

Cornwall

Was aus dem eigenen Garten kommt, schmeckt oft besser als das Gemüse vom Supermarkt, das wissen Peter Skerett und Dan Thomas. Für alle, die daheim keinen eigenen Gemüsegarten haben, bieten sie in ihrem Sommergarten in Cornwall schmackhafte Gewürze und frische Früchte, verarbeitet zu köstlichen Gerichten, an. Im Gegensatz zu Cornwalls berühmten Schaugärten, in denen nur das Auge auf seine Kosten kommt, sorgen sie im "Potager Garden" auch für das leibliche Wohl ihrer Besucher.



Peter Skerett und Dan Thomas teilen das Leben und die Leidenschaft für Gärten. Ihren eigenen Garten so attraktiv zu machen, daß jedes Wochenende Besucher dafür Eintritt zahlen, ist die große Herausforderung für das Paar. Aber es scheint zu klappen: an jedem Sonntag sitzen in „Potager Garden“ die Gäste im Café des alten Gewächshauses, lesen die Sonntagszeitung, schauen ihren Kindern beim Toben zