mm dicke Längsscheiben schneiden, am besten mit einer Aufschnittmaschine. Je 2 Zucchinisheiben über Kreuz legen und in die Mitte ca. 1 EL Fischfarce geben. Darauf eine Garnele oder Jakobsmuschel legen und wieder mit Farce bedecken. Dann die Zucchinisheiben darüber zusammenklappen und zu einem schönen Päckchen formen.

Die Zucchini-päckchen in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten sachte braten.

Die Tomaten, Schalotte und Knoblauch in einer Pfanne mit Olivenöl anschwelen. Mit Salz und Pfeffer würzen und Basilikum untermischen.

Tomaten auf Tellern anrichten, die Zucchini-pralinen darauf setzen und mit Reis oder Baguette servieren.

Gurken, Zucchini & Co. - erntefrisch auf den Tisch
Ute Herzog
Dienstag, 04.09.2001

Seeteufel in Zucchini mantel mit Oliven-Vinaigrette

160 g	Seeteufelfilet
2	große Zucchini
1/2	Möhre
1/2	rote Paprika
1	Schalotte, fein geschnitten
8	schwarze Oliven
75 ml	Gemüsebrühe
130 ml	Olivenöl
3 EL	Reis, gekocht
etwas	Zitronensaft
je 1 EL	Rosmarin, Thymian, Oregano, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer
	Alufolie

Eine halbe Zucchini in kleine Würfel schneiden, mit dem Sparschäler von den restlichen Zucchini Längsstreifen abziehen. Möhren und Paprika ebenfalls klein würfeln. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Schalotten und Gemüsewürfel zugeben, salzen, pfeffern und 5 Minuten dünsten.

Aus Alufolie Rechtecke vorbereiten. Jeweils 5 Zucchini streifen auf ein mit etwas Olivenöl eingefettetes Aluminiumrechteck nebeneinander legen und mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

Seeteufelfilet halbieren, quer einschneiden (aber nicht durchschneiden), aufklappen und etwas plattieren. Seeteufelrechtecke auf die Zucchini streifen legen.

Etwas vom gedünsteten und gut abgetropften Gemüse mit dem Reis mischen und auf die Fischplatten streichen. Diese nun mit Hilfe der Alufolie aufrollen, die Seiten zudrehen wie bei einem Bonbon und für 15 Minuten in den 180 Grad heißen Ofen geben.

In einem Topf die Gemüsebrühe erhitzen und die restlichen Zucchini streifen zugeben und 5 Minuten darin dünsten. Zu den Gemüsewürfeln in der Pfanne das restliche Olivenöl geben, nochmals kurz aufkochen und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Die gehackten Kräuter einrühren. Fisch-Rolle aus dem Ofen nehmen, auspacken und an die gedünsteten Zucchini streifen legen. Die Sauce angießen und mit halbierten Oliven aus garnieren.

Gurken, Zucchini & Co. - erntefrisch auf den Tisch
Vincent Klink
Mittwoch, 05.09.2001

Mit Hähnchen gefüllte Gurke

3	Hähnchenbrüste
2	Salatgurken
2	Schalotten, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, gepresst
2	Fleischtomaten
3 Scheiben	Kastenweißbrot
5	entkernte Oliven
1 Zweig	Rosmarin
1 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
1 TL	Paprikapulver
1/2 TL	Ingwerpulver
1 Msp	Puderzucker
1 EL	Sojasauce
	Olivenöl
	Pfeffer, Salz

Die Gurken halbieren, mit einem Löffel die Kerne herausnehmen, mit einem Kugelausstecher die Gurken aushöhlen und das Ausgehöhlte klein hacken. Die Tomaten entkernen und würfeln. Schalotten und eine Knoblauchzehe in Olivenöl andünsten. Tomatenwürfel, Gurkenstücke, gehackte Oliven und Rosmarin zugeben und schmoren, bis die entstandene Flüssigkeit weitgehend eingekocht ist. Dann das gewürfelte Weißbrot und Petersilie untermischen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Aus einer Knoblauchzehe, Paprikapulver, Ingwer, Puderzucker, Pfeffer, Sojasauce und einem Esslöffel Olivenöl eine Marinade mischen und die Hähnchenbrüste damit einstreichen.

In einer Pfanne mit Olivenöl die Hähnchenbrüste anbraten. Eine Brust etwas früher herausnehmen, klein schneiden und unter die Weißbrot-Tomatenmasse mischen. Die ausgehöhlten Gurken damit füllen, mit Olivenöl bepinseln und 10-15 Minuten in den 180 Grad heißen Ofen geben. Die anderen Brüste fertig braten und warm stellen.

Die gefüllten Gurken mit den Hähnchenbrüsten servieren.

Gurken, Zucchini & Co. - erntefrisch auf den Tisch
Vincent Klink
Donnerstag, 06.09.2001

Forelle auf Gurkengemüse

2	Forellen
350 g	Gartengurken
100 g	Blattspinat
1	Sardelle, fein geschnitten
1/2	Brötchen, gerieben
1	Eigelb
3	Schalotten, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, gepresst
1/4 l	Milch
ca. 1/8 l	Gemüsebrühe
1,5 EL	Mehl
4	Dillblüten
	Butter
	Salz, Pfeffer, Muskat

Eine gewürfelte Schalotte und eine Knoblauchzehe in einem Topf mit Butter anschwitzen, mit einem EL Mehl bestäuben und mit der Milch aufgießen. Mit dem Schneebesen alles verrühren und aufkochen lassen. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und vom Herd ziehen. Die Stiele des Spinats entfernen und den Spinat in Salzwasser kurz blanchieren, dann gut auspressen. Den Spinat mit etwas Sauce begießen, das Eigelb, die Sardelle und das geriebene Brötchen untermischen. Die Forellen auswaschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Spinatmasse in die Fische füllen und mit einem Küchenbindfaden umwickeln. Die Fische in eine gebutterte feuerfeste Form legen und ca. 30 Minuten bei 180 Grad im Ofen garen.

Die Gurken schälen, der Länge nach vierteln, die Kerne mit einem Löffel abstreifen und dann würfeln. Zwei Schalotten in einem Topf mit Butter anschwitzen. Knoblauch und Gurkenstücke zugeben und anschwitzen. Bei geringer Hitze weiterbraten, mit dem restlichen Mehl bestäuben und immer wieder mit Gemüsebrühe ablöschen. Zum Schluss die restliche Sauce und die Dillblüten untermischen. Kurz aufkochen und abschmecken.

Die Forellen aus dem Ofen nehmen und mit dem Gurkengemüse anrichten.

Gurken, Zucchini & Co. - erntefrisch auf den Tisch
Otto Koch
Freitag, 07.09.2001

Zucchini- und Kürbisbeignets mit Joghurt-Dip

200 g	Zucchini
200 g	Kürbis, geschält
125 g	Mehl
125 ml	Milch
1 TL	Sonnenblumenöl
2	Eiweiß
200 g	Joghurt
2	Tomaten
1 Bund	Koriander, fein geschnitten
etwas	Zitronensaft
1 TL	Rosenpaprika
	Zucker, Zimt
	Salz, Pfeffer

Die Tomaten enthäuten, entkernen und in Würfel schneiden. Kürbis und Zucchini in feine Streifen schneiden und Kürbis kurz blanchieren.

Mehl und Milch vermischen, Öl, eine Prise Salz, Zucker und Zimt untermischen. Das Eiweiß steif schlagen und unterheben. Unter diese Masse langsam die Zucchini- und Kürbisstreifen mischen. In einer beschichteten Pfanne aus der Masse kleine Küchlein ausbacken und warm stellen.

Joghurt mit Paprikapulver vermischen. Mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und die Tomatenwürfel untermischen. Zum Schluss den gehackten Koriander unterheben.

Die Gemüsebeignets mit dem Joghurt-Dip anrichten.

Saucengerichte
Rainer Strobel
Montag, 10.09.2001

Tempura von Rotbarsch auf Currysauce

300 g	Rotbarschfilet
150 g	Tempuramehl
2	Zitronen
1	Banane
1/2	reife Mango
1/4	Ananas
1	Schalotte, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, fein geschnitten
2 EL	Madrascurry
150 ml	Gemüsebrühe
150 ml	Sahne
2 EL	Sojasauce
2 EL	Sesamöl
2 EL	Olivenöl
	Fett zum Frittieren

Das Rotbarschfilet in ca. 2 cm breite Streifen schneiden. Die Zitronen auspressen und den Saft mit Sojasauce und Sesamöl mischen. Darin die Fischstreifen marinieren.

Die Früchte schälen und in 2 cm große Würfel schneiden. Das Tempuramehl mit Eiswasser anrühren.

In einem Topf die Schalotten und Knoblauch mit Olivenöl anschwitzen. Mit dem Currypulver abstäuben und die Früchte dazugeben. Diese ebenfalls anschwitzen und mit Gemüsebrühe und Sahne auffüllen. Dann ca. 15 Minuten leicht köcheln lassen und mit einem Mixstab pürieren. Ev. mit Salz würzen.

Das Frittierfett in einen tiefen Topf geben und auf ca. 160 Grad erhitzen. Den Fisch durch den Tempurateig ziehen und im Frittierfett ca. 2 Minuten ausbacken. Auf Küchenkrepppapier abtropfen lassen.

Tempura-Rotbarsch mit der Sauce anrichten. Dazu passt sehr gut Basmatireis.

Saucengerichte
Ute Herzog
Dienstag, 11.09.2001

Gefüllte Eier in grüner Sauce

60 g	Mayonnaise
1/4 l	saure Sahne
1 kleine Dose	Gänseleberterriner oder 100 g getrüffeltes Kalbsleberwurst
6	Eier
200 g	frische Kräuter (Dill, Schnittlauch, Petersilie, Estragon, Pimpinelle, Zitronenmelisse, Borretsch)
40 g	Semmelbrösel
4 Scheiben	Baguette
etwas	Zitronensaft
	Sonnenblumenöl
	Salz, Pfeffer, Zucker

5 Eier hart kochen, gut auskühlen und schälen. Mayonnaise mit der sauren Sahne und dem Zitronensaft gut vermischen. Ein gekochtes Ei fein hacken und einarbeiten. Alles mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Die gewaschenen und getrockneten Kräuter ebenfalls klein schneiden und unterheben. Die Sauce mindestens 30 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen. Die restlichen hart gekochten Eier längs halbieren und vorsichtig das Eigelb herausnehmen. Die Eigelb mit der Gänseleberterriner mittels einer Gabel gut vermischen und wieder in die Eihälften füllen. Die Eier wieder zusammensetzen. Das rohe Ei verquirlen und die gefüllten Eier darin wälzen, anschließend in den Bröseln. Das Öl erhitzen und die panierten Eier darin goldbraun ausbacken. Die Baguettescheiben aushöhlen, die gebackenen Eier darauf setzen und mit der grünen Sauce umgießen.

Saucengerichte
Vincent Klink
Mittwoch, 12.09.2001

Spaghetti mit Lammsugo

250 g	Spaghetti
300 g	Lammschulter
3	Zwiebeln
1	Schalotte, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, gepresst
250 g	Tomaten, gewürfelt
100 g	Parmesan
1	Karotte
1/8	Sellerie
1/2	Petersilienwurzel
1/4 l	Rotwein
1/4 l	Fleischbrühe
1 EL	Tomatenmark
15	Basilikumblätter
1 Zweig	Rosmarin
1/2 TL	Lavendelblüten
	Olivenöl
	Salz, Pfeffer

Das Fleisch in erbsengroße Würfel schneiden, Karotte, Sellerie, Petersilienwurzel und die Zwiebeln ebenso. Alles einem Topf mit Olivenöl braun rösten. Eine gepresste Knoblauchzehe und Tomatenmark dazugeben und immer mit Fleischbrühe ablöschen. Mit Rotwein auffüllen, Rosmarin und Lavendel dazugeben und bei geschlossenem Deckel 20 Minuten durchkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, den Rosmarinzweig wieder herausnehmen und mit offenem Deckel die restliche Flüssigkeit im Topf etwas reduzieren lassen. Die Spaghetti in einem großen Topf mit kochendem Salzwasser al dente kochen. In der Zwischenzeit die Tomaten mit Schalotten und Knoblauch in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen. Mit Pfeffer und Salz würzen und gut kochen lassen, bis die Tomaten beginnen, sich aufzulösen. Die Spaghetti abschütten, in eine Schüssel geben, etwas Olivenöl, die Tomatenmasse und Basilikumblätter darunter mischen. Spaghetti anrichten, Lammsauce darüber geben und mit Parmesan bestreuen.

Saucengerichte

Vincent Klink

Donnerstag, 13.09.2001

Stroganoff von der Truthahnbrust

300 g	Truthahnbrust
3	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
4 EL	Suppengemüse, fein geschnitten
3 EL	gekochte Rote Bete, gewürfelt
4	Dörripflaumen, fein geschnitten
1 Bund	Blatt Petersilie, fein geschnitten
1/8 l	Fleischbrühe
1/8 l	Rotwein
4 EL	Saure Sahne
1 EL	Cognac
1 TL	Speisestärke
	Butter
	Salz, schwarzer Pfeffer

Das Fleisch in feine Steifen schneiden und in einer Pfanne mit Butter von allen Seiten bei großer Hitze anbraten. Mit Pfeffer und Salz würzen und auf einen großen Teller geben. In der Fleischpfanne die Schalotten in Butter so lange rösten, bis sie goldbraun sind. Knoblauch dazugeben und mit Brühe, Rotwein und Cognac ablöschen. Rote Bete, Gemüsewürfel und Dörripflaumen untermischen und die Flüssigkeit um die Hälfte einkochen lassen.

Den Fleischsaft, der aus dem geschnetzten Fleisch austrat, unter die Sauce mit dem Gemüse mischen. Die Speisestärke mit etwas Wasser anrühren, nach und nach in die Sauce einrühren und diese binden. Vor dem Anrichten die Petersilie und das Fleisch in die Sauce geben. Kurz aufkochen lassen, die saure Sahne unterheben und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Stroganoff anrichten und mit Reis oder Nudeln servieren.

Saucengerichte

Otto Koch

Freitag, 14.09.2001

Saibling auf Karottensauce mit Kräuterkartoffeln

4	Saiblingfilets
200 g	Karotten
400 g	Pellkartoffeln
1/8 l	Sahne
etwas	Gemüsebrühe
2 EL	grüner Tee mit Blüten
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
1/2 Bund	Kerbel, fein geschnitten
etwas	Honig
	Speiseöl
	Butter
	Salz, Pfeffer

Die Kartoffeln kochen und schälen. Die Karotten schälen, würfeln und in Salzwasser blanchieren.

Die Saiblingfilets entgräten, salzen und auf einen leicht geölten Teller legen. Diesen Teller in einen Dämpfer mit etwas Wasser und dem grünen Tee geben und den Fisch 5-6 Minuten sanft dämpfen.

Die Karotten mit der Sahne in einen Mixer geben und fein pürieren. Soviel Brühe zugeben, dass eine sämige Sauce entsteht. Die Sauce erhitzen und mit Salz, Pfeffer und etwas Honig abschmecken.

Die Kartoffeln in einer Pfanne mit Butter kurz schwenken und die Kräuter untermischen. Fischfilets mit Karottensauce und den Kartoffeln anrichten.

Vielfältige Reisküche
Rainer Strobel
Montag, 17.09.2001

Reis Trauttmansdorff

200 g	Rundkornreis
1/2 l	Milch
1/2 l	Pfirsichsaft (oder Orangensaft)
20 g	Pistazien, gehackt
3	reife Pfirsiche
1	Vanilleschote
etwas	Zitronenabrieb
etwas	Orangenabrieb
4 Blatt	Gelatine
50 g	Zucker
2 cl	Grand Marnier

Die Milch und den Saft zum Kochen bringen. Reis waschen und in die Milch geben. Zucker, Vanilleschote, Orangen- und Zitronenabrieb zugeben und den Reis unter gelegentlichem Umrühren kochen.

Die Pfirsiche schälen und in kleine Würfel schneiden. Wenn der Reis bissfest ist, 1/3 der Pfirsichwürfel untermischen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen, gut ausdrücken und unter den gekochten und noch warmen Reis mischen und auflösen. Zuletzt 1 cl Grand Marnier und Pistazien untermischen. Die Reismasse in kleine Förmchen füllen und kalt stellen.

Die restlichen Pfirsichwürfel im Mixer pürieren etwas Zucker und den restlichen Grand Marnier zugeben.

Die gekühlte Reismasse aus den Förmchen stürzen und mit der Pfirsichsauce servieren.

Vielfältige Reisküche
Ute Herzog
Dienstag, 18.09.2001

Jambalaya mit Huhn

2	Hühnerbrüste
250 g	Räucherschinken
2	Knoblauchzehen, gepresst
1	Zwiebel, fein geschnitten
1/2	grüne Paprika, fein geschnitten
1 Stange	Staudensellerie, fein geschnitten
4	Tomaten
2 TL	Cajun-Gewürz
350 ml	Hühnerbrühe
250 g	Reis, gekocht
	Sonnenblumenöl

Die Tomaten häuten, entkernen und in Streifen schneiden. Hühnerbrüste und Räucherschinken grob würfeln. Huhn und Schinken in erhitztem Öl anbraten. Das gehackte Gemüse dazugeben und die Tomaten, mit Hühnerbrühe auffüllen und kurz aufkochen. Mit dem Cajun-Gewürz kräftig abschmecken. Alles in eine ofenfeste Form geben und den Reis darauf verteilen. Im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad ca. 10 Minuten fertig garen.

Tipp: Cajun-Gewürz ist ein pikantes Gewürz für Geflügel und Reisgerichte. Es hält sich sehr lange als „Fertigmischung“ im Schraubglas: bestehend aus 1 EL Knoblauchpulver; 1 EL Zwiebelpulver; 2 TL weißer Pfeffer aus der Mühle; 2 TL schwarzer Pfeffer aus der Mühle; 1,5 TL Cayenne-Pfeffer; 2 TL getrockneter Thymian und 1/2 TL Oregano.

Vielfältige Reisküche
Vincent Klink
Mittwoch, 19.09.2001

Scharfer Reissalat mit Scampi

6	Scampi
125 g	Langkornreis
5	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
1/4 l	Fischfond
1/2 l	Gemüsebrühe
1/2	Peperoni, sehr fein gewürfelt
25 g	Haselnüsse
2	Lauchzwiebeln
1	Limone
1/4 TL	Zimt
1/4 TL	Kurkuma
	Olivenöl
	Butter
	Pfeffer, Salz

2 fein geschnittene Schalotten in einem Topf mit Olivenöl glasig dünsten. Zimt, Kurkuma, 1/2 TL Pfeffer und gewürfelte Peperoni zugeben und eine knappe Minute mitrösten. Mit Gemüsebrühe auffüllen und aufkochen lassen, dann den Reis zugeben und ca. 20 Minuten garen. Die Haselnüsse in einer Pfanne rösten. Die Lauchzwiebeln in feine Röllchen schneiden. Die Limone schälen, in einen Mixbecher geben, 2 EL Olivenöl dazu und pürieren. Den Reis in eine Schüssel umfüllen, Haselnüsse, Lauchzwiebeln und das Limonendressing untermischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Scampi schälen und den Darm entfernen. Scampi mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Die restlichen Schalotten in der Pfanne mit Olivenöl goldbraun braten, dann den Knoblauch dazugeben und mit Fischfond ablöschen, so lange einkochen lassen, bis nur noch 2 EL Flüssigkeit übrig sind. Die Scampi wieder in die Pfanne geben und den Fond mit einem Esslöffel Butter abbinden.

Die Scampi anrichten, mit dem Fond beträufeln und zum Reissalat servieren.

Vielfältige Reisküche
Vincent Klink
Donnerstag, 20.09.2001

Vincent's Milchreis mit Birnenkompott

60 g	Milchreis
1/2 l	Milch
1	Vanilleschote
1	Zimtstange
2	Eier
1/8 l	Sahne, geschlagen
50 g	Zucker
1 EL	Puderzucker
1 Prise	Salz
etwas	Orangenabrieb
etwas	Zitronenabrieb
1 cl	Grand Marnier
4	Birnen
4 cl	Birnenschnaps
1 Msp	Zimt
1 EL	Butter

Die Vanilleschote der Länge nach teilen und das Mark herausstreichen. Das Vanillemark, und auch die ausgekratzte Schote mit der Milch, der Zimtstange und dem Reis zum Kochen bringen. Dann den Herd auf die kleinste Stufe schalten, Orangen- und Zitronenschale dazugeben und den Reis bei geschlossenem Deckel ca. 30 Minuten ziehen lassen. Dabei immer wieder umrühren. Kurz vor Schluss den Zucker und eine Prise Salz unterrühren. Der Reis ist fertig, wenn er nicht völlig weich, sondern im Kern noch etwas fest ist.

In der Zwischenzeit die Birnen in Schnitze schneiden und in einer Pfanne mit Butter anschwitzen. Mit Puderzucker bestäuben und dem Birnenschnaps flambieren.

Die Birnen mit Zimt und Zitronenabrieb abschmecken.

Die Eier trennen und das Eiweiß steif schlagen. Den gekochten Reis vom Herd ziehen, Vanilleschote und Zimtstange wieder herausnehmen und mit einem Holzlöffel die Eigelb und Grand Marnier einrühren. Dann Sahne und Eischnee unterheben.

Milchreis mit dem Birnenkompott anrichten.

Vielfältige Reisküche
Otto Koch
Freitag, 21.09.2001

Gemüse-Pilz-Risotto

200 g	Risottoreis
100 g	grüner Spargel oder Kohlrabi (blanchiert)
100 g	Pfifferlinge oder andere Pilze
1	Artischocke
1	Zitrone
1	Zwiebel, fein geschnitten
50 g	Sahne
1/2 l	Gemüsebrühe
50 g	Parmesan, frisch gerieben
25 g	Butter
1 Bund	Blattpetersilie
	Olivenöl
	Salz, Pfeffer

Die Artischocke schälen, mit Zitronensaft einreiben und anschließend würfeln. Spargel oder blanchierten Kohlrabi und die Pilze klein schneiden.

Die fein geschnittene Zwiebel in einem Topf mit Butter anschwitzen, Risottreis zugeben und glasig anschwitzen. Dann mit Brühe auffüllen und unter ständigem Rühren garen. Wenn das Risotto zu dick wird, wieder etwas Brühe zugeben.

Artischocken, Pilze, Spargel oder Kohlrabi in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen.

Kurz bevor der Reis weich ist, Parmesan und Sahne unterheben und das Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gemüse und die Kräuter untermischen und anrichten.

Kreative Küche - „bio(-)logisch“
Rainer Strobel
Montag, 24.09.2001

Vollkornnudeln mit Steinpilzen und Rucola

300 g	Vollkornnudeln
500 g	Steinpilze
2 Bund	Rucola
1	Zwiebel, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
150 g	getrocknete Tomaten
100 g	Parmesan, frisch gerieben
1 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl

Die Steinpilze putzen, wenn möglich nicht waschen und in Scheiben schneiden.

Die Tomaten in 1 cm breite Streifen schneiden. Rucola waschen und halbieren.

Die Nudeln in reichlich Salzwasser al dente kochen.

Zwiebel und Knoblauch in einer Pfanne mit Olivenöl glasig dünsten, die Pilze zugeben und gut durchschwenken. Dann die Tomaten untermischen.

Die Nudeln abgießen, gut abtropfen lassen, zu den Pilzen geben und kurz durchschwenken.

Die Pilznudeln mit Salz und Pfeffer würzen und Rucola und Kräuter unterheben. Zum Schluss den Parmesan darüber streuen und servieren.

Kreative Küche - „bio(-)logisch“
Ute Herzog
Dienstag, 25.09.2001

Hühnerbrust mit Kräuterfrischkäse-Füllung auf Gemüsenudeln

2	Hühnerbrüste
100 g	Ziegenfrischkäse
3 EL	Kräuter, fein geschnitten (Petersilie, Schnittlauch, Dill, Liebstöckel)
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Zucchini
1	Karotte
1	Kohlrabi
100 ml	kräftige Gemüsebrühe
4 TL	China-Gewürz
1 EL	Senf
1 EL	Honig
2 EL	Ketchup
1 TL	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
2 Spritzer	Tabasco
	Salz, Pfeffer
	Sonnenblumenöl

Für den Lack 3 TL China-Gewürz, Senf, Honig, Ketchup, schwarzen Pfeffer, Tabasco, 1 EL Öl und etwas Salz zu einer dicklichen Sauce verrühren.

Die Hühnerbrüste parieren und vom dickeren Ende her eine tiefe Tasche einschneiden. Frischkäse mit Schalotte und Kräutern vermischen, salzen, pfeffern und in die Taschen füllen. Die Brüste außen mit China-Gewürz einreiben.

Etwas Öl erhitzen, die Brüste darin ca. 3 - 5 Minuten von jeder Seite anbraten. Sie sollen ganz weiß werden, aber nicht anbräunen. Die Pfanne vom Herd ziehen, Hähnchenbrüste mit Alufolie abdecken und abkühlen lassen.

Karotte und Kohlrabi schälen, Zucchini abwaschen und trocken reiben. Mit dem Sparschäler von allen Gemüsen Streifen abziehen oder mit der Gemüseschneidemaschine Nudeln abdrehen.

Die Gemüsebrühe erhitzen, Gemüsenudeln hineingeben und darin ca. 5 Minuten al dente garen.

Die Hähnchenbrustoberseiten mit der Lacksauce dick einstreichen und für 3 - 4 Minuten in den 230 Grad heißen Backofen geben oder unter den Grill schieben. Gemüsenudeln mit etwas Brühe auf die Teller geben und je eine gelackte Brust auflegen.

Kreative Küche - „bio(-)logisch“
Vincent Klink
Mittwoch, 26.09.2001

Champignon-Weißwein-Gemüse mit Semmelknödeln

6	große Champignons
200 g	kleine Champignons
1	Zwiebel, fein geschnitten
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
1/8 l	Weißwein
1/8 l	Sahne
1/8 l	Milch
1 TL	Mehlbutter
1 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
4	Brötchen vom Vortag
2	Eier
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Butter

Die Zwiebel in einer Pfanne mit Butter anschwitzen. Für die Knödel die Brötchen in Scheiben schneiden und mit der kochenden Milch übergießen, darauf einen Deckel geben und ein paar Minuten ziehen lassen. Dann die Eier unterkneten. Angeschwitzte Zwiebelchen und die Hälfte der Petersilie untermischen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Aus der Masse mit feuchten Händen kleine Knödel formen und diese in einem Topf mit Salzwasser ca. 15 Minuten gar ziehen lassen. Wenn die Masse zu weich ist und sich nicht formen lässt, Semmelbrösel zum Andicken untermischen.

Von den großen Champignons die Haut abziehen, dann in Salzwasser blanchieren. Die restlichen Champignons in feine Scheiben schneiden. Schalotte mit Knoblauch in Butter anschwitzen. Champignonscheiben zugeben und mit Wein und Sahne ablöschen, bevor die Pilze zu braun werden. Alles gut aufkochen lassen, mit etwas Mehlbutter binden und die restliche Petersilie untermischen. Das Champignon Gemüse mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Von den großen Champignons die Stiele entfernen und in die entstandene Aushöhlung etwas vom Weißweingemüse füllen. Die gefüllten Pilze anrichten, das restliche Gemüse dazugeben und mit den Knödeln servieren.

Kreative Küche - „bio(-)logisch“
Vincent Klink
Donnerstag, 27.09.2001

Schwäbische Bratwurst mit Kartoffelsalat

250 g	Schweinebauch
250 g	Schweineschulter
1/4 l	Milch
500 g	Kartoffeln, vorwiegend festkochend
1	kleine Zwiebel
1/4 l	kräftige Gemüsebrühe
1 TL	scharfer Senf
2 EL	Essig
3 EL	Sonnenblumenöl
9 g	Pökelsalz
1 EL	Majoran
1 Prise	Muskatblüte
3 Msp	Curry
etwas	Zitronenabrieb
	gestoßenen Pfeffer
	Pfeffer, Salz
etwas	Butterschmalz
2	Rinderdärme
	Küchenbindfaden

Die Kartoffeln kochen, pellen und etwas auskühlen lassen. Dann auf dem Gurkenhobel fein rädeln. Zerfallen die Scheiben, so macht das nichts, um so mehr Brühe können Sie aufnehmen. Dann mit lauwarmer Brühe begießen, Senf, Essig, Öl, Curry, Salz und Pfeffer zugeben und die Zwiebel mit einer Karottenreibe darüber raspeln. Alles miteinander vermischen, evtl. noch Brühe zugeben. Den Salat ca. eine halbe Stunde ziehen lassen (nicht in den Kühlschrank geben) und nochmals abschmecken, ev. noch so viel Brühe zugeben, dass der Salat nass und recht geschmeidig ist.

Für die Bratwurst das gut gekühlte Fleisch durch die feine Scheibe des Wolfs drehen, die sehr kalte Milch, Pökelsalz, Majoran, Muskatblüte, gestoßenen Pfeffer und Zitronenabrieb zugeben und mindestens fünf Minuten gut durchkneten. Dann das Brät in einen Spritzbeutel füllen, über die Tülle den Darm stülpen und das Brät in den Darm drücken. In Abständen von ca. 12 cm die einzelnen Würste mit der Küchenschnur abbinden.

Die Würste ca. 15 Minuten in Wasser kochen und anschließend in Butterschmalz braten. (Tipp: Das Brät muss nicht unbedingt in den Darm abgefüllt werden. Man kann es auch ähnlich wie Knödel zu Würstchen formen, diese ebenfalls abkochen und anschließend braten.)

Kreative Küche - „bio(-)logisch“

Otto Koch

Freitag, 28.09.2001

Rauchlachssouffléauf schwarzen Linsen

250 g	Rauchlachs
200 g	rohes Lachsfilet
1	Eiweiß
1/4 l	Sahne
2 cl	Gin
100 g	schwarze Linsen
2	Schalotten, fein geschnitten
1/4 l	Gemüsebrühe oder Fischfond
1 EL	Crème fraîche
ca. 1 EL	Sherryessig
1 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer
	Butter

Die Linsen 2 Stunden vorher einweichen, dann abgießen.

Lachsstücke in grobe Würfel schneiden und mit Eiweiß, Sahne und Gin in einen Cutter geben und zu einer Farce verarbeiten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Masse in gebutterte Auflaufförmchen füllen und im Wasserbad zugedeckt 30 Minuten pochieren.

Die Schalotte in einem Topf mit Butter anschwitzen, die eingeweichten Linsen darunter mischen, mit Brühe auffüllen und 20 Minuten köcheln lassen. Dann Crème fraîche darunter mischen und mit Sherryessig, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Linsen auf Tellern anrichten, das Soufflé darauf stürzen und mit Schnittlauch bestreut servieren.

ARD Buffet Rezepte Oktober 2001

Köstliches genussvoll verpackt

Rainer Strobel

Montag, 01.10.2001

Zander in Kartoffelkruste

500 g	Zanderfilet
300 g	Kartoffeln
2	Eigelb
100 g	Champignons oder Steinpilze
2	Schalotten, fein geschnitten
100 ml	trockener Weißwein
100 ml	Sahne
1/2 Bund	Majoran, fein geschnitten
	Olivenöl
	Butter
	Salz, Pfeffer

Das Zanderfilet von der Haut und Gräten befreien und mit Küchenkrepp trocken tupfen.

Die Kartoffeln schälen und mit einem runden Ausstecher (ca. 3 cm Durchmesser) einen Stempel ausstechen. Den Stempel in ganz dünne Scheiben schneiden.

Das Zanderfilet mit Salz und Pfeffer würzen und mit verquirltem Eigelb dünn bestreichen. Die Kartoffelscheiben schuppenförmig auf der einen Seite verteilen, dann den Fisch vorsichtig wenden und die andere Seite mit den Kartoffelscheiben belegen.

Die Pilze in Scheiben schneiden. In einem Topf mit etwas Butter die Schalotten anschwitzen und mit Weißwein und Sahne ablöschen. In diesen Fond die Reste der ausgestochenen Kartoffeln geben und weich kochen.

Den Zander in einer Pfanne mit heißem Olivenöl braten, dann noch mal kurz mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Fond mit den Kartoffelabschnitten pürieren, Majoran untermischen und mit Salz, Pfeffer und etwas Butter abschmecken. Die Pilzscheiben in die Sauce geben und kurz wärmen.

Die Sauce auf Teller geben und die Fischfilets darauf anrichten.

Köstliches genussvoll verpackt

Ute Herzog

Dienstag, 02.10.2001

Reh im Briochemantel

1/2	Rehrücken mit Knochen
1	Zwiebel, fein geschnitten
1 EL	Balsamico
3 EL	Tomatenmark
1 EL	Senf
250 ml	Rotwein
1	Lorbeerblatt
4	Nelken
2 TL	Lebkuchengewürz
100 g	Wirsing, gehackt
100 g	Steinchampignons, gehackt
200 g	Brioche-Teig (siehe Tipp)
3 Scheiben	Frühstücksspeck
125 ml	Portwein
2	Eigelb
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
100 g	kalte Butter
	Mehl zum Bestäuben
	Butter zum Anschwitzen
	Öl zum Anbraten

Den Rehrücken auslösen. Die Knochen zerhacken und mit 2/3 der Zwiebelwürfel in etwas heißem Öl andünsten. Die Knochen mit etwas Mehl bestäuben. Essig, Tomatenmark und Senf unterrühren, mit Rotwein ablöschen. Lorbeerblatt, Nelken und 1 TL Lebkuchengewürz zugeben und köcheln lassen.

Etwas Butter zerlassen, restliche Zwiebelwürfelchen, Wirsing und Champignons zugeben und 3 Min. darin dünsten. Salzen und pfeffern.

Rehrücken mit 1 TL Lebkuchengewürz gut einreiben und in etwas heißem Öl von allen Seiten kurz anbraten. Brioche-Teig auf einem bemehlten Tuch ausrollen und mit Frühstücksspeck belegen.

Petersilie und 1 EL Portwein unter das Gemüse mischen und kurz pürieren, ein Eigelb unterziehen und auf dem Teig verteilen. Fleisch auflegen und fest einrollen. Mit der Naht nach unten auf Backpapier legen, mit dem zweiten Eigelb bestreichen und 25 Minuten bei 200 Grad im vorgeheizten Ofen backen.

Die Sauce mit den Knochen durch ein Sieb geben und wieder aufsetzen. Portwein zugießen und nochmals abschmecken. Restliches Lebkuchengewürz einrühren.

Kurz vor dem Servieren die kalte Butter flöckchenweise einrühren.

Rehrücken aus dem Ofen nehmen, aufschneiden (am besten mit einem Elektromesser) und mit der Sauce servieren.

Tipp: Brioche-Teig:

330 g	Mehl
8 g	Hefe
100 ml	lauwarmes Wasser
3 Eier	
200 g	weiche Butter
1 Msp	Salz

80 g Mehl mit Hefe und Wasser zu einem Vorteig verkneten. Zugedeckt bei Zimmertemperatur auf die doppelte Größe aufgehen lassen. Dann mit dem restlichen Mehl und den Eiern zu einem Teig verkneten. Nach und nach Salz und Butter einarbeiten. Den Teig mindestens eine Stunde kühl stellen.

Köstliches genussvoll verpackt
Vincent Klink

Donnerstag, 04.10.2001

Lammfilet im Strudelteig

300 g	Lammfilet
2	große Zwiebeln, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
2	Oliven, fein gehackt
1/2 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
1 Zweig	Rosmarin, fein geschnitten
1 EL	Weißbrotbrösel
200 g	Strudelteig
1	Eigelb
4	Tomaten
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1/2 TL	Oregano
1/2 Bund	Basilikum, grob geschnitten
1 Prise	Zucker
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl

Die Lammfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in Olivenöl rundum anbraten. Aus der Pfanne nehmen und warm stellen. In derselben Pfanne Zwiebeln und Knoblauch in Olivenöl dunkel rösten. Oliven, Petersilie, Rosmarin und Brotbrösel dazugeben und gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Ausgewellten Strudelteig mit verquirltem Eigelb bestreichen. Das Fleisch in die Mitte setzen und die Kräutermischung darauf verteilen. Den Teig einschlagen, etwas andrücken und mit Eigelb bestreichen. Im Ofen bei 180 Grad ca. 15 Minuten backen.

In der Zwischenzeit die Tomaten häuten, entkernen und würfeln. Schalotte in Olivenöl anschwitzen, Knoblauch und Tomaten dazugeben und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Oregano und Basilikum untermischen.

Das Lammfilet aufschneiden und mit dem Tomatenragout anrichten.

Tipp: Strudelteig

250 g	Mehl
30 ml	Öl
2 g	Salz
150 g	Wasser

Aus Mehl, Öl, Salz und Wasser einen glatten Teig herstellen, dabei das Wasser vorsichtig nach und nach zugeben. Den Teig mit etwas zusätzlichem Öl bestreichen und mindestens 6 Stunden ruhen lassen.

Köstliches genussvoll verpackt

Otto Koch

Freitag, 05.10.2001

Scholle in Filoteig mit Gemüseragout

4	Schollenfilets ohne Haut
etwas	Zitronensaft
2	Lauchzwiebeln, in feine Scheiben geschnitten
1 Bund	frischer Koriander
4 Blüten	Kapuzinerkresse
1	Eigelb
4	Filoteigblätter (Größe ca 15 x 15 cm)
2	Schalotten, fein geschnitten
75 g	Zucchini, fein gewürfelt
75 g	Champignons, fein gewürfelt
75 g	Sellerie, fein gewürfelt
75 g	Karotten, fein gewürfelt
75 g	Tomatenwürfel
etwas	Gemüsebrühe
150 g	Mayonnaise
75 g	Pesto
	Olivenöl
	Salz, Pfeffer
	Fett zum Frittieren

Die Schollenfilets mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen und die Spitze so einschlagen, dass ein Rechteck entsteht. Die Filets mit etwas Zwiebellauch bestreuen und Korianderblätter dazulegen.

Die Kapuzinerkresseblüten flach drücken und ebenso auf die Filets legen.

Die belegten Schollenfilets gleichmäßig in Filoteig einwickeln, die Ränder vorher mit Eigelb bestreichen. Schollenfilets in heißem Fett ausbacken.

Sellerie- und Karottenwürfel kurz blanchieren. Die Schalotten in Olivenöl anschwitzen und die gewürfelten Sellerie-, Karotten-, Zucchini- und Champignonwürfel zugeben. Mit ein wenig Gemüsebrühe angießen. Dann Tomatenwürfel untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. (Das Gemüse soll noch knackig sein.)

Mayonnaise mit Pesto vermischen.

Das Gemüse auf Tellern anrichten. Die Filets darauf anrichten, so dass das Schollenfilet nicht in der Sauce liegt und mit dem Dip dazu servieren.

Essen & Wein, harmonisch abgestimmt

Rainer Strobel

Montag, 08.10.2001

Steinbutt mit Pumpernickel und Rotweinbutter

4 Scheiben	Pumpernickel
60 g	Butter
1	Eigelb
1 Prise	Zimt
1	Schalotte
100 ml	Rotwein
100 ml	Roter Portwein
300 g	Steinbuttfilet
	kalte Butterflöckchen
	Olivenöl
	Salz, Pfeffer

Pumpernickel grob hacken, dann in einem Cutter mit Butter, Eigelb und einer Prise Zimt zu einer feinen Masse verarbeiten.

Die Schalotte in Würfel schneiden und mit Rotwein und Portwein in einen Topf geben und auf 1/3 einkochen lassen.

Das Steinbuttfilet mit Salz und Pfeffer würzen und in heißem Olivenöl von beiden Seiten nur 1 Minute braten. Filet herausnehmen und die Pumpernickelmasse ca. 5 mm dick auf die Oberseite der Filets streichen. Dann bei 160 Grad im Ofen 6-8 Minuten garen lassen.

Den eingekochten Weinfond mit Salz und Pfeffer würzen und mit kalten Butterflöckchen aufmontieren.

Das Steinbuttfilet auf der Rotweinbutter anrichten.

Als Beilage kleine Butterkartoffeln oder Kartoffelpüree reichen.

Essen & Wein, harmonisch abgestimmt

Ute Herzog

Dienstag, 09.10.2001

Wildkanichencharlotte mit Selleriekartoffelpüree

1	Kaninchenrücken
2	Schalotten, fein geschnitten
2 EL	Tomatenmark

2 EL	Senf
125 ml	Rotwein
1 rote	Chilischote, in Streifen geschnitten
150 ml	Gemüsebrühe
1/2	Sellerieknolle, gewürfelt
4	Kartoffeln, gewürfelt
6 EL	Preiselbeermarmelade
2 EL	Semmelbrösel
4	Crêpes oder dünne Pfannkuchen
100 g	Pfifferlinge oder Steinchampignons
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
1	Eigelb
1 EL	Crème fraîche
125 ml	roter Traubensaft
1 TL	Zimt
1/2 TL	Cayennepfeffer
	Butter, Öl
	Pfeffer, Salz

Kaninchenrücken auslösen. Die Knochen zerhacken und in heißem Öl stark anrösten.

2 EL Schalottenwürfel zugeben. Tomatenmark und 1 EL Senf einrühren, mit Rotwein ablöschen. Chilischotenstreifen zugeben und köcheln lassen.

Gemüsebrühe und 1 EL Butter aufkochen, Sellerie- und Kartoffelwürfel darin garen und anschließend pürieren.

4 EL Preiselbeeren mit dem restlichen Senf und 1 EL Semmelbrösel verrühren, gleichmäßig auf die Crêpes streichen, aufrollen und in feine Streifen schneiden.

Halbrunde Formen oder Tassen ausbuttern und die Innenwände sorgfältig mit den Crêpescheiben auskleiden.

Die Hälfte des Fleisches in grobe Stücke schneiden und kurz in etwas Öl anbraten und sofort wieder herausnehmen.

In der selben Pfanne mit etwas Butter die restlichen Schalottenwürfel und die Pilze andünsten. Petersilie, Eigelb, restliche Semmelbrösel und Crème fraîche zugeben. Alles kurz pürieren, salzen und pfeffern.

Crêpesscheiben damit dünn bestreichen. Angebratenes Kaninchenfleisch in die Formen geben, mit der restlichen Farce bedecken und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad 25 Minuten im Wasserbad fertig garen.

Die Sauce passieren und wieder aufsetzen. Traubensaft, Zimt und restliche Preiselbeeren zugeben und kräftig einköcheln lassen. Mit Cayennepfeffer würzen.

Charlotten aus dem Ofen nehmen, auf Teller stürzen mit Sellerie-Kartoffelpüree und Sauce servieren.

Essen & Wein, harmonisch abgestimmt

Vincent Klink

Mittwoch, 10.10.2001

Forelle in Rieslingsauce

2	Forellen
1	Schalotte, fein geschnitten
1 TL	Mehl
1/8 l	Riesling

1/8 l	Sahne
etwas	Zitronensaft
etwas	Zitronenabrieb
	Olivenöl zum Anbraten
	Butter zum Anbraten
	Salz, Pfeffer

Die Forellen pfeffern und salzen und in einer Pfanne (mit feuerfestem Griff) mit Olivenöl von beiden Seiten goldbraun braten. Dann ca. 8 Minuten in den auf 180 Grad vorgeheizten Ofen geben.

Dann die Forellen auf einer Platte anrichten und 5 Minuten bei mäßiger Hitze (an der Ofentüre) ziehen lassen.

In der Zwischenzeit die Pfanne ausreiben, die Schalotte mit etwas Butter andünsten, mit Mehl bestäuben. Mit dem Riesling ablöschen und mit Sahne aufgießen. Zitronensaft und etwas Zitronenabrieb in die Sauce geben. Die Sauce ein paar Minuten einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Forellen anrichten und mit der Sauce umgießen. Als Beilage passen gut Petersilienkartoffeln.

Essen & Wein, harmonisch abgestimmt

Vincent Klink

Donnerstag, 11.10.2001

Kürbisragout in Traminer

100 g	getrocknete Zwetschgen
1/2 l	kräftige Gemüsebrühe
1/8 l	Milch
1 EL	Sambal Manis
1 EL	getrockneten Thymian

3 Msp	Kardamom
1 EL	Blattpetersilie, fein geschnitten
etwas	Zitronenabrieb
1	kleiner Kürbis (Hokkaido)
2	Schalotten, fein geschnitten
1/4 l	Traminer
1 EL	Paprikapulver, edelsüß
1/2 TL	grüner Pfeffer, zerrieben
2 EL	Kürbiskernöl
	Pfeffer, Salz
	Butter zum Anbraten

Die Zwetschgen entkernen, klein schneiden und in einem Topf mit Butter anbraten. Mit 1/8 l Gemüsebrühe und Milch ablöschen und die Flüssigkeit gut einkochen lassen. Sambal Manis, Thymian, 2 Msp Kardamom, Petersilie und Zitronenabrieb zugeben und mit Pfeffer und Salz würzen.

Den Kürbis halbieren, die Kerne entfernen, das Fruchtfleisch herauskratzen und klein schneiden.

Schalotten in einem Topf mit Butter anschwitzen, Kürbis zugeben und mit der restlichen Brühe ablöschen. Traminer dazugießen und das Ganze sämig einkochen. Mit Salz, Pfeffer, 1 Msp Kardamom, grünem Pfeffer und Paprikapulver würzen.

Das Kürbisragout anrichten, mit Kürbiskernöl beträufeln und mit den Zwetschgen servieren. Nach Belieben Baguette dazu reichen.

Deftige Herbstküche
Rainer Strobel
Montag, 22.10.2001

Junge Landente auf glacierten Rüben

1	junge Landente (ca. 2 kg)
1 TL	Majoran
1	Apfel
1	Zwiebel
1 Zweig	Beifuß
500 g	Teltower Rübchen
2 EL	Zucker
1 EL	Mehl

1/4 l Gemüsebrühe
1 EL Petersilie, fein geschnitten
Butter
Salz, Pfeffer

Die Ente waschen und danach 3 - 4 Stunden in Eiswasser legen. Dadurch wird sie nachher besonders knusprig. Den Hals und die Flügelspitzen entfernen und die Ente gut abtrocknen. Die Ente innen und außen mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen. Den Apfel und die Zwiebel in zentimetergroße Stücke schneiden und zusammen mit dem Beifußzweig in die Ente geben.

Die Ente mit einem Holzspieß zustecken. Die Flügel und den Hals in einen Bräter legen und die Ente mit der Brust nach oben darauf. 1/4 l Wasser dazugeben und im Backofen bei 180 Grad ca. 70 Minuten goldbraun braten. Dabei öfters mit dem entstehenden Bratfond und Fett übergießen.

Die Ente aus dem Bräter nehmen und warm stellen. Den Bratenfond mit Wasser oder Brühe auffüllen und einkochen lassen. Danach passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Rübchen schälen, halbieren und im Wasser mit Salz und einer Prise Zucker fast weichdünsten und in einem Sieb abtropfen lassen.

In einer Pfanne den Zucker leicht schmelzen lassen, Butter und Mehl hinzugeben und mit Gemüsebrühe ablöschen. Die Rübchen zugeben und fertig dünsten, dabei vorsichtig rühren. Mit Petersilie bestreuen. Die Ente tranchieren und mit dem Bratenfond und den Rübchen anrichten.

Deftige Herbstküche
Ute Herzog
Dienstag, 23.10.2001

Fasanenbrust mit Hagebuttenäpfeln auf Champagnerkraut

1 EL Speckwürfel (fetter Speck)
1 Schalotte, fein geschnitten
250 g Sauerkraut
1 Lorbeerblatt
4 Wacholderbeeren
175 ml Gemüsebrühe
125 ml Champagner
6 EL Hagebuttenkonfitüre
1 großer Apfel (Boskop)

etwas	Zitronensaft
2	Fasanenbrüste
150 g	Frühstücksspeck, in Scheiben
4	Kartoffeln
2 EL	Crème fraîche
3 EL	dunkle Sauce
	Öl zum Anbraten
	Salz, Pfeffer, Zucker

Wenig Öl in einem Topf erhitzen, die Speckwürfel darin auslassen, Schalotten zugeben und glasig dünsten. Sauerkraut dazugeben und mit dem Lorbeerblatt und den Wacholderbeeren (im Mulsäckchen verpackt) in der angegossenen Gemüsebrühe gar kochen. Zwischendurch immer wieder mit etwas Champagner ablöschen.

Hagebuttenkonfitüre mit 1 EL Champagner aufkochen. Apfel schälen, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Diese in die Hagebuttenkonfitüre geben und darin ziehen lassen. Mit Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.

Fasanenbrüste leicht pfeffern und in Frühstücksspeck einwickeln. In einer Pfanne mit Öl auf jeder Seite ca. 3 Min. braten, dann fest in Alufolie eingewickelt ruhen lassen.

Die Kartoffeln schälen, über das Sauerkraut reiben und 5 Minuten köcheln lassen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Sauerkraut anrichten, die Fasanenbrüste auswickeln und an das Kraut legen. Die Apfelscheiben dekorativ auf dem Kraut verteilen. In die Sauerkrautbrühe Crème fraîche einrühren und als Sauce auf die Teller geben.

Die dunkle Sauce in die Hagebuttensauce einrühren und damit ein Muster in die helle Sauce malen.

Deftige Herbstküche
Vincent Klink
Mittwoch, 24.10.2001

Schweinekotelett mit Feigensenf

2	Schweinekotelett à 200 g
1	Zwiebel, fein geschnitten
1 EL	scharfer Senf
1/8 l	Fleischbrühe
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
2	Feigen
	Butterflöckchen
	Olivenöl
	Pfeffer, Salz

Die Koteletts pfeffern, salzen und in Olivenöl auf jeder Seite 5 Minuten, bei kleiner Hitze braten. Das Fleisch herausnehmen und warm stellen.

In der gleichen Pfanne die Zwiebeln in Olivenöl anbraten, den Senf dazugeben und mit Brühe ablöschen. Alles gut einkochen lassen, so dass nur noch wenig Flüssigkeit in der Pfanne ist. Mit Pfeffer würzen, Petersilie und die gewürfelten Feigen dazugeben. So lange bei großer Hitze köcheln lassen, bis eine sämige Paste entsteht. Diese Paste auf die Koteletts schichten, mit Butterflocken garnieren und unter dem Grill kurz bräunen lassen. Zu diesem Gericht passen sehr gut Tomatensalat und Würfelkartoffeln.

Deftige Herbstküche
Vincent Klink
Donnerstag, 25.10.2001

Gekochte Lammkeule mit Paprikakraut

2 kg	Lammkeulen
1 EL	Pfefferkörner, grob geschrotet
1	Kräutersträußchen (aus Lorbeerblättern, Thymian und Petersilie)
1	Zwiebel, grob gewürfelt
1	Karotte, grob gewürfelt
1/4	Sellerieknolle, grob gewürfelt
1/4	Lauch, grob gewürfelt
3	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
500 g	Sauerkraut, frisch aus dem Fass
1/4 l	trockenen Weißwein
1	rote Paprika, fein gewürfelt

1 TL	Kümmel, gehackt
1 EL	Paprikapulver
1 TL	Bio-Gemüsebrühe-Pulver
	Salz, Pfeffer
	Butter

2 l Wasser zum Kochen bringen, etwas salzen, die Lammkeulen einlegen und ca. 30 Minuten sanft köcheln lassen. Dabei die Brühe immer wieder abschäumen. Dann Pfefferkörner, Kräutersträußchen und Gemüsewürfel zugeben und weitere 30 Minuten köcheln lassen.

Das Fleisch aus dem Topf nehmen und in Klarsichtfolie einwickeln, damit es nicht dunkel antrocknet.

Die Brühe so lange reduzieren, bis sie kräftig schmeckt.

Für das Kraut die Schalotten in einem Topf mit Butter glasig dünsten, dann Knoblauch und Kraut dazugeben und den Wein angießen. Paprikawürfel untermischen und mit Pfeffer, Salz, Kümmel, Paprikapulver und Gemüsebrühepulver würzen und bei geschlossenem Deckel ca. 15 Minuten kochen (Dosenkraut nur 2 Minuten kochen).

Das Paprikakraut mit den Lammkeulen anrichten und die reduzierte Brühe über das Fleisch gießen. Dazu nach Belieben Salzkartoffeln reichen.

Deftige Herbstküche

Iris Precht Hallé

Freitag, 26.10.2001

Kürbiscremesuppe im Kürbisbrot

800 g	Kürbisfleisch, geschält
1	Zwiebel
40 g	Lauch
1 EL	brauner Zucker
4 EL	Kürbiskernöl
1 l	Gemüsebrühe
1	Lorbeerblatt
20 g	Kürbiskerne
2 kleine	Kürbisbrote (vom Bäcker)
4 EL	Crème fraîche
1 Msp	Ingwerpulver
	Butter
	Kräutersalz, Pfeffer, Salz

600 g Kürbis in grobe Stücke schneiden. Den Rest mit der Gemüseraspel in feine Streifen reiben. Die Zwiebel fein würfeln, den Lauch klein schneiden.

Zucker mit 30 g Butter in einem Topf zerlassen. Zwiebelwürfel, Lauch- und Kürbisstücke darin anbraten. Mit dem Kürbiskernöl ablöschen. Die Gemüsebrühe dazugeben, 1 Prise Salz und das Lorbeerblatt. Alles 15 Minuten köcheln lassen.

Die Kürbiskerne in einer heißen Pfanne rösten. Vom Kürbisbrot den Deckel abschneiden und das Innere aushöhlen. Das ausgehöhlte Brot in einen tiefen Teller stellen und den Brotdeckel dazulegen.

Aus der Suppe das Lorbeerblatt nehmen und die Suppe pürieren. Die Kürbisstreifen dazugeben. Crème fraîche und 20 g Butter mit dem Schneebesen einrühren und die Suppe mit Kräutersalz, Pfeffer und Ingwer würzen.

Die Suppe in das ausgehöhlte Brot füllen und die Kürbiskerne darüber streuen.

Kartoffelgerichte

Rainer Strobel

Montag, 29.10.2001

Zweierlei Kartoffelsoufflé

Für das herzhaftes Kartoffelsoufflé

300 g	Kartoffeln, mehlig kochend
50 ml	Milch
50 ml	Sahne
30 g	Butter
2 EL	Mehl
50 g	magerer Speck, gewürfelt
200 g	Emmentaler, gerieben
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
4	Eiweiß
	Salz, Pfeffer, Muskat

Für das süße Kartoffelsoufflé

100 g	getrocknete Aprikosen
250 g	Kartoffeln, mehlig kochend
75 g	Zucker
2	Eigelb
4	Eiweiß
2 EL	Semmelbrösel
	Butter

Für das herzhaftes Soufflé die Kartoffeln schälen, kochen und warm durch die Kartoffelpresse drücken. Mit Milch, Sahne, Butter, Salz und Muskat zu einem Püree rühren und das Mehl zugeben. Das Püree abkühlen lassen. Speckwürfel in einer Pfanne auslassen und mit 1/3 des geriebenen Käses und der Petersilie unter das Püree mischen. Eiweiß steif schlagen und unterheben. Feuerfeste Förmchen ausbuttern zu 2/3 mit der Masse füllen. Die Oberfläche mit Butter bepinseln und Käse darüber streuen. Im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 20 - 25 Minuten backen. Die Soufflés stürzen und mit Blattsalaten servieren.

Für das süße Soufflé die Aprikosen in etwas Wasser, nach Belieben mit Marillenlikör aromatisiert, einweichen. Anschließend fein schneiden. Kartoffeln schälen, kochen und noch warm durch die Kartoffelpresse drücken. Zucker und Eigelb aufschlagen und in die etwas abgekühlte Kartoffelmasse einrühren. Die fein geschnittenen Aprikosen unter die Kartoffelmasse heben. Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen und den Schnee unter die Kartoffelmasse heben. Auflaufformen ausbuttern und mit Semmelbröseln ausstreuen. Die Soufflémasse zu 2/3 einfüllen und im auf 190 Grad vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten backen. Dann stürzen und mit Vanillesauce servieren.

Kartoffelgerichte

Ute Herzog
Dienstag, 30.10.2001

Seeteufel im Kartoffelstroh

4	Seeteufelfilet à 70 - 80 g
2	große Kartoffeln
2 EL	Kartoffelmehl
1	große Zucchini
1	große Karotte
1	Kohlrabi
175 ml	Gemüsebrühe
50 g	Kräuterfrischkäse

Salz, Pfeffer, Öl zum Braten

Fischfilets salzen und pfeffern. Die Kartoffeln schälen und anschließend zu langen Steifen mit dem Messer spiralförmig abschälen oder mit einer Maschine zu Nudeln drehen.

Kartoffelstreifen mit dem Kartoffelmehl bestäuben und um die Fischstücke wickeln.
Fischpäckchen in heißem Öl kurz beidseitig anbraten und dann für 6 - 8 Minuten im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen fertig backen.
Das Gemüse auch zu langen Streifen abziehen. Gemüsebrühe und etwas Öl aufkochen.
Gemüsestreifen zugeben und kurz dünsten lassen. Da die Karottenstreifen etwas länger brauchen, diese zuerst in die Brühe geben. Den Käse mit einer Gabel zerdrücken, zu den Gemüsestreifen geben und gut einrühren.
Gemüsenudeln mit der Sauce auf Teller anrichten und die Fischpäckchen darauf setzen.

Kartoffelgerichte
Vincent Klink
Mittwoch, 31.10.2001

Bouillabaisse Kartoffeln

400 g	Kartoffeln, halbfest kochend
2	Karotten
1/2	Lauchstange
1/4	Sellerieknolle
4	Tomaten
3	Schalotten, gewürfelt
2	Knoblauchzehen, gepresst
1 l	Gemüsebrühe
etwas	Safran
3 Blatt	Salbei, fein geschnitten
1 Bund	Basilikum, fein geschnitten
1/2 Bund	Blatt Petersilie, fein geschnitten
	Olivenöl
	Salz, Pfeffer

Die Kartoffeln schälen und würfeln. Karotten, Sellerie und Lauch putzen und fein würfeln. Die Tomaten entkernen und ebenfalls würfeln.

Schalotten und Knoblauch in Olivenöl andünsten, die Brühe angießen und Safran untermischen. Alles zum Kochen bringen und die Kartoffelwürfel zugeben, nach 10 Minuten Karotten, Sellerie und Lauch. Weitere 10 Minuten kochen und dann Tomaten, Basilikum, Salbei und Petersilie untermischen. Kurz aufkochen, den Eintopf mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren. Nach Belieben Baguette dazureichen.

Kartoffelgerichte

Vincent Klink

Donnerstag, 01.11.2001

Pizzokel

200 g	kleine Kartoffeln
50 g	Mehl
2	Eier
1	Zwiebel, fein geschnitten
10	Mangoldblätter
100 g	Bergkäse, fein gewürfelt
1 Zweig	Salbei
	Butterflöckchen
	Pfeffer und Salz

Kartoffeln kochen, schälen und in Scheiben schneiden.

Mehl mit den Eiern vermengen, gut schlagen und ev. etwas Wasser zugeben, der Teig sollte sehr weich sein, fast flüssig. Mit einer Prise Salz würzen. Mit einem Teelöffel kleine Teigklümpchen ins kochende Salzwasser geben und diese ca. 3 Minuten garen. Dann herausnehmen, unter kaltem Wasser abschrecken und auf einem Tuch ausbreiten.

Die Zwiebel in Butter hellbraun andünsten. Kartoffelscheiben und Mangoldblätter dazugeben. Alles kurz andünsten, dann die Teigklümpchen zugeben und mit Pfeffer und Salz würzen.

Alles in eine gebutterte Auflaufform geben, mit Käse, Salbeiblättern und Butterflöckchen bestreuen. Unter dem Grill den Käse zerlaufen lassen (nicht gratinieren) und servieren.

Kartoffelgerichte
Frank Bundschu
Freitag, 02.11.2001

Kartoffelgnocchi mit gebratenen Steinpilzen

250 g	Kartoffeln
75 g	Mehl
1	Ei
150 g	Steinpilze
1	Tomate
1/2 Bund	Schnittlauch
1/2 Bund	Petersilie
1	Knoblauchzehe, gepresst
50 ml	Weißwein
50 ml	Sahne
etwas	Mehl
	Pfeffer, Salz, Muskat
	Butter

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen. Wenn die Kartoffeln gar sind das Wasser abgießen und die Kartoffeln zurück in den Topf auf dem Herd geben, so dass möglichst viel Wasser verdampfen kann. Das Mehl in eine große Schüssel oder auf ein Arbeitsbrett geben. Die heißen Kartoffeln mit einer Presse in Mitte des Mehls pressen. Das Ei dazugeben und langsam, von außen nach innen, die Masse gründlich verkneten. Mit Salz und Muskat würzen. Die Masse zu einer Rolle mit 2 cm Durchmesser formen, mit einem Teigschaber

Stücke abstechen und leicht auf den Rücken einer Muskatreibe drücken, so erhalten die Gnocchi ihre typische Form.

Die Gnocchi in siedendem Salzwasser 10-15 Minuten ziehen lassen. Nach dem Kochen die Kartoffelnocken in Butter leicht anbraten.

Die Steinpilze in Scheiben schneiden und mit Mehl bestäuben. Die Tomate enthäuten, entkernen und würfeln. Petersilie und Schnittlauch fein schneiden.

In einer Pfanne mit Butter die Pilze braun anbraten. Knoblauch zugeben und mit Wein ablöschen. Wenn dieser eingekocht ist, die Sahne zugeben. Kräuter und Tomaten untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Gnocchi mit den Steinpilzen anrichten.

ARD-Buffer Rezepte November 2001

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Ostdeutschland

Rainer Strobel

05.11.2001

Thüringer Kartoffeldetscher mit Rotweinbirnen

Für die Kartoffeldetscher:

350 g	Kartoffeln
150 g	Mehl
1	Ei
50 g	zerlassene Butter
1 Prise	Salz
etwas	Zucker
etwas	Zimt

Für die Rotweinbirnen:

2	Birnen
60 g	Zucker
100 ml	Orangensaft
200 ml	Rotwein
1	Zimtstange
1	Vanilleschote
2	Nelken
etwas	Abrieb einer Orange
etwas	Abrieb einer Zitrone
1 EL	Vanillepuddingpulver

Die Kartoffeln kochen, schälen und noch warm durch die Kartoffelpresse drücken. Mehl, Ei und etwas Salz zugeben und zu einem Teig kneten. Den Teig ca. 5 mm stark ausrollen und in 15 cm lange Stücke schneiden. Die Kartoffeldetscher in einer beschichteten Pfanne ohne Fett backen, bis sie Blasen bekommen und leicht braun werden. Anschließend mit zerlassener Butter bestreichen, mit Zucker und Zimt bestreuen, übereinanderschichten und warm stellen.

Die Birnen schälen, das Kerngehäuse entfernen und in 6 Teile schneiden.

Den Zucker in einem Topf karamellisieren lassen, mit Orangensaft ablöschen und Rotwein, Zimtstange, Vanilleschote, Nelken und Abrieb einer Orange und Zitrone zugeben. Alles aufkochen und die Birnen zugeben. Den Topf vom Herd ziehen und 10 Minuten ziehen lassen. Dann die Zimtstange, Vanilleschote und Nelken herausnehmen.

Das Vanillepuddingpulver mit etwas Rotwein-Birnenflüssigkeit auflösen, unter die Birnen mischen, den Topf wieder auf den Herd stellen und einmal kurz aufkochen lassen.

Die Kartoffeldetscher mit den Rotweibirnen anrichten und servieren.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Ostdeutschland

Ute Herzog

06.11.2001

Gefüllter Kaninchenrücken an Gurkenbandnudeln (Sachsen)

Für den Kaninchenrücken:

1 Kaninchenrücken mit Knochen
750 ml Hühnerbrühe
130 g Schweinehack
1 Schalotte, fein geschnitten
1 EL Crème fraîche
1 EL Gartenkräuter, fein geschnitten
120 g Schwarzwurst (geräucherte Blutwurst)
etwas Butter
eine Stoffserviette

Für die Sauce:

1 Schalotte, fein geschnitten
1/2 TL Mehl
1/2 EL Senf, mittelscharf
1 EL Tomatenmark
1 Zweig Petersilie
3 Zweige Thymian
1/8 l Portwein
1/8 l Hagebuttentee
1 Karotte, gewürfelt
1 Petersilienwurzel, gewürfelt
1/8 l Hühnerbrühe
1 EL Hagebuttenkonfitüre

Für die Gurkenbandnudeln:

1 große Gurke
75 ml Hühnerbrühe

Sonstiges:

Salz, Pfeffer
Sonneblumenöl

Vom Kaninchenrücken die äußere Haut abziehen, die Knochen auslösen. Das Fleisch mit der Außenseite nach unten flach auf die Arbeitsplatte legen, salzen und pfeffern.

Die Hühnerbrühe zum Kochen bringen. Das Schweinehack mit Schalottenwürfelchen, Salz, Pfeffer, Crème fraîche und den Kräutern gut mischen und auf dem Rücken verstreichen. Die Blutwurst häuten und längs in die Mitte platzieren. Die Bauchlappen über die Füllung klappen.

Die Stoffserviette buttern, den Rücken darin einrollen, fest zubinden und 20 Minuten in der Hühnerbrühe köcheln lassen.

Die Knochen klein hacken und mit den Schalottenwürfeln in heißem Öl anrösten. Mit Mehl bestäuben, Senf, Tomatenmark und Kräuterzweige unterrühren. Mit Portwein und Hagebuttentee ablöschen und bei großer Hitze ca. 10 Minuten einkochen lassen. Dann den Saucenansatz durch ein Sieb geben.

Sud wieder aufsetzen, Gemüsewürfel und Hühnerbrühe zugeben, wieder kräftig kochen und auf die Hälfte reduzieren. Konfitüre zugeben, kräftig abschmecken und pürieren. Eventuell die Sauce noch durch ein Sieb streichen.

Von der gewaschenen Gurke mit einem breiten Sparschäler Längsstreifen abziehen. 2 EL Öl mit der Hühnerbrühe erhitzen und die Gurkenstreifen knapp 5 Minuten darin garen.

Kaninchenrücken aus der Brühe nehmen, auswickeln und gleichmäßig aufschneiden.

Gurkenbandnudeln mittig auf die Teller geben. Kaninchenscheiben kreisförmig um die Gurkenstreifen legen und in die Zwischenräume Sauce geben.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Ostdeutschland

Vincent Klink

07.11.2001

Zwiebelfleisch vom Hähnchen mit Birnenkloß (Sachsen-Anhalt)

Für das Zwiebelfleisch:

3	Zwiebeln
3	Knoblauchzehen
1/2	Chili
150 g	Champignons
1	Hähnchen
1/4 l	Geflügelbrühe
1 TL	Thymianblättchen
2 EL	Blattpetersilie, fein geschnitten

Für die Birnenklöße:

1/8 l	Milch
20 g	Hefe
200 g	Mehl
20 g	Butter
1	Ei
2	Birnen
3 EL	Zitronensaft

Pfeffer, Salz, Zucker
Butter zum Anbraten

Zwiebeln würfeln, Knoblauch und Chili fein hacken und die Champignons vierteln. Das Hähnchen in Brust und Keulen zerlegen und mit Pfeffer und Salz würzen. Alles in einem Topf mit Butter anbraten, etwas Farbe nehmen lassen und mit der Brühe ablöschen.

Thymianblättchen untermischen und im geschlossenen Topf 15 Minuten schmoren lassen. Dann das Geflügel herausnehmen und warm stellen. Die Zwiebelsauce abschmecken und Petersilie untermischen.

Für die Birnenklöße die Hefe in der lauwarmen Milch auflösen. Mehl, Butter, Ei, eine Prise Zucker und Salz in eine Schüssel geben, die Hefemilch dazugießen und zu einem festen Teig kneten. Den Teig mit einem feuchten Tuch abdecken und bei Zimmertemperatur 30 Minuten gehen lassen.

In der Zwischenzeit die Birnen schälen, entkernen, in 2 cm große Würfel schneiden und mit Zitronensaft beträufeln. Die Birnen in einer Pfanne mit Butter kurz anschwemmen.

Aus dem Teig Klöße formen, mit dem Daumen ein Loch in jeden Kloß bohren. Einige Birnenstücke einschieben und den Teig darüber sorgfältig zusammendrücken.

Im leicht siedenden Salzwasser die Klöße zugedeckt etwa 15 Minuten garen. Dabei immer wenden, anschließend herausnehmen und abtropfen lassen.

Hähnchen mit der Zwiebelsauce anrichten und die Klöße dazu servieren.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Ostdeutschland

Vincent Klink

08.11.2001

Eisbein im Wirsingblatt mit Teltower Rübchen-Sauce (Brandenburg)

1 Eisbein
1 gespickte Zwiebel (Lorbeerblatt, Nelke)
1/2 Wirsingkohl
1 Bund Suppengemüse
1 Zwiebel, fein geschnitten
1 Msp Muskat
1 Msp Piment
1 Bund Majoran, fein geschnitten
1 Bund Petersilie, fein geschnitten
5 EL geriebenes Weißbrot
4 Scheiben Toastbrot, gewürfelt
2 Eier
1 TL Mehl
Butter zum Anbraten
Pfeffer, Salz

Für die Sauce:

2 Teltower Rübchen
1 Schalotte, fein geschnitten
1 EL Speck, fein gewürfelt
1 TL scharfer Senf
1/4 l Eisbeinbrühe
1/8 l Sahne
1 Msp Muskat
1 Bund Blattpetersilie, feingehackt
1/2 TL Mehlbutter (weiche Butter mit Mehl gemischt)
Butter zum Anbraten
Salz, Pfeffer

Einen Liter Wasser zum Kochen bringen, das Eisbein und die gespickte Zwiebel hineingeben, die Brühe nur schwach salzen und 45 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit vom Wirsing die äußeren, großen Blätter ablösen und weich blanchieren. Dann herausnehmen, trocken tupfen und zur Seite stellen

Nach 45 Minuten das gebündelte Suppengemüse und das Wirsingherz zum Eisbein geben und nochmals 15 Minuten kochen. Dann den Topf zur Seite stellen, das Gemüse herausnehmen, gut abtropfen lassen und würfeln. Das Fleisch in der Brühe erkalten lassen. Von der Brühe 1/4 l für die Rübchensauce zur Seite stellen.

Das Eisbein von Knochen und Fett befreien und in kleine Würfel schneiden.

In einer Pfanne mit Butter Zwiebelwürfel mit dem gewürfelten Suppengemüse anrösten. Die Eisbeinwürfel dazu geben und alles gut durchschwenken. Kräftig würzen mit Pfeffer, Salz, Muskat, Piment, Majoran und Petersilie.

Alles in eine Schüssel umfüllen, mit dem den Eiern, Mehl, geriebenen Brot und den Toastwürfeln vermengen und nochmals mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Auf Stoffservietten die Wirsingblätter legen, Füllung in die Mitte darauf geben. Die Serviettenzipfel nach oben ziehen und die Enden so zusammen drehen, dass ein schöne Kugel entsteht. Mit Küchenbindfaden zubinden und in Salzwasser ca. 20 Minuten pochieren.

Für die Sauce die Rübchen putzen und würfeln. Speck und Schalotten in einem Topf mit Butter anschwitzen, Senf und die Rübchen zugeben. Mit 1/4 l Eisbeinbrühe ablöschen und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Sahne, Petersilie und Muskat einrühren, mit Mehlbuttermilch binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die gefüllten Wirsingkugeln mit der Rübchensauce anrichten.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Ostdeutschland

Otto Koch

09.11.2001

Gefüllte Gänsekeule mit Rotkraut und Maronenpüree (Berlin)

2	Jung-Gänsekeulen	
50 g	altbackenes Schwarzbrot	
80 g	Milch	
50 g	Apfel	
etwas		Zitronensaft
50 g	Sultaninen	
50 g	getrocknete Aprikosen	
50 g	Zitronat	
50 g	Gänse- oder Geflügelleber	
50 g	grober Meaux Senf	
200 g	Röstgemüse, grob gewürfelt	
100 g	rote Zwiebeln, grob gewürfelt	
1 TL	Tomatenmark	
1 TL	Mehl	
200 g	brauner Fond oder Bratensaft	
1/4 l	kräftiger trockener Rotwein	
400 g	gekochtes Rotkraut	
300 g	gekochte, geschälte Maronen	
100 g	Sahne	
100 g	Geflügelfond	
	Alufolie	
	Sonnenblumenöl zum Anbraten	
	Salz, Pfeffer, Zucker	

Die Gänsekeulen auslösen und die Knochen klein hacken. Für die Füllung das Brot in kleine Würfel schneiden und in der lauwarmen Milch einweichen. Den Apfel schälen, in kleine

Würfelchen schneiden und mit etwas Zitronensaft beträufeln. Sultaninen, getrockneten Aprikosen, Zitronat und Gänseleber fein würfeln. Das eingeweichte Brot mit Apfelwürfelchen, Sultaninen, Aprikosen, Zitronat und Gänseleber mischen. Mit Senf, Salz und Pfeffer würzen. Die Füllung in die Gänsekeulen geben, dann fest in gebutterte Alufolie wickeln und so im Dampfdrucktopf ca. 15 Minuten dämpfen. (Oder die eingepackten Gänsekeulen in Salzwasser ca. 1,5 Stunden kochen.)

Die Knochen in einem Topf mit Öl anbraten, das Röstgemüse und die Zwiebeln zugeben und anbraten. Tomatenmark untermischen, mit Mehl bestäuben und mit Rotwein und Fond ablöschen.

Die Gänsekeulen auspacken, in Sauce mit dem Röstgemüse legen und abgedeckt 1/2 Stunde köcheln lassen.

Das Rotkraut langsam wärmen und eventuell noch etwas von dem braunen Fond und Rotwein zugeben.

Die weichgekochten Maronen passieren, mit Sahne und Geflügelfond vermischen und im Topf erwärmen. Mit Salz und Zucker abschmecken.

Die Gänsekeulen aus der Sauce nehmen, diese passieren und abschmecken. Gänsekeulen aufschneiden, auf dem Rotkraut anrichten. Maronenpüree dazugeben und mit der Sauce umgießen.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Süddeutschland

Rainer Strobel

12.11.2001

Allgäuer Käsesuppe

1	Zwiebel
1	Brötchen
50 g	Mehl
100 g	Butter
1 l	kräftige Fleischbrühe
200 g	geriebener Emmentaler
1	Eigelb
50 ml	Sahne
	Pfeffer, Salz
	Butter zum Anbraten

Die Zwiebel in dünne Ringe schneiden und in einer Pfanne mit Butter hellbraun anrösten. Das Brötchen in Würfel schneiden und ebenfalls in einer Pfanne mit Butter hellbraun braten. Mehl und 100 g Butter in einem Suppentopf mit dickem Boden anschwitzen, aber keine Farbe nehmen lassen (ca. 5 Minuten). Dann mit der Fleischbrühe auffüllen, gut umrühren und ca. 10-15 Minuten leicht köcheln lassen. Dabei immer wieder umrühren. Den Käse nach und nach einrühren und noch mal kurz aufstoßen lassen. Dann den Topf vom Herd ziehen. Eigelb und Sahne verrühren, in die heiße Suppe rühren und legieren. Die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Geröstete Zwiebeln und Brotwürfel als Einlage in Suppenteller verteilen, die Suppe aufgießen und servieren.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Süddeutschland
Ute Herzog
13.11.2001

Türmchen von Sauerkraut, Fleischkäse und Brezenknödeln mit Senf-Sauce (Bayern)

Für das Sauerkraut:

2	Schalotten, fein geschnitten
225 g	Sauerkraut (am besten frisch aus dem Faß)
200 ml	Weißwein
1/2 TL	Kümmel
1	Lorbeerblatt
1	dicke Kartoffel

Für die Knödel:

2 große	Laugenbrezeln (ersatzweise Brötchen)
5 EL	Milch
1	Eigelb
1	Ei
20 g	weiche Butter
1 EL	Speckwürfel
1/2	Schalotte, fein geschnitten
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten

Für die Sauce:

1	Schalotte, fein geschnitten
1/2 TL	Mehl
2 EL	Bayrischer Senf, süß
1 EL	Bayrischer Senf, scharf
1/8 l	Bier
80 g	Crème Fraîche

Sonstiges:

2 Scheiben	Fleischkäse (ca. 250 g)
etwas	Butterschmalz

Alufolie
Salz, Pfeffer, Muskat

Für das Sauerkraut die Schalotten in einem Topf mit Butterschmalz anschwitzen. 2/3 des Krautes kalt abwaschen, den Rest so belassen und das gesamte Kraut zu den Schalotten geben, mit Weißwein ablöschen und köcheln lassen. Nach 10 Minuten Kümmel und Lorbeerblatt zugeben. 30 Minuten weiter köcheln lassen und mit einer dicken geriebenen Kartoffel abbinden.

Für die Knödel die Brezeln grob würfeln. Milch, Ei und Eigelb verrühren und mit den Brezelwürfeln mischen. Butter und Petersilie einrühren, etwas Pfeffer auf die Brezelwürfel geben und 10 Minuten ziehen lassen. Speck und Schalottenwürfel anrösten, zur Brezelmasse geben, Muskat darüber reiben und alles gut vermischen.

Ein Alufolien- Rechteck buttern, Brezelmasse darauf geben und zu einer Rolle formen. Fest einrollen und die Enden gut zudrehen. Die Rolle in köchelndem Salzwasser 20 Minuten ziehen lassen. Dann herausnehmen, auswickeln, etwas ruhen lassen und aufschneiden. Fleischkäse in etwas Butterschmalz schön kross braten, auf Küchenpapier abtropfen lassen und warm stellen.

In den Bratansatz für die Sauce die Schalottenwürfel anschwitzen, mit etwas Mehl bestäuben. Senfe einrühren und mit Bier ablöschen. 3 Minuten köcheln lassen. Eventuell etwas Sauerkrautsud zugeben. Alles durch ein Sieb geben. Den Sud wieder aufsetzen und etwas einkochen lassen. Crème fraîche einrühren und nochmals abschmecken.

Die Fleischkäsescheiben halbieren.

Auf jeden Teller etwas Sauerkraut geben, darauf eine halbe Scheibe Fleischkäse, dann eine Brezenködelscheibe. Das Ganze wiederholen und mit der Sauce umgießen.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Süddeutschland
Vincent Klink
14.11.2001

Badische Ochsenbrust mit Wirsing-Bouillonkartoffeln

Für die Ochsenbrust:

700 g	Ochsenbrust
1 Bund	Suppengemüse, grob gewürfelt
40 g	Butter
40 g	Mehl
1/2 l	Fleischbrühe
1 EL	Meerrettich, gerieben
4 EL	Sahne

Für die Wirsing-Bouillonkartoffeln:

500 g	Kartoffeln
1/2	Wirsingkopf
1	Zwiebel, fein geschnitten
1/2 l	Fleischbrühe
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
1/2 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Butter zum Anschwitzen

Für die Ochsenbrust 2 l Wasser zum Kochen bringen, leicht salzen und das Suppengemüse und die Ochsenbrust einlegen. Das Ganze 1 bis 1,5 Stunden leicht simmern lassen. Dabei immer wieder abschäumen.

In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen und würfeln. Vom Wirsing den Strunk entfernen und den Rest ähnlich groß wie die Kartoffeln schneiden. Die Zwiebel in einem Topf mit Butter anschwitzen Kartoffeln zugeben und mit Fleischbrühe ablöschen. Bei geschlossenem Deckel 10 Minuten garen lassen, dann den Wirsing untermischen und nochmals 10 Minuten garen. Am Schluss sollte die Flüssigkeit fast aufgesogen sein, ist noch zu viel Brühe im Topf, bei großer Hitze kurz reduzieren. Petersilie und Schnittlauch untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Sauce 40 g Butter in einem Topf schmelzen, das Mehl zugeben, kurz umrühren und mit Fleischbrühe ablöschen. Bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen, dabei

immer wieder umrühren. Dann Meerrettich und Sahne untermischen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
Die Ochsenbrust in Scheiben aufschneiden, mit der Meerrettichsauce und den Kartoffeln anrichten.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Süddeutschland
Vincent Klink
15.11.2001

Rehmaultäschle auf Linsensauce (Württemberg)

Für den Nudelteig:

150 g Hartweizenmehl
100 g Weizenmehl
3 Eier
1/2 EL Olivenöl
1 Bund Petersilie, grob geschnitten
1 Prise Salz

Für die Füllung:

1 Brötchen
1/8 l Milch
100 g Spinat
1 Zwiebel, fein geschnitten
1 EL Lauch, fein geschnitten
100 g Hackfleisch von der Rehschulter
20 g geraucher Speck, sehr fein geschnitten
1 Ei
1 Bund Petersilie, fein geschnitten
1 EL Lauch, fein geschnitten
1/2 TL Wacholder im Mörser zerstoßen
1 Eigelb

Für die Linsensauce:

100 g Berglinsen
2 Zwiebeln, feingeschnitten
1 Knoblauchzehe, gepresst
2 Möhren, fein gewürfelt
1/4 l kräftiger Rotwein
1/4 l Fleischbrühe
1 kleine Kartoffel
1 Bund Thymian, fein geschnitten
1/2 Bund Petersilie, fein geschnitten
1 EL Tomatenwürfel
2 EL Essig
Salz, Pfeffer, Muskat
Butter zum Anbraten

Die Linsen 2 Stunden vorher in Wasser einweichen.

Für den Nudelteig das Mehl auf ein Nudelbrett häufen und in der Mitte ein Loch eindrücken. Die Eier aufschlagen, eine Prise Salz, das Olivenöl und die Petersilie dazugeben und alles zu einem glatten Teig kneten.

Der Teig sollte fest sein und darf ruhig an weiche Knetmasse erinnern. Von Vorteil ist, zuerst etwas weniger Mehl zu nehmen und den Teig weich anzukneten, um anschließend soviel Mehl hinzugeben, bis die gewünschte Festigkeit erreicht ist. Den Nudelteig in Frischhaltefolie verpackt 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Für die Füllung das Brötchen in Würfel schneiden und in der lauwarmen Milch einweichen. Spinat blanchieren, gut ausdrücken und fein schneiden. Zwiebel und Lauch in Butter gut anrösten und in eine Schüssel geben. Das Hackfleisch vom Reh, ausgedrückte Brötchenwürfel, feine Speckwürfel, Spinat, Ei und Petersilie dazugeben. Mit Pfeffer, Salz, Wacholder und Muskat würzen und gut durchkneten, damit die Farce eine gute Bindung bekommt.

Den Nudelteig auf einem bemehlten Brett dünn ausrollen und in 5 Zentimeter lange Rechtecke schneiden. In die Mitte der Teigrechtecke einen Klecks Füllung geben, die Ränder mit verquirltem Eigelb bepinseln und ein Teigstück obenauf legen und gut andrücken.

Die Maultaschen in leicht kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Für die Linsensauce die Zwiebeln mit dem Knoblauch in einem Topf mit Butter anrösten, Karottenwürfelchen und eingeweichte Linsen dazugeben und mit Rotwein und Brühe auffüllen. Die Kartoffel schälen und in die Linsen reiben. Alles ca. 30 Minuten kochen, bis die Linsen weich sind. Dann Thymian, Essig, Petersilie und Tomatenwürfel untermischen und mit soviel Rotwein auffüllen, dass die Sauce eine sämiger flüssiger Konsistenz hat. Die Sauce mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Rehmaultaschen auf der Linsensauce anrichten.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Süddeutschland

Otto Koch

16.11.2001

Apfelküchle mit Lebkuchensauce (Franken)

Für die Apfelküchle:

4	leicht säuerliche Äpfel (Boskop)
etwas	Zitronensaft
2 cl	Kirschwasser
1 EL	Zucker
200 g	Mehl
1 EL	Sonnenblumenöl
2	Eier
0,2 l	Wasser, Bier oder Wein
eine Prise	Salz

Für die Lebkuchensauce:

0,2 l	Milch
1	Vanilleschote
30 g	Zucker
1	Eigelb
100 g	brauner Lebkuchen (oder Saucenlebkuchen aus Franken)

etwas Zimtzucker zum Bestreuen

Frittierfett zum Ausbacken

Zubereitung:

Die Äpfel schälen, mit einem Ausstecher das Kerngehäuse entfernen und in 8 mm dicke Scheiben schneiden. Die Apfelscheiben mit Zitronensaft abreiben, mit Kirschwasser und einem Esslöffel Zucker vermischen und 30 Minuten ziehen lassen.

Für den Backteig Mehl, Öl, Eier, Wasser und Salz in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen oder Mixer gut verrühren.

Für die Lebkuchensauce die Milch aufkochen. Vanilleschote aufschneiden und das Mark herausstreichen. Vanillemark mit Zucker und Eigelb vermischen. Unter Rühren in die kochend heiße Milch geben. Einmal kurz aufkochen lassen, vom Feuer nehmen und unter ständigem Rühren die geriebenen oder feingeschnittenen Lebkuchen untermischen.

Dann die Sauce einige Minuten ziehen lassen und kurz durchmischen.

Die Apfelscheiben durch den Teig ziehen und im heißen Fettbad goldbraun ausbacken.

Zum Anrichten die gebackenen Apfelscheiben mit Zimtzucker bestreuen und mit der Sauce umgießen.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Westdeutschland
Rainer Strobel
19.11.2001

Gefüllte Hirschroulade mit glacierten Kastanien (Saarland)

100 g	Röstgemüse (Sellerie, Lauch, Möhren und Zwiebeln)
1	Zitrone, unbehandelt
400 g	Hirschknochen
1 EL	Tomatenmark
3	Nelken
2	Lorbeerblätter
1 Zweig	Rosmarin
1/2 l	Brühe
200 ml	Rotwein
400 g	ausgelöstes Hirschrückenfilet
100 g	magerer Speck
40 g	feine Möhrenstreifen
40 g	feine Selleriestreifen
2 EL	Preiselbeeren
2 EL	Crème fraîche
4 cl	Gin
30 g	Zucker
50 ml	Sahne
100 g	geschälte, gekochte Maronen
	Salz, Pfeffer, Wacholder
	Speiseöl zum Anbraten

Röstgemüse und Zitrone in 1 cm große Würfel schneiden. Die feingehackten Knochen in einer Kasserolle mit Öl anbraten, Röstgemüse und Zitrone mitrösten, Tomatenmark, Nelken, Lorbeer und Rosmarin zugeben. Mit Brühe oder Wasser und Rotwein auffüllen und ca. 45 Minuten köcheln lassen. Anschließend passieren.

Das ausgelöste Hirschrückenfilet in ca. 2 cm starke Scheiben schneiden, auf eine Gefrierhülle oder Frischhaltefolie legen, mit Folie abdecken und zwischen diesen Folien plattieren. Dann mit Salz, Pfeffer und fein gehacktem Wacholder würzen. Den Speck in feine Streifen schneiden und mit den Gemüsestreifen in die Mitte der Fleischscheiben legen und zusammenrollen. Mit Küchengarn binden.

Die Rouladen in einem Schmortopf mit Öl von allen Seiten anbraten, mit der passierten Wildsauce auffüllen und 25 Minuten schmoren lassen.

Die Rouladen herausnehmen, das Garn entfernen und warm stellen. Die Sauce mit Preiselbeeren, Crème fraîche und Gin fertig machen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für die glacierten Maronen den Zucker karamellisieren lassen, mit Sahne auffüllen und 3 Minuten kochen lassen. Die Maronen zugeben und 2 Minuten köcheln lassen.

Die Rouladen in Tranchen schneiden, auf die Sauce setzen und die Maronen dazugeben.
Als Beilage passen gut Nudeln oder Spätzle.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Westdeutschland

Ute Herzog

20.11.2001

Kräuterhäubchen mit Hummerfüllung (Hessen)

1/4 Kopf	Weißkraut
1	Hummerschwanz, roh
1	Ei
1	Eigelb
2	Zwiebeln, fein geschnitten
1 EL	Crème fraîche
etwas	Semmelmehl
1 TL	Kümmel
1	Schalotte, fein geschnitten
1 EL	trockener Wermut
90 ml	trockener Weißwein
125 g	kalte Butter
1 EL	Sahne
etwas	Zitronensaft
	Butter zum Anschwitzen
	Salz, Pfeffer

Von dem Weißkraut den Strunk wegschneiden, den Rest in feine Streifen schneiden. 10 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Etwas von dem Blanchierwasser wegschütten, den Rest wieder aufsetzen und zum Kochen bringen. Den rohen Hummerschwanz mit 1/2 TL Kümmel darin 10 Minuten ziehen lassen. Hummerschwanz herausnehmen, ausbrechen, den Darm entfernen und das Fleisch in Medaillons schneiden. Für die Sauce 70 ml Hummersud beiseite stellen.

2 größere ofenfeste Henkeltassen ausbuttern. Den Backofen auf 180°C vorheizen.

Ei, Eigelb, Zwiebelwürfel und Crème fraîche mischen. Soviel Semmelmehl zugeben, dass ein fester Brei entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Tassen mit Kraut auskleiden, Hummerstücke darin verkeilen und mit dem Brei ausgießen. Zum Schluss noch etwas Kraut auflegen. Die Tassen ins Wasserbad setzen und 25 Minuten im Ofen garen.

Für die Sauce Schalottenwürfel mit etwas Butter anschwitzen. Restlichen Kümmel im Mörser zerstoßen und zugeben. Wermut und Weißwein zugeben und einkochen lassen. Hummersud zugeben und wieder einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Sauce durch ein Sieb geben, Sud auffangen. Sud wieder leicht erwärmen und die kalte Butter mit dem Pürierstab flöckchenweise einarbeiten. Die Sauce darf jetzt nicht mehr kochen. Nochmals mit Salz und Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Sahne einrühren.

Die Tassen aus dem Ofen nehmen und stürzen. Krauthäubchen auf Teller setzen und mit dem Kümmelschaum umgießen.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Westdeutschland
Vincent Klink
21.11.2001

Hasenpfeffer mit Möppkenbrot (Westfalen)

Für den Hasenpfeffer:

2	Wildhasenkeulen oder 6 Vorderläufe
4	Zwiebeln
1	Knoblauchzehe
1 TL	Wacholder, im Mörser gestoßen
1/2 TL	Piment
1 Msp	Nelkenpulver
1 EL	Tomatenmark
1/2 l	Rotwein
2 EL	Balsamico
1/2	Karotte, gewürfelt
1/4	Sellerieknolle, gewürfelt
1/4	Steckrübe

Für das Möppkenbrot:

150 g	Blutwurst
1	Brötchen, gewürfelt
1	Ei
1 EL	Mehl
1/8 l	kräftige Fleischbrühe
1 EL	Speck, fein gewürfelt
1 EL	Rosinen, gehackt
1/2 TL	Thymian, gerebelt
1 Msp	Muskat
1 Msp	Piment
ca. 2 EL	Semmelbrösel

Butterschmalz zum Anbraten
Salz, Pfeffer

Die Zwiebeln in grobe Würfel schneiden und in einer Kasserolle mit Butterschmalz zusammen mit dem Fleisch anschwitzen. Mit wenig Salz würzen. Dann Knoblauch, Wacholder, Piment, Nelkenpulver und Tomatenmark dazugeben und alles braun anbraten. Mit Rotwein und Balsamico auffüllen und bei großer Hitze aufkochen lassen, anschließend bei geschlossenem Deckel und geringer Hitze dünsten. Nach 30 Minuten Karotten, Sellerie und Steckrübe hinzugeben. Ab und an auf dem Topfboden kratzen, damit nichts anhängt. Nach weiteren 30 Minuten mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Möppkenbrot die Blutwurst erwärmen, dass sie flüssig wird. In eine Schüssel umfüllen und mit Brotwürfeln, Ei, Mehl, Speck, Rosinen, Fleischbrühe, Muskat, Thymian und Piment mischen. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den Semmelbröseln so andicken, dass man daraus Knödel formen kann. Die Knödel in Salzwasser pochieren, sie sind gar, wenn Sie an die Oberfläche steigen.

Hasenpfeffer mit dem Möppkenbrot anrichten.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Westdeutschland

Vincent Klink

22.11.2001

Spießbraten mit Kartoffelsalat (Rheinland-Pfalz)

Für den Spießbraten:

500 g Schweinehals
2 Zwiebeln
1 Bundfrischer Majoran, fein geschnitten
1 Msp Cayennepfeffer

Für den Kartoffelsalat:

500 g Kartoffeln, vorwiegend festkochend
1/4 l Gemüse- oder Fleischbrühe
1 TL scharfer Senf
2 EL Essig
3 EL Pflanzenöl
1 kleine Zwiebel
1 EL Speck, fein gewürfelt

Salz, Pfeffer

Für den Kartoffelsalat die Kartoffeln kochen, pellen und etwas auskühlen lassen. Den Schweinehals der Länge nach tief einschneiden, aber nicht durchschneiden. Das Fleisch aufklappen, plattieren und kräftig pfeffern und salzen. Die Zwiebeln in Scheiben schneiden. Das Fleisch mit Zwiebeln, Majoran und Cayennepfeffer bestreuen. Dann zusammenklappen und wie einen Rollbraten mit Bindfaden umwickeln. Auf einen Spieß stecken und mindestens eine Stunde grillen. (Klassisch wird auf Rebenholz gegrillt.) Der Braten kann aber auch in einer Kasserolle mit Fett angebraten werden und dann bei 180 Grad 1 Stunde im Ofen gebraten werden. Dabei immer wieder mit Wasser oder Brühe ablöschen. Den dann austretenden Saft am Schluss mit etwas Mehlbutter binden. Geschälte Kartoffeln auf dem Gurkenhobel fein rädeln. Zerfallen die Scheiben, so macht das nichts, um so mehr Brühe können Sie aufnehmen. Dann mit lauwarmer Brühe begießen, Senf, Essig, Öl, Salz und Pfeffer zugeben und die Zwiebel mit einer Karottenreibe darüber raspeln. Feingeschnittenen Speck kross anbraten, zugeben und alles miteinander vermischen, evtl. noch Brühe zugeben. Den Salat ca. eine halbe Stunde ziehen lassen (nicht in den Kühlschrank geben) und nochmals abschmecken, ev. noch so viel Brühe zugeben, dass der Salat nass und recht geschmeidig ist.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Westdeutschland

Otto Koch

23.11.2001

Ravioli vom Saumagen (Pfalz)

Für den Nudelteig

200 g Mehl
50 ml Wasser
1 Ei
1 TL Olivenöl
1 Prise Salz
etwas Mehl zum Ausrollen

Für die Füllung:

150 g Saumagen oder ähnliche Innereienwurst
50 g Spinat, blanchiert
1 Eigelb

Für die Sauce:

100 g Butter
1 Bund frischer Majoran
6 Blätter frischer Salbei

sonstige Zutaten:

Salz
Olivenöl

Mehl, Wasser, Ei, Öl und Salz zu einem Teig kneten und mindestens 30 Minuten abgedeckt und kühl ruhen lassen. Dann mit einer Mittels einer Nudelmaschine dünne Teigbahnen ausrollen. Eine Teigbahn auf ein Raviolibrett (oder die Arbeitsplatte) legen.

Den Saumagen und den Spinat fein hacken und gut vermischen und mit einem kleinen Löffel in die Vertiefungen füllen (bzw. kleine Häufchen auf die Teigplatte geben) . Mit einem Pinsel das entstandene Gitter mit verquirltem Eigelb bestreichen und mit einem weiteren Nudelblatt bedecken. Mit einem Tuch die beiden Nudelplatten zusammendrücken und mit einem Teigroller die Ravioli ausschneiden.

In einem Topf mit kochendem Salzwasser und 2 EL Olivenöl die Ravioli ca. 3 Minuten kochen. Herausnehmen und warm stellen.

Für die Sauce Butter in einem Topf nussbraun schmelzen, gehackten Majoran und Salbeiblätter untermischen und über die angerichteten Ravioli geben.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Norddeutschland

Rainer Strobel

19.11.2001

Hiddenseer Aalsuppe (Mecklenburg-Vorpommern)

600 g	Aal (küchenfertig)
2	Zwiebeln
2	Karotten
1	Möhre
1 Stange	Lauch
1/2	Sellerieknolle
1 l	Wasser
1/4 l	trockener Weißwein
1 Bund	Dill
1 Bund	Petersilie
2	Lorbeerblätter
8	Pfefferkörner
4	Pimentkörner
100 g	Mehl
2	Eier
	Pfeffer, Salz

Den küchenfertigen und abgezogenen Aal waschen und in 5 cm große Stücke schneiden. Das Gemüse putzen bzw. schälen. Zwiebeln in grobe Würfel schneiden. Eine Kartoffel, die Hälfte der Möhre, die halbe Lauchstange und die Hälfte des Selleries ebenfalls grob würfeln.

Aal in einem Topf mit Wasser und Weißwein ansetzen und mit Salz würzen. Das grob geschnittene Gemüse, einen halben Bund Dill, einen halben Bund Petersilie, Lorbeer, Pfefferkörner und Piment zugeben und alles 10-12 Minuten leicht köcheln lassen.

Dann den Aal herausnehmen und von den Gräten lösen. Die Brühe durch ein feines Tuch passieren und wieder zum Kochen bringen.

Das restliche Gemüse blättrig schneiden, in die Brühe geben und ca. 5 Minuten leicht kochen lassen.

Aus Mehl und Eiern mit etwas Salz und Muskat gewürzt einen Teig mischen und mit einem Teelöffel kleine Klößchen abstechen. Die Klößchen in Salzwasser 5-6 Minuten kochen lassen. Die restlichen Kräuter fein schneiden.

Dann Aal und Klößchen in die Suppe geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und Petersilie und Dill untermischen.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Norddeutschland

Ute Herzog

27.11.2001

Schwarzbrotpudding mit Zuckerrübeneis und Pflaumensauce (Niedersachsen)

Für das Eis:

200 ml	Milch
100 ml	Sahne
4	Eigelb
150 g	Zuckerrübensirup
80 g	Zucker
etwas	Zitronensaft

Für den Pudding:

2 Scheiben	Vollkornbrot
1 Scheibe	Pumpernickel
50 ml	Sahne
2 EL	Zuckerrübensirup
1 Msp	Zimt
1 Msp	gemahlene Nelken
60 g	weiche Butter
60 g	Zucker
30 g	Mehl
2	Eigelb
2	Eiweiß
	Butter zum Ausfetten
	Zucker zum Wattieren

Für die Pflaumensauce:

180 g	ingelegte Pflaumen
2 EL	Zuckerrübensirup
etwas	Zitronensaft

Für das Eis, Milch und Sahne aufkochen. Eigelb mit dem Zucker aufschlagen und mit der etwas abgekühlten Milch-Sahne verrühren. Zuckerrübensirup und Zitronensaft zugeben. Etwas abkühlen lassen und in der Eismaschine gefrieren.

Tipp:

Wer keine Eismaschine hat, sollte ein Eisparfait machen.

Dafür Zucker und Milch aufkochen, abkühlen lassen. Eigelb auf einem Wasserbad mit Sirup dickcremig aufschlagen. Die Zucker-Milch langsam einrühren. Alles auf Eiswasser setzen und kalt schlagen. Zitronensaft zugeben. Zusätzlich 4 Eiweiß und die Sahne getrennt steif schlagen. Zuerst die steife Sahne und dann den Eischnee locker unterheben. Die Masse in eine leere Plastikform geben und über Nacht in den Gefrierschrank stellen.

Für den Pudding das Brot im Cutter oder mit einem Messer feinhacken und mit Sahne, Sirup und Gewürzen aufkochen und einige Minuten reduzieren lassen. Butter und Zucker schaumig rühren, Mehl hineinsieben und mit 2 Eigelb mischen. Die etwas abgekühlte Brotmasse unterheben. 2 Eiweiß steif schlagen und ebenso unterheben. Den Backofen auf 175 Grad vorheizen. Keramikförmchen oder Tassen ausbuttern und mit Zucker ausstreuen bzw. wattieren. Die Masse einfüllen und im Wasserbad 30 Minuten im Ofen backen.

Die Pflaumen durch ein Sieb geben. Den aufgefangenen Sud mit Sirup und etwas Zitronensaft aufkochen und vom Herd nehmen. Die Pflaumen darin etwas erwärmen und 5 Minuten ziehen lassen. Pflaumen herausnehmen, Sud wieder aufstellen und etwas reduzieren.

Pudding-Förmchen aus dem Ofen nehmen, Rand mit einem scharfen Messer lösen und auf die Teller setzen. Pflaumen im Halbkreis anlegen. Mit einem heißen Löffel eine größere Eisnocke abstechen und danebensetzen. Pflaumensauce dekorativ auf dem Teller verteilen.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Norddeutschland
Vincent Klink
28.11.2001

Kabeljau mit Senfkruste und gefüllten Pilzkartoffeln (Schleswig-Holstein)

Für den Fisch:

2	Kabeljaufilets à 180 g
2	Schalotten, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, gehackt
1/2 TL	gemahlener Kümmel
1 EL	scharfer Senf
2 EL	weiche Butter
2 EL	geriebenes Brötchen
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten

Für die gefüllten Kartoffeln:

6	Kartoffeln
1	Tomate
50 g	Champignons
1	Schalotte, fein geschnitten
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
30 g	Sahne

Salz, Pfeffer
Butter zum Anbraten

Die Fischfilets waschen und trocken tupfen.

Für die Senfkruste Schalotte, Knoblauch und Kümmel in etwas Butter anschwitzen, Senf dazugeben und kurz weiter rösten. Dann alles in eine Schüssel umfüllen und weiche Butter, 1 EL geriebenes Brot und Petersilie untermischen. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Butter von beiden Seiten je 3 Minuten braten. Dann in eine feuerfeste Form geben, mit den restlichen Brotbröseln bestreuen, die Gratiniermasse einen halben Zentimeter dick darauf verstreichen und unter der Grillschlange bräunen.

Für die gefüllten Kartoffeln die Kartoffeln kochen, pellen und mit einem Löffel aushöhlen. Die Tomate enthäuten, entkernen und würfeln.

Die Champignons fein schneiden. Schalotte in einer Pfanne mit Butter anschwitzen, Pilze zugeben und kurz dünsten. Tomatenwürfel und Sahne zugeben und kurz aufkochen lassen. Petersilie untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Pilze in die Kartoffeln füllen.

Die Fischfilets mit den Kartoffeln anrichten und die übrige Pilzmasse um die Kartoffeln geben.

Vincent Klink
29.11.2001

Bremer Kükenragout

2	Möhren
1/4	Sellerieknolle
1/2 Stange	Lauch
1	Zwiebel
2	junge Hähnchen (Küken á 200 g)
100 g	Schwarzwurzeln (im Frühjahr: Spargel)
100 g	Erbsen
50 g	Champignons
1 TL	Mehlbutter (weiche Butter mit Mehl gemischt)
1 EL	Zitronensaft
100 g	Krebsschwänze
1	Eigelb
60 ml	Weißwein (trocken)
125 g	Krabben (geschält)
	Salz, Pfeffer
	Essig, Mehl
	Butter zum Anbraten

Möhren, Sellerie und Lauch putzen bzw. schälen und würfeln. Die Zwiebel schälen, die Küken ausnehmen. Die Küken zusammen mit dem Gemüse in einem Topf mit Butter anschwitzen, etwa 1/2 l Wasser zugeben, aufkochen lassen, leicht salzen und ca. 15 Minuten dünsten (mit geschlossenem Deckel).

Die Schwarzwurzeln schälen und sofort bis zur Weiterverarbeitung in eine Schüssel mit Wasser, Essig und Mehl geben. In einem Topf mit Salzwasser die Schwarzwurzeln ca. 15 Minuten garen bis sie weich sind, abgießen und klein schneiden. Die Erbsen ebenfalls in Salzwasser garen. Die Champignons in Scheiben schneiden.

Die gegarten Küken herausnehmen, die Brühe durch ein Sieb passieren, wieder auf den Herd stellen und um die Hälfte einkochen lassen. Die Sauce mit Mehlbutter andicken und mit Zitronensaft abschmecken. Champignons, Erbsen, Schwarzwurzeln und Krebsschwänze untermischen. Die Küken ausbrechen, häuten, in mundgerechte Stücke schneiden und in die heiße Sauce geben.

Eigelb mit Weißwein verrühren und das Kükenragout damit legieren. Zum Schluss die Krabben zugeben, heiß werden lassen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Zum Kükenragout Reis servieren.

Wochenthema: Regionale Stern(e)küche – Norddeutschland

Otto Koch
30.11.2001

Schollenfilet auf Pilssauce (Hamburg)

1	große Scholle
6	kleine Kartoffeln
1/4 l	Fischfond
1/4 l	Pils oder anderes Bier
1/4 l	Sahne
etwas	Mehl
1/2 Stange	Lauch
1/4 l	Gemüsebrühe
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
	Butter zum Anbraten
	Salz, Pfeffer

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen.

Den Fischfond und das Pils in einem großen Topf um 1/3 einkochen lassen. Dann Sahne zugeben und nochmals um 1/3 einkochen.

Die Scholle waschen und filetieren. Die Filets mit Salz und Pfeffer würzen, in Mehl wenden und in einer Pfanne mit Butter goldgelb braten. Dann warm stellen.

Den Lauch putzen, in kleine Stücke schneiden und in einem Topf mit einem Teelöffel Butter und der Gemüsebrühe einige Minuten köcheln lassen. Die Kartoffeln abschütten und in einer Pfanne mit Butter schwenken.

Unter die Sauce ein paar Butterflöckchen mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Schollenfilets auf der Sauce anrichten. Lauch und Kartoffeln dazugeben und mit Petersilie bestreuen.

ARD-Bufferet Rezepte Dezember 2001

Wochenthema: Festliche Vorspeisen

Rainer Strobel

03.12.2001

Rosa Entenbrust in Gelee

2	Entenbrüste à 150 g
500 ml	klare Geflügelbrühe
etwas	Essig
6 Blatt	Gelatine
2	Schalotten
20 g	grüner Pfeffer
100 g	Joghurt
1	Apfel
20 g	frischer Meerrettich
1/2 Bund	Schnittlauch
	Salz, Pfeffer

Die beiden Entenbrüste auf der Hautseite über Kreuz einschneiden und mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.

Die Brüste auf der Hautseite in eine heiße Pfanne (mit feuerfestem Griff) geben und ca. 2 Minuten anbraten. Dann wenden und ca. 8-10 Minuten in den auf 170 Grad vorgeheizten Backofen geben. Anschließend kalt stellen.

Die Geflügelbrühe kräftig würzen und mit etwas Essig abschmecken. Die Gelatine ca. 5 Minuten in kaltem Wasser einweichen. In der heißen Brühe die eingeweichte Gelatine auflösen. Dann die Brühe kalt stellen.

Zwei Schalotten in Scheiben schneiden und in der Pfanne mit dem Entenfett goldbraun anbraten und kalt stellen.

Das gut abgekühlte, aber noch flüssige Gelee in ein Glas oder eine Porzellanform mit geradem Boden ca. 1/2 cm hoch einfüllen und fest werden lassen.

Die gebratene Entenbrust in ca. 3 mm starke Scheiben schneiden und in die Form einschichten. Darauf die gebratenen Schalottenscheiben legen und 4-5 grüne Pfefferkörner dazugeben. Alles mit Gelee bedecken und ca. 3 Stunden kalt stellen.

Joghurt mit Salz und Pfeffer würzen. Den Apfel in ganz feine Würfel schneiden und den Meerrettich reiben. Apfel und Meerrettich unter den Joghurt mischen. Zum Schluss Schnittlauch in Röllchen schneiden und ebenfalls unter den Joghurt mischen.

Das Entenbrustgelee aus der Form stürzen oder ausstechen und mit der Apfel-Meerrettichsauce anrichten.

Dazu passt sehr gut ein frischer Feldsalat.

Wochenthema: Festliche Vorspeisen
Ute Herzog
04.12.2001

Rote Bete Carpaccio mit Räucherforellencreme

1 Glas	Rote Bete
1,5	geräucherte Forellenfilets
4 EL	Crème fraîche
1 EL	Sahne, geschlagen
1 Stückchen	frischer Meerrettich
1 Glas	Forellenkaviar
ein paar	Dillzweige
etwas	Zitronensaft
	Salz, Pfeffer

Rote Bete in dünne Scheiben schneiden und damit zwei flache Tellerspiegel vollständig auslegen.

Ein Forellenfilet mit einer Gabel gut zerkleinern, mit Crème fraîche und geschlagener Sahne zu einer dicken Creme verrühren und mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und etwas geriebenem Meerrettich würzen.

Mittels zweier Teelöffel je 6 kleine Häufchen von der Forellencreme im Kreis auf das Rote Bete-Carpaccio setzen und je ein größeres in die Mitte.

Die Häufchen mit Forellenkaviar bedecken. Das restliche Forellenfilet vorsichtig in Stücke zerlegen und auf jedes Cremehäubchen ein Stückchen Forelle mit einem Dillzweiglein setzen.

Über die Rote-Bete-Scheiben etwas Rote-Bete-Einlege-Sud träufeln und großzügig frischen Meerrettich darüber reiben.

Thema: Adventsbäckerei
Peter Scharff
05.12.2001

Früchtebrot

240 g	getrocknete Birnen
300 g	getrocknete Feigen
75 g	getrocknete Pflaumen
50 g	getrocknete Aprikosen
75 g	getrocknete Datteln
75 g	Sultaninen
40 g	geschälte Mandeln
75 g	Walnüsse, grob gehackt
50 g	Rum
25 g	Aprikosenkonfitüre
10 g	Hefe
10 g	Milch
500 g	Roggenmehl
140 g	Weizenmehl
50 g	Sauerteig, pulverisiert (aus dem Reformhaus)
10 g	Salz
10 g	Zucker
500 g	Wasser
10 g	frischer Ingwer, gehackt
1/2 TL	Früchtebrotgewürz
2	Eigelb
etwas	Milch
	Mandeln zum Verzieren
	Belegkirschen zum Verzieren

Die getrockneten Früchte klein schneiden, mit den Mandeln und Walnüssen mischen und mit Aprikosenkonfitüre und Rum marinieren.

Die Hefe in der Milch auflösen. Roggenmehl, Weizenmehl, Hefe-Milch, Wasser, Sauerteigpulver, Zucker, Salz, Früchtebrotgewürz und Ingwer zu einem Teig mischen. Den Teig abgedeckt 30 Minuten gehen lassen. Wieder zusammenkneten und nochmals abgedeckt 30 Minuten gehen lassen. Dann die marinierten Früchte untermischen und aus der Teigmasse 4 Laibe Früchtebrot formen.

Die Brote auf mit Backpapier ausgelegte Bleche legen. Eigelb mit etwas (ca. 3 EL) Milch verquirlen und die Brote damit einstreichen. Dann mit Mandeln und Belegkirschen ausgarnieren und im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten backen.

Die ausgekühlten Früchtebrote lassen sich in Frischhaltefolie verpackt und in einem kühlen Raum gelagert einige Wochen aufbewahren.

Tipp: Früchtebrotgewürz

40 g Zimtpulver, 25 g gemahlene Nelken, 40 g Stollengewürz, 60 g gemahlener Koriander, 25 g gemahlener Anis

Wochenthema: Festliche Hauptgerichte
Rainer Strobel

10.12.2001

Rehmedaillons im Waldpilzflan

300 g	Rehrücken ohne Knochen
100 g	Gänse – oder Putenleber
1	Schalotte
200 g	frische Pilze
100 ml	Sahne
1	Ei
150 g	Schweinenetz
1/2 Bund	Petersilie
	Wacholder, gemahlen
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten

Aus dem Rehrücken ca. 50 g schwere Medaillons schneiden und diese leicht plattieren. (Sie sollten mindestens noch 2 cm stark sein.) Die Medaillons mit Salz, Pfeffer und gemahlenem Wacholder würzen und von beiden Seiten 1 Minute in einer Pfanne mit Butter anbraten. Dann kalt stellen.

Von der Gänseleber Adern und Haut entfernen, dann mit Pfeffer würzen und ganz kurz anbraten.

Die Schalotte fein würfeln. Die Pilze putzen und klein schneiden. Petersilie ebenfalls fein schneiden. Schalottenwürfel in einer Pfanne mit Butter anschwanken, die Pilze zugeben und anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Sahne auffüllen. Die Sahne fast vollkommen einkochen lassen. Dann die Pilze etwas abkühlen lassen und in einen Cutter oder einen Mixer geben. Ein Ei dazugeben und ganz fein mixen. Zum Schluss die Petersilie untermischen.

Gänseleber in Scheiben schneiden und die Rehmedaillons damit belegen. Darauf die Pilzfarce streichen. Das Fleisch muss vollkommen mit Pilzfarce bedeckt sein. Dann die Medaillons in gewässertes Schweinenetz einschlagen und in eine Pfanne (mit feuerfestem Griff) setzen.

Im Backofen bei 180 Grad die Medaillons ca. 12-14 Minuten garen. Dann noch etwas ruhen lassen.

Die Rehmedaillons mit einer Wildsauce und Rosenkohl oder Selleriepüree servieren.

Baumstämmchen

50 g	Nougat
80 g	Marzipanrohmasse
30 g	Puderzucker, gesiebt
3 cl	Rum
150 g	Kuvertüre, zartbitter
	Puderzucker zum Ausrollen
	Spritzbeutel mit einer 11-er Lochtülle

Den Nougat im Wasserbad erwärmen und etwas abkühlen lassen. Dann in den Spritzbeutel füllen und auf ein Backpapier einen 20 cm langen Streifen aufspritzen. Den Nougat noch mal abkühlen. Marzipanrohmasse und Puderzucker gut vermischen und auf Puderzucker zu einem Rechteck von 20 cm x 5 cm ausrollen. Die Oberfläche mit Rum ganz dünn einstreichen.

Die Nougatstange auf die ausgerollte Marzipanfläche legen und mit dem Marzipan rund einrollen.

Die Kuvertüre temperieren und den Marzipanstamm mehrmals damit einpinseln. Dabei die Kuvertüre jedoch immer wieder fest werden lassen. (So entsteht der knackige Bruch beim Essen.)

Von dem Baumstamm kleine Stämmchen abschneiden und genießen.

Gefüllter Kalbsrücken mit Kräuternocken

200 g	flüssige Butter
3	Eier
250 g	geriebenes Weißbrot
2 EL	Petersilie, fein geschnitten
1 EL	Schnittlauch, fein geschnitten
1 EL	Thymian, fein geschnitten
200 g	Karotten
50 g	Spinat
2	Schalotten, fein geschnitten
50 g	gekochter Schinken, fein geschnitten
4 Blätter	Salbei, fein geschnitten
2 Scheiben	Kalbsrücken (ca. 2,5 cm dick)
1/8 l	Rotwein
1/2 TL	Zucker
1/8 l	Mineralwasser
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Butter, Butterschmalz

Für den Teig die flüssige Butter mit dem Ei aufschlagen. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. 200 g Brotbrösel und 1 EL Petersilie, Schnittlauch und Thymian untermischen. Den Teig 15 Minuten stehen lassen.

In der Zwischenzeit die Karotten schälen und in feine Scheiben schneiden.

Den Teig zu Klößchen formen und diese in Salzwasser gar ziehen lassen.

Den Spinat blanchieren, gut ausdrücken und grob schneiden. Eine fein geschnittene Schalotte in einer Pfanne mit Butter anschwitzen. Schinken und Salbei dazugeben und etwas später Spinat und restliche Semmelbrösel untermischen.

In die Kalbsrückenscheiben eine tiefe Tasche einschneiden, gut mit Pfeffer und Salz würzen und mit der Spinat-Schinken-Masse füllen. Mit einem Zahnstocher die Öffnung verschließen und die Fleischscheiben in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten je 5 Minuten anbraten.

Für das Karottengemüse eine Schalotte in Butter anschwitzen. Mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Karottenscheiben dazugeben und mit Mineralwasser aufgießen. Bei kleiner Hitze und mit geschlossenem Deckel ca. 10 Minuten dünsten. Zum Schluss abschmecken und 1 EL Petersilie untermischen.

Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und den entstandenen Bratensaft mit Rotwein ablöschen, kurz einkochen und mit einer Butterflocke binden.

Fleisch mit Kräuternocken, Karottengemüse und Sauce anrichten.

Wochenthema: Festliche Hauptgerichte

Vincent Klink

13.12.2001

Gebratene Ente mit Bechamel-Kastanien

1	junge Ente
2	Zwiebeln, gewürfelt
1/4	Sellerieknolle, gewürfelt
1	Knoblauchzehe, gehackt
1 EL	Tomatenmark
1/2 TL	schwarze Pfefferkörner
50 g	getrocknete Aprikosen, geviertelt
1/4 l	Rotwein
1/4 l	Gemüsebrühe
1 TL	Mehlbutter (weiche Butter mit Mehl gemischt)
250 g	Esskastanien
1 EL	Butter
1	Schalotte, fein geschnitten
1 EL	Mehl
1/4 l	Milch
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Muskat

Von der Ente die Brüste und Keulen abtrennen. Alles gut mit Pfeffer und Salz würzen und in einer Kasserolle (oder Eisentopf) auf der Hautseite bei geringer Hitze anbraten. Wenn das Fett beginnt auszuschwitzen, die Fleischstücke drehen und Zwiebeln und Sellerie dazugeben. Dann den Knoblauch, das Tomatenmark, zerdrückte schwarze Pfefferkörner und die Aprikosen. Alles gut anbraten und mit etwas Rotwein und Gemüsebrühe ablöschen. In den auf 200 Grad vorgeheizten Ofen geben und ca. 20 Minuten garen. Dabei immer wieder mit Rotwein und Gemüsebrühe ablöschen.

Anschließend die Brüste herausnehmen und die Keulen noch weitere 10 –15 Minuten weiter garen.

Dann den in der Kasserolle entstandenen Fond entfetten, mit etwas Mehlbutter abbinden und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Kastanien kreuzweise über der Spitze einritzen und ca. 4 Minuten in kochendes Salzwasser geben. Dann das Wasser abschütten und die Kastanien mit lauwarmen Wasser bedecken und nach und nach schälen und die braune Haut unter der Schale entfernen.

Für die Bechamelsauce die Schalotte in einem Topf mit Butter anschwitzen, mit Mehl bestäuben und mit der Milch aufgießen. Alles schnell mit einem Schneebesen glatt rühren und 3 Minuten durchkochen. Die geschälten Kastanien zugeben und bei geringer Hitze ca. 5-10 Minuten weich kochen. Zum Schluss Petersilie untermischen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Die Entenbrust/Keulen anrichten, mit der Sauce beträufeln und mit den Bechamel-Kastanien servieren.

Wochenthema: Festliche Hauptgerichte

Fred Nowack

14.12.2001

Lachsforelle in Salzteig mit provenzalischem Gemüse

1 kg Mehl

300 g	Salz
etwas	Olivenöl
etwas	Wasser
1	Lachsforelle (ca. 1,5 kg)
1Bund	Thymian
1 Stange	Zitronengras
2	Eigelb
1	Schalotte
1	Knoblauchzehe
je 1	grüne und gelbe Zucchini
1/2	rote Paprika
1 Stange	Staudensellerie
1	Aubergine
6	Kirschtomaten
1/2 Stange	Lauch
0,2 l	Tomatensaft
1	Zitrone
2 EL	Kräuter, fein geschnitten (Thymian, Rosmarin, Petersilie)
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl

Für den Salzteig das Mehl, Salz, Olivenöl und Wasser in einer Küchenmaschine oder mit der Hand zu einem festen Teig kneten. Dann den Teig 1-2 Stunden abgedeckt ruhen lassen. Den küchenfertigen Fisch mit Küchenpapier trocken tupfen, leicht pfeffern und den Bauchraum mit Thymian und Zitronengras füllen.

Den Salzteig 4-5 mm stark ausrollen und den Fisch darauf legen. Die Teigränder mit Eigelb bestreichen und den überhängenden Teig über den Fisch klappen etwas andrücken und den überflüssigen Teig mit einem Teigrädchen oder Messer abtrennen.

Nach Belieben den Teig verzieren, dann mit Eigelb einstreichen.

Den Fisch im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad ca. 40 –50 Minuten garen. Zur Garprobe steckt man eine Rouladennadel in die dickste Stelle des Fisches. Lässt sie 2 Sekunden stecken und prüft dann an der Unterlippe, ob die Spitze heiß ist.

Das Gemüse putzen und klein würfeln. Alle Gemüse bis auf Lauch und Tomaten in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten, mit dem Tomatensaft ablöschen und 6-8 Minuten dünsten. Mit Salz, Pfeffer, etwas Zitronensaft und etwas Zitronenabrieb würzen. Eine Minute vor der Fertigstellung die Tomaten, Lauch und Kräuter untermischen.

Zum Anrichten den Salzteig um den Fisch herum mit einem Sägemesser durchtrennen und den Deckel vorsichtig abnehmen. Dann behutsam die Fischstücke von der Gräte schieben und auf dem Gemüse anrichten.

Dazu passen gut kleine gebratene Kartoffeln oder Reis.

Wochenthema: Festliche Desserts

Eva Heß

17.12.2001

Warmer Schokoladenbiskuit mit Gewürzorange

4	Orangen
2	Sternanis

2	Nelken
1	Zimtstange
1	Vanilleschote
3	Eier
140 g	Zucker
50 g	Kuvertüre/Zartbitter
25 g	Kuvertüre/Vollmilch
80 g	Butter
45 g	Mehl

Die Orangen schälen und Filets herausschneiden. Dabei den entstehenden Saft auffangen und den Saft aus den filetierten Orangen ausdrücken. Den Saft mit 15 g Zucker, Sternanis, Nelken, Zimtstange und Vanilleschote erhitzen. Den heißen Saft über die Orangenfilets geben und mindestens 6 Stunden bei Zimmertemperatur durchziehen lassen.

Für den Schokoladenbiskuit die Eier mit 125 g Zucker auf dem Wasserbad zuerst warm aufschlagen, dann vom Wasserbad nehmen und kalt schlagen. In der Zwischenzeit die Kuvertüren im Wasserbad auflösen und die Butter zerlassen.

Kuvertüren, Butter und Mehl unter die Eimasse mischen und diese Biskuitmasse ca. 2 Stunden in den Kühlschrank stellen. 4 Teflonförmchen mit einem Durchmesser von ca. 8 cm ausfetten und mit Mehl bestäuben. Die Biskuitmasse bis zum Rand einfüllen und in den auf 185 Grad (Umluft) vorgeheizten Backofen geben und 10-12 Minuten backen (Ober-/Unterhitze bei 210 Grad).

Den gebackenen Biskuit aus den Förmchen stürzen und mit den Gewürzorange heiß servieren.

Wochenthema: Festliche Desserts

Ute Herzog

18.12.2001

Weihnachtliche Quarkcreme mit Zimt-Kirschen

2	Eier
30 g	Puderzucker
2 EL	Honig

1/2 Päckchen	Vanillezucker
1 TL	Lebkuchengewürz
1 TL	Rum
1 TL	Amaretto
2,5 Blatt	Gelatine
150 g	Quark oder Schichtkäse
100 g	Stollen-Frucht-Mischung (Orangeat, Zitronat usw.)
etwas	Mehl
50 ml	Sahne, geschlagen
1 Glas	Cocktail-Kirschen
ein paar	Orangenschalenstreifen (unbehandelt)
1/2 Stange	Zimt
etwas	Zitronensaft

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Eier trennen. Eigelb mit Puderzucker, Honig, Vanillezucker, Lebkuchengewürz, Rum und Amaretto im Wasserbad zu einer dicken Creme aufschlagen.

Die eingeweichte Gelatine gut ausdrücken und unter Rühren zugeben und auflösen.

Quark bzw. Schichtkäse unterrühren und die Creme auf Eiswasser kalt rühren.

Fruchtmischung mit einem Messer so klein wie möglich hacken und mit etwas Mehl bestäuben.

Wenn die Creme beginnt, fest zu werden, Fruchtmischung unterrühren.

Eiweiß steif schlagen und unter die geschlagene Sahne heben. Dann alles unter die Creme heben und diese in schöne Stilgläser füllen und mindestens 3 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Die Cocktailkirschen abseihen und fein hacken. Den Sud auffangen. Die Orangenschale in ganz feine Streifen schneiden. Etwas Kirschsud erhitzen und darin die Orangenschalenstreifen glacieren, herausnehmen und abtropfen lassen.

Den restlichen Kirschsud mit der halben Zimtstange und Zitronensaft aufkochen, über die Kirschen geben und abkühlen lassen.

Zum Servieren die Kirschen mit Sud auf der Creme verteilen und mit den glacieren Orangenschalenstreifen garnieren.

Wochenthema: Fondue-Variationen

Vincent Klink

27.12.2001

Geflügel-Käse-Fondue

2	Birnen
1/4 l	Weißwein
1 TL	Senfsaat

1 EL	Honig
2 EL	Essig
1	Karotte
1/4	Sellerieknolle
1	Zwiebel
1	Lorbeerblatt
3	Nelken
1 l	Gemüsebrühe
2	Hähnchenbrüste
100 g	Greizer
100 g	Emmentaler
	Butter zum Anbraten

Für den Dip die Birnen schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und fein würfeln. Birnen in einer Pfanne mit Butter anbraten mit Weißwein ablöschen, Honig und Senfsaat untermischen. Dann den Essig untermischen und alles zu einem Sirup einkochen. Für das Fondue die Karotte und Sellerie schälen und ganz fein würfeln. Die Zwiebel mit Lorbeerblatt und Nelke spicken. Die Brühe mit der gespickten Zwiebel und dem Würfelgemüse aufsetzen und zum Kochen bringen. Die Hähnchenbrüste und den Käse würfeln. Die Brühe in einem Fonduepfopf zu Tisch bringen und am Köcheln halten. Käse und Fleischstücke auf Fondue-Gabeln spießen und in der kochenden Brühe garen. Dazu Birnendip und Baguette reichen.

Wochenthema: Fondue-Variationen

Otto Koch
28.12.2001

Senf-Fondue

1/2 l	Kalbsfond
1/4 l	Gemüsefond
1/4 l	Sahne
1/8 l	Crème fraîche
3 - 4 EL	mittelscharfer Senf
1 EL	scharfer Senf und/oder grober Dijon-Senf
ca. 500 g	verschiedene Kochwürste (Wiener, Regensburger, Lyoner, Weißwürste)
4	Laugenstangen
1/2 Bund	Blattpetersilie

250 g Essiggurken oder scharfe Cornichons
Salz, Pfeffer
geklärte Butter

Kalbs- und Gemüfefond mit Sahne und Crème fraîche in einen Topf geben und langsam um 1/4 einkochen lassen. Senf nach Geschmack dazugeben und nochmals einige Minuten kochen lassen.

In der Zwischenzeit die Würste enthäuten und in 1-2 cm dicke Scheiben schneiden. Die Laugenstangen in dünne Scheiben schneiden und in geklärter Butter goldbraun anbraten. Das Senffondue abschmecken mit Salz und Pfeffer und mit viel gehackter Petersilie garnieren.

Dann auf den Tisch bringen und die verschiedenen Würste auf Fonduegabeln darin erhitzen. Die Wurststücke werden abwechselnd mit den Laugenscheiben und mit den Essiggurken oder Cornichons gegessen.

Zusätzlich kann noch Baguette dazu gereicht werden.

Inhaltsverzeichnis

LAUBFRÖSCHE AUF EISZAPFEN.....	1
FALSCHER GÄNSELEBERTERRINE.....	2
KASSLERLENDCHEN IM BÖHMISCHEN KNÖDELTEIG.....	3
ZANDERFILET MIT BROTSAUCE.....	4
SCHWARZBROT PFANNE.....	5
BROT SUPPE MIT SPECKKLÖSSCHEN.....	6
SCHWEINEFILETS AUF BROTCROUTONS.....	7

BERLINER LÖFFELERBSE.....	8
ROTKOHLSUPPE MIT ÄPFELN, BIRNEN UND SPECK.....	9
LINSEN MIT SPÄTZLE.....	10
WEISSER BOHNENEINTOPF.....	11
PICHELSTEINER.....	12
DAMPFNUDELN MIT VANILLESAUCE.....	13
GEFÜLLTE MUSCHELNUDELN.....	14
FISCHSTÄBCHEN MIT POMMES.....	15
SERBISCHES REISFLEISCH.....	16
TIROLER G'RÖSTEL.....	17
HACKFLEISCHSCHNITZEL AUF KRAUTNUDELN.....	18
HACHIS PARMNETIER.....	19
LAMMRAHMHACKBRATEN.....	20
LAMMRÜCKEN MIT TALEGGIOKRÄUTERKRUSTE.....	21
WIRSINGSÄCKCHEN MIT KÄSEFÜLLUNG.....	22
KÄSERÖSTI MIT SPINATSAUCE.....	23
SUPPENGEMÜSE-KÄSE-GRATIN.....	24
EINTOPF VON TELTOWER RÜBCHEN.....	25
SCHWARZWURZELN IM TEIGMANTEL.....	26
ROTE-BETE-SALAT MIT HÄHNCHENBRUSTSTREIFEN.....	27
WALDORFSALAT MIT SCHINKENHÖRNCHEN.....	28
FELDSALAT MIT SAUREN SEMMELKNÖDELN.....	29
LACHS IM SAUERKRAUTMANTEL.....	30
SAUER GEFÜLLTE LAMMSCHNITZEL.....	31
SAUERKRAUTKUCHEN.....	32
SARDINEN IN LIMONENMARINADE.....	33
PIKANTES "SEMMELGERÄUSCH" MIT GEFLÜGELLEBER-APFEL-RAGOUT.....	34
GEBRATENE NUSSKNÖPFLE MIT PFLAUMENSAUCE.....	35
SAUERRAHMDALKEN MIT APFELSAUCE.....	36
GEBRATENE JAKOBSMUSCHELN AUF BLATTSPINAT.....	37
MUSCHELN MIT ZIEGENKÄSE IN DER TOMATE.....	38
MUSCHELN À LA MARINIÈRE.....	39

BUNTER KARTOFFELKUCHEN.....	40
GEMÜSEBANDNUDELN MIT SAUCE MORNAY GRATINIERT.....	41
SPINATGNOCCHI MIT KÄSESAUCE.....	42
KARTOFFELCRÊPES MIT CHAMPIGNONS.....	43
MUSCHELNUDELN MIT GETRÜFFELTER CARBONARA UND GRÜNEM SPARGEL.....	44
SAUERAMPFERSUPPE MIT FRISCHKÄSENOCKEN.....	45
BÄRLAUCHSERVIETTENKLOSS MIT KANINCHENRAGOUT.....	46
FORELLENLASAGNE MIT KRÄUTERSAUCE.....	47
LENDCHEN MIT WILDEM SCHNITTLAUCH UND BRENNNESSELGEMÜSE.....	48
KRÄUTER-KARTOFFEL-KÜCHLEIN MIT JOGHURTSAUCE.....	48
GESCHNETZELTES VON ENTE UND SCAMPI.....	49
ZANDERGESCHNETZELTES À L'ORANGE.....	50
INDISCHES SCHNETZELHUHN MIT HASELNUSSPILAW.....	51
MATJESTREIFEN IN CRÈME FRAÎCHE MIT SELLERIEKARTOFFELN.....	52
GESCHNETZELTES VON DER PUTE MIT FRÜHLINGSGEMÜSE IM BRICKTEIG.....	53
BROKKOLI MIT VOLLKORNNUDELN IN GORGONZOLASAUCE.....	55
GEFÜLLTE GEMÜSEZWIEBELN.....	55
SCHAFSKÄSE IN KARTOFFELN GERÖSTET MIT LINSENSALAT.....	56
ROTBARSCH IN FENCHEL.....	58
GEMÜSEGEFÜLLTE MAISPOULARDENBRUST MIT RUCOLASAUCE.....	59
SAHNE-EIER IN BROT.....	60
ZICKLEINBRATEN MIT GEFÜLLTEN KARTOFFELN.....	61
GEBRATENE FORELLE MIT AUBERGINENMUS.....	62
KARTOFFELAUFLAUF "SURPRISE".....	63
TINTENFISCH-PEPERONATA-GRATIN.....	64
FEIGENAUFLAUF.....	65
PFANNKUCHENAUFLAUF MIT RHABARBERKOMPOTT.....	66
TEMPURA VON FISCH UND GEMÜSE.....	67
GEDÄMPFTER DORSCH MIT INGWER UND KAFFIRBLÄTTERN.....	68
GLASNUDELN MIT GERÖSTETEM GEMÜSE.....	69
HÄHNCHEN IN KOKOSMILCH.....	70
LACHS MIT INGWERGEMÜSE IN PERGAMENT.....	71

ZIEGENQUARKAUFLAUF MIT BUNTEM GEMÜSESALAT.....	72
GRÜNKERNTORTILLAS MIT QUARKSAUCE.....	73
WAFFELN MIT ERDBEERSAUCE.....	74
GRATINIERTE SPINAT-RICOTTA-CRESPELLE.....	75
BUNTER SALAT MIT KARTOFFELN.....	76
LAMMKOTELETTES IN APFELWEIN.....	77
PASTETE VON SCHWEINEFILET.....	78
GEFLÜGELSALAT.....	79
GEMÜSESTRUDEL MIT KRÄUTERSAUCE.....	80
SPARGEL-KERBELGEMÜSE MIT GEBRATENEM ZANDER.....	81
SPARGEL MIT GEMÜSEDDRESSING UND SPIEGELEI.....	82
SPARGELZEIT - LUST AUF GENUSS!.....	83
GEBRATENER SPARGEL MIT PARMASCHINKEN.....	83
SPARGELZEIT - LUST AUF GENUSS!.....	84
SPARGELSALAT MIT RHABARBERDDRESSING.....	84
SPARGELFLAN MIT GRÜNEN SPARGELSPITZEN UND MORCHELSAUCE.....	85
GEFÜLLTE ZUCCHINIBLÜTE AUF GESCHMOLZENEN TOMATEN.....	86
ROSENCRÊPES.....	87
SCHWEINEFILET MIT KAPUZINERKRESSE UND SENFKÖRNERSAUCE.....	88
PILZPIROGGEN AUF KOMPOTT VON ROTEN ZWIEBELN MIT LAVENDEL UND GÄNSEBLÜMCHEN.....	89
ORIENTALISCHES BLUMENKOHLSÜPPCHEN.....	90
BLÄTTERTEIGTASCHE MIT BROKKOLI UND GERÄUCHERTEM HEILBUTT.....	91
MATJES HAUSFRAUEN ART.....	92
MATJESRÖLLCHEN MIT SENFFRÜCHTEN GEFÜLLT.....	93
MATJESSALAT MIT KARTOFFELN & SPECK.....	94
THAILÄNDISCHER GLASNUDELSALAT.....	95
FENCHELSALAT MIT GEBRATENEM GEFLÜGEL À LA PROVENCE.....	96
SALAT AGADIR.....	97
SALAT NICOISE.....	98
CEVICHE - MEXIKANISCHER FISCHSALAT.....	99
GEFÜLLTE LAMMRÖLLCHEN AM SPIESS MIT AVOCADOCREME.....	100
HÄHNCHENBRUST-SATEH MIT MAIS- UND MANGO-DIP.....	101

GEGRILLTER SEETEUFEL MIT GRÜNEM KORIANDERDIP.....	102
GEGRILLTES SCHWEINEFILET MIT KARTOFFEL-MAJORAN-DIP.....	103
GEGRILLTES STRAUSSENSTEAK MIT PAPRIKA-DIP UND SALASA-VERDE.....	104
LEIPZIGER ALLERLEI.....	105
GEFÜLLTE KOHLRABI MIT SAHNESAUCE.....	106
SUPPE VON FRISCHEN ERBSEN MIT LACHSROULADE.....	107
GEBRATENER ZIEGENKÄSE MIT GRÜNEM ZWIEBELGEMÜSE.....	108
ZUCCHINI AN LACHS GEFESSELT.....	109
GEFÜLLTE AUBERGINEN MIT STEINBUTTFILETS.....	110
FISH-CAKES MIT PAPRIKA-AIOLI.....	111
INTERNATIONALE KÜCHE.....	112
GEBRATENE GARNELEN IN PRIKPAU-SAUCE (GUNG PAD NAMPRIK PAO).....	112
GEBRATENER LACHS MIT KNOBLAUCH UND SPECK.....	113
GEFÜLLTE SEPIA AUF APULISCHE ART.....	114
GEFÜLLTER KOPFSALAT MIT RIESENGARNELEN UND CHAMPAGNERMAYONNAISE.....	115
ZANDER MIT RIESLINGKRAUTKRUSTE.....	116
WHISKYGESCHNETZELTES VOM SCHWEINEFILET.....	117
MATELOTE VOM SEETEUFEL.....	118
STEINBUTT IN ROTWEINBUTTER-SAUCE UND LAUCHGEMÜSE.....	119
THUNFISCHSANDWICH.....	120
FOCACCIA MIT TOMATEN, BASILIKUM UND KOPFSALATRÖLLCHEN.....	121
BRUSCHETTA MIT VERLORENEM EI UND PARMASCHINKEN.....	122
RIESENHAMBURGER.....	123
ÜBERBACKENE WALDBEEREN.....	124
BEERENKALTSCHALE MIT BUTTERMILCH UND PUMPERNICKEL.....	125
PFIRSICH MIT ZABAIONE UND GRANATAPFELSAUCE.....	126
KLARE TOMATENESSENZ MIT RICOTTA-BASILIKUM-KLÖSSCHEN.....	127
FRITTATA MIT ZWEIERLEI TOMATEN.....	128
TOMATENRELISH MIT PICCATA VOM SCHWEINEFILET.....	129
TOMATENSCHNITZEL.....	130
TOMATENRAGOUT MIT FRISCHEM KORIANDER UND LACHSFORELLE.....	131
LAMMCURRY.....	132

HÄHNCHENFILET MIT OKRASCHOTEN IN KOKOSSAHNE.....	133
THUNFISCH MIT CURRY GEBRATEN UND COUSCOUS.....	134
ZUCCHINI MIT ROTER CURRYPASTE.....	135
BANANEN-CURRY MIT SCAMPIS UND DUFTREIS.....	136
TELLERSÜLZE VON FISCH UND MEERESFRÜCHTEN.....	137
KALTES SÜPPCHEN AUS GURKENDREIERLEI MIT LACHSTATAR.....	138
TABOULE MIT SCHARFEN HÄHNCHENKEULEN.....	139
OCHSENMAULSALAT MIT BRATKARTOFFELN.....	140
EXOTISCHER FRUCHTSALAT MIT WASSERMELONENFRAPPÉ.....	141
KANINCHEN MIT THYMIAN UND TOMATEN.....	142
RISOTTO MIT FENCHEL UND SCAMPI.....	143
PASTA MIT ARTISCHOCKEN UND PESTO.....	144
KORSISCHE FISCHSUPPE.....	145
TINTENFISCHE AUF SHERRYSAUCE MIT FEINEM RATATOUILLE.....	146
BERLINER BULETTEN À LA RAINER STROBEL.....	147
BERLINER EISBEIN À LA UTE HERZOG.....	148
AAL NACH VINCENT KLINK.....	149
BERLINER LEBER À LA VINCENT KLINK.....	150
BERLINER BOLLEN À LA OTTO KOCH.....	151
ZUCCHINIPRALINEN.....	152
SEETEUFEL IN ZUCCHINIMANTEL MIT OLIVEN-VINAIGRETTE.....	153
MIT HÄHNCHEN GEFÜLLTE GURKE.....	154
FORELLE AUF GURKENGEMÜSE.....	155
ZUCCHINI- UND KÜRBISBEIGNETS MIT JOGHURT-DIP.....	156
TEMPURA VON ROTBARSCH AUF CURRYSAUCE.....	157
GEFÜLLTE EIER IN GRÜNER SAUCE.....	158
SPAGHETTI MIT LAMMSUGO.....	159
STROGANOFF VON DER TRUTHAHNBRUST.....	160
SAIBLING AUF KAROTTENSAUCE MIT KRÄUTERKARTOFFELN.....	161
REIS TRAUTTMANSBORFF.....	162
JAMBALAYA MIT HUHN.....	163
SCHARFER REISSALAT MIT SCAMPI.....	164

VINCENT'S MILCHREIS MIT BIRNENKOMPOTT.....	165
GEMÜSE-PILZ-RISOTTO.....	166
VOLLKORNNUEDELN MIT STEINPILZEN UND RUCOLA.....	167
HÜHNERBRUST MIT KRÄUTERFRISCHKÄSE-FÜLLUNG AUF GEMÜSENUDELN.....	168
CHAMPIGNON-WEISSWEIN-GEMÜSE MIT SEMMELKNÖDELN.....	169
SCHWÄBISCHE BRATWURST MIT KARTOFFELSALAT.....	170
RAUHLACHSSOUFFLÉAUF SCHWARZEN LINSEN.....	171
ARD BUFFET REZEPTE OKTOBER 2001.....	172
ZANDER IN KARTOFFELKRUSTE.....	172
REH IM BRIOCHEMANTEL.....	173
LAMMFILET IM STRUDELTEIG.....	176
SCHOLLE IN FILOTEIG MIT GEMÜSERAGOUT.....	177
STEINBUTT MIT PUMPERNICKEL UND ROTWEINBUTTER.....	178
WILDKANICHENCHARLOTTE MIT SELLERIEKARTOFFELPÜREE.....	179
FORELLE IN RIESLINGSAUCE.....	180
KÜRBISRAGOUT IN TRAMINER.....	181
JUNGE LANDENTE AUF GLACIERTEN RÜBEN.....	182
FASANENBRUST MIT HAGEBUTTENÄPFELN AUF CHAMPAGNERKRAUT.....	183
SCHWEINEKOTELETT MIT FEIGENSENF.....	184
GEKOCHTE LAMMKEULE MIT PAPRIKAKRAUT.....	185
KÜRBISCREMESUPPE IM KÜRBISBROT.....	186
ZWEIERLEI KARTOFFELSOUFFLÉ.....	187
SEETEUFEL IM KARTOFFELSTROH.....	188
BOUILLABAISSE KARTOFFELN.....	189
PIZZOKEL.....	190
KARTOFFELGNOCCHI MIT GEBRATENEN STEINPILZEN.....	191
THÜRINGER KARTOFFELDETSCHER MIT ROTWEINBIRNEN.....	192
ZWIEBELFLEISCH VOM HÄHNCHEN MIT BIRNENKLOSS (SACHSEN-ANHALT).....	193
EISBEIN IM WIRSINGBLATT MIT TELTOWER RÜBCHEN-SAUCE (BRANDENBURG).....	195
GEFÜLLTE GÄNSEKEULE MIT ROTKRAUT UND MARONENPÜREE (BERLIN).....	196
ALLGÄUER KÄSESUPPE.....	198
TÜRMCHEN VON SAUERKRAUT, FLEISCHKÄSE UND BREZENKNÖDELN MIT SENF-SAUCE (BAYERN).....	199

BADISCHE OCHSENBRUST MIT WIRSING-BOUILLONKARTOFFELN.....	201
WOCHENTHEMA: REGIONALE STERN(E)KÜCHE – SÜDDEUTSCHLAND.....	202
REHMAULTÄSCHLE AUF LINSENSAUCE (WÜRTTEMBERG).....	202
APFELKÜCHLE MIT LEBKUCHENSAUCE (FRANKEN.....	204
GEFÜLLTE HIRSCHROULADE MIT GLACIERTEN KASTANIEN (SAARLAND).....	205
HASENPFEFFER MIT MÖPPKENBROT (WESTFALEN).....	207
SPIESSBRATEN MIT KARTOFFELSALAT (RHEINLAND-PFALZ).....	209
RAVIOLI VOM SAUMAGEN (PFALZ).....	210
HIDDENSEEER AALSUPPE (MECKLENBURG-VORPOMMERN).....	211
SCHWARZBROTPUDDING MIT ZUCKERRÜBENEIS UND PFLAUMENSAUCE (NIEDERSACHSEN).....	212
KABELJAU MIT SENFKRUSTE UND GEFÜLLTEN PILZKARTOFFELN (SCHLESWIG-HOLSTEIN).....	214
BREMER KÜKENRAGOUT.....	216
SCHOLLENFILET AUF PILSSAUCE (HAMBURG).....	217
ROSA ENTENBRUST IN GELEE.....	218
ROTE BETE CARPACCIO MIT RÄUCHERFORELLENCREME.....	219
FRÜCHTEBROT.....	220
REHMEDAILLONS IM WALDPILZFLAN.....	222
BAUMSTÄMMCHEN.....	223
GEFÜLLTER KALBSRÜCKEN MIT KRÄUTERNOCKEN.....	224
GEBRATENE ENTE MIT BECHAMEL-KASTANIEN.....	225
LACHSFORELLE IN SALZTEIG MIT PROVENZALISCHEM GEMÜSE.....	226
WARMER SCHOKOLADENBISKUIT MIT GEWÜRZORANGEN.....	227
WEIHNACHTLICHE QUARKCREME MIT ZIMT-KIRSCHEN.....	228
GEFLÜGEL-KÄSE-FONDUE.....	229
SENF-FONDUE.....	230

RezeptIndex alphabetisch

Aal nach Vincent Klink 150

Allgäuer Käsesuppe 200
Apfelkühle mit Lebkuchensauce (Franken) 206
Badische Ochsenbrust mit Wirsing-Bouillonkartoffeln 203
Bananen-Curry mit Scampis und Duftreis 137
Bärlauchserviettenkloß mit Kaninchenragout 46
Baumstämmchen 225
Beerenkaltschale mit Buttermilch und Pumpernickel 126
Berliner Bollen à la Otto Koch 152
Berliner Buletten à la Rainer Strobel 148
Berliner Eisbein à la Ute Herzog 149
Berliner Leber à la Vincent Klink 151
Berliner Löffelbse 8
Blätterteigtasche mit Brokkoli und geräuchertem Heilbutt 91
Bouillabaisse Kartoffeln 190
Bremer Kükenragout 218
Brokkoli mit Vollkornnudeln in Gorgonzolasauce 55
Brotsuppe mit Speckklösschen 6
Bruschetta mit verlorenem Ei und Parmaschinken 123
Bunter Kartoffelkuchen 40
Bunter Salat mit Kartoffeln 76
Ceviche - Mexikanischer Fischsalat 99
Champignon-Weißwein-Gemüse mit Semmelknödeln 170
Dampfnudeln mit Vanillesauce 13
Eintopf von Teltower Rübchen 25
Eisbein im Wirsingblatt mit Teltower Rübchen-Sauce (Brandenburg) 196
Exotischer Fruchtsalat mit Wassermelonenfrappé 142
Falsche Gänseleberterrine 2
Fasanenbrust mit Hagebuttenäpfeln auf Champagnerkraut 184
Feigenauflauf 65
Feldsalat mit sauren Semmelknödeln 29
Fenchelsalat mit gebratenem Geflügel à la Provence 96
Fisch 67, 110
Fischstäbchen mit Pommes 15
Fish-Cakes mit Paprika-Aioli 112
Focaccia mit Tomaten, Basilikum und Kopfsalatröllchen 122
Forelle auf Gurkengemüse 156
Forelle in Rieslingsauce 181
Forellenlasagne mit Kräutersauce 47
Frittata mit zweierlei Tomaten 129
Früchtebrot 222
Gebratene Ente mit Bechamel-Kastanien 227
Gebratene Forelle mit Auberginenmus 62
Gebratene Garnelen in Prikpau-Sauce (GUNG PAD NAMPRIK PAO) 113
Gebratene Jakobsmuscheln auf Blattspinat 37
Gebratene Nussknöpfe mit Pflaumensauce 35
Gebratener Lachs mit Knoblauch und Speck 114
Gebratener Spargel mit Parmaschinken 83
Gedämpfter Dorsch mit Ingwer und Kaffirblättern 68
Geflügel 164
Geflügel-Käse-Fondue 231
Geflügelsalat 79
Gefüllte Auberginen mit Steinbuttfilets 111
Gefüllte Eier in grüner Sauce 159
Gefüllte Gänsekeule mit Rotkraut und Maronenpüree (Berlin) 198
Gefüllte Gemüsezwiebeln 56
Gefüllte Hirschrolade mit glacierten Kastanien (Saarland) 207

Gefüllte Kohlrabi mit Sahnesauce 107
Gefüllte Lamröllchen am Spieß mit Avocadocreme 100
Gefüllte Muschelnudeln 14
Gefüllte Sepia auf apulische Art 115
Gefüllte Zucchini-Blüte auf geschmolzenen Tomaten 86
Gefüllter Kalbsrücken mit Kräuternocken 226
Gefüllter Kaninchenrücken an Gurkenbandnudeln (Sachsen) 194
Gefüllter Kopfsalat mit Riesengarnelen und Champagnermayonnaise 116
Gegrillter Seeteufel mit grünem Korianderdip 102
Gegrilltes Schweinefilet mit Kartoffel-Majoran-Dip 103
Gegrilltes Straußensteak mit Paprika-Dip und Salasa-verde 104
Gekochte Lammkeule mit Paprikakraut 186
Gemüsebandnudeln mit Sauce Mornay gratiniert 41
Gemüsegefüllte Maispouardenbrust mit Rucolasauce 59
Gemüse-Pilz-Risotto 167
Gemüsestrudel mit Kräutersauce 80
Geschnetzeltes von der Pute mit Frühlingsgemüse im Brickteig 54
Geschnetzeltes von Ente und Scampi 50
Glasnudeln mit geröstetem Gemüse 69
Gratinierte Spinat-Ricotta-Crespelle 75
Grünkerntortillas mit Quarksauce 73
Hachis Parmnetier 19
Hackfleischschnitzel auf Krautnudeln 18
Hähnchen in Kokosmilch 70
Hähnchenfilet mit Okraschoten in Kokossahne 134
Hähnchenbrust-Sateh mit Mais- und Mango-Dip 101
Hasenpfeffer mit Möppkenbrot (Westfalen) 209
Hiddenseeer Aalsuppe (Mecklenburg-Vorpommern) 213
Hühnerbrust mit Kräuterfrischkäse-Füllung auf Gemüsenudeln 169
Indisches Schnitzelhuhn mit Haselnusspilaw 52
Jambalaya mit Huhn 164
Junge Landente auf glacierten Rüben 183
Kabeljau mit Senfruste und gefüllten Pilzkartoffeln (Schleswig-Holstein) 216
Kaltes Süppchen aus Gurkendreierlei mit Lachstatar 139
Kaninchen mit Thymian und Tomaten 143
Kartoffelauflauf "surprise" 63
Kartoffelcrêpes mit Champignons 43
Kartoffelgnocchi mit gebratenen Steinpilzen 192
Käserösti mit Spinatsauce 23
Kasslerlendchen im böhmischen Knödelteig 3
Klare Tomatenessenz mit Ricotta-Basilikum-Klößchen 128
Korsische Fischsuppe 146
Kräuterhäubchen mit Hummerfüllung (Hessen) 208
Kräuter-Kartoffel-Küchlein mit Joghurtsauce 49
Kürbiscremesuppe im Kürbisbrot 187
Kürbisragout in Traminer 182
Lachs im Sauerkrautmantel 30
Lachs mit Ingwergemüse in Pergament 71
Lammcurry 133
Lammfilet im Strudelteig 177
Lammkoteletts in Apfelwein 77
Lammrahmhackbraten 20
Lammrücken mit Taleggiokräuterkruste 21
Laubfrösche auf Eiszapfen 1
Leipziger Allerlei 106
Lendchen mit wildem Schnittlauch und Brennesselgemüse 48

Linsen mit Spätzle 10
Mai 01 79
Matelote vom Seeteufel 119
Matjes Hausfrauen Art 92
Matjesröllchen mit Senfrüchten gefüllt 93
Matjessalat mit Kartoffeln & Speck 94
Matjestreifen in Crème Fraîche mit Selleriekartoffeln 53
Muscheln à la marinière 39
Muscheln mit Ziegenkäse in der Tomate 38
Muschelnudeln mit getrüffelter Carbonara und grünem Spargel 44
Ochsenmaulsalat mit Bratkartoffeln 141
Orientalisches Blumenkohlsüppchen 90
Pasta mit Artischocken und Pesto 145
Pastete von Schweinefilet 78
Pfannkuchenaufwurf mit Rhabarberkompott 66
Pflirsich mit Zabaione und Granatapfelsauce 127
Pichelsteiner 12
Pikantes "Semmelgeräusch" mit Geflügelleber-Apfel-Ragout 34
Pilzpiroggen auf Kompott von roten Zwiebeln mit Lavendel und Gänseblümchen 89
Pizzokel 191
Rauchlachssoufflé auf schwarzen Linsen 172
Ravioli vom Saumagen (Pfalz) 212
Reh im Briochemantel 174
Rehmaultäschle auf Linsensauce (Württemberg) 204
Rehmedaillons im Waldpilzflanz 224
Reis Trauttmansdorff 163
Riesenhamburger 124
Risotto mit Fenchel und Scampi 144
Rosencrêpes 87
Rotbarsch in Fenchel 58
Rote Bete Carpaccio mit Räucherforellencreme 221
Rote-Bete-Salat mit Hähnchenbruststreifen 27
Rotkohlsuppe mit Äpfeln, Birnen und Speck 9
Sahne-Eier in Brot 60
Saibling auf Karottensauce mit Kräuterkartoffeln 162
Salat 3, 60, 99
Salat Agadir 97
Salat Nicoise 98
Sardinen in Limonenmarinade 33
Sauer gefüllte Lammschnitzel 31
Sauerampfersuppe mit Frischkäsenocken 45
Sauerkrautkuchen 32
Sauerrahmdalken mit Apfelsauce 36
Schafskäse in Kartoffeln geröstet mit Linsensalat 57
Scharfer Reissalat mit Scampi 165
Scholle in Filoteig mit Gemüseragout 178
Schollenfilet auf Pilssauce (Hamburg) 219
Schwäbische Bratwurst mit Kartoffelsalat 171
Schwarzbrotpfanne 5
Schwarzbrotpudding mit Zuckerrübensais und Pflaumensauce (Niedersachsen) 214
Schwarzwurzeln im Teigmantel 26
Schweinefilet mit Kapuzinerkresse und Senfkörnersauce 88
Schweinefilets auf Brotcroustons 7
Schweinekotelett mit Feigensenf 185
Seeteufel im Kartoffelstroh 189
Seeteufel in Zucchini mantel mit Oliven-Vinaigrette 154

Serbisches Reisfleisch 16
Spaghetti mit Lammsugo 160
Spargel mit Gemüsedressing und Spiegelei 82
Spargelflan mit grünen Spargelspitzen und Morchelsauce 85
Spargel-Kerbelgemüse mit gebratenem Zander 81
Spargelsalat mit Rhabarberdressing 84
Spießbraten mit Kartoffelsalat (Rheinland-Pfalz) 211
Spinatgnocchi mit Käsesauce 42
Steinbutt in Rotweinbutter-Sauce und Lauchgemüse 120
Steinbutt mit Pumpernickel und Rotweinbutter 179
Stroganoff von der Truthahnbrust 161
Suppe 45, 90
Suppe von frischen Erbsen mit Lachsroulade 108
Suppengemüse-Käse-Gratin 24
Taboule mit scharfen Hähnchenkeulen 140
Tellersülze von Fisch und Meeresfrüchten 138
Tempura von Fisch und Gemüse 67
Tempura von Rotbarsch auf Currysauce 158
Thailändischer Glasnudelsalat 95
Thunfisch mit Curry gebraten und Couscous 135
Thunfischsandwich 121
Thüringer Kartoffeldetscher mit Rotweibirnen 193
Tintenfische auf Sherrysauce mit feinem Ratatouille 147
Tintenfisch-Peperonata-Gratin 64
Tiroler G'röstel 17
Tomatenragout mit frischem Koriander und Lachsforelle 132
Tomatenrelish mit Piccata vom Schweinefilet 130
Tomatenschnitzel 131
Türmchen von Sauerkraut, Fleischkäse und Brezenknödeln mit Senf-Sauce (Bayern) 201
Überbackene Waldbeeren 125
Vincent's Milchreis mit Birnenkompott 166
Vollkornnudeln mit Steinpilzen und Rucola 168
Waffeln mit Erdbeersauce 74
Waldorfsalat mit Schinkenhörnchen 28
Warmer Schokoladenbiskuit mit Gewürzorange 229
Weihnachtliche Quarkcreme mit Zimt-Kirschen 230
Weißer Bohneneintopf 11
Whiskygeschnetzeltes vom Schweinefilet 118
Wildkanichencharlotte mit Selleriekartoffelpüree 180
Wirsingsäckchen mit Käsefüllung 22
Zander in Kartoffelkruste 173
Zander mit Rieslingkrautkruste 117
Zanderfilet mit Brotsauce 4
Zandergeschnetzeltes à l'orange 51
Zickleinbraten mit gefüllten Kartoffeln 61
Ziegenquarkauflauf mit buntem Gemüsesalat 72
Zucchini an Lachs gefesselt 110
Zucchini mit roter Currypaste 136
Zucchini- und Kürbisbeignets mit Joghurt-Dip 157
Zucchinipralinen 153
Zweierlei Kartoffelsoufflé 188
Zwiebelfleisch vom Hähnchen mit Birnenkloß (Sachsen-Anhalt) 195

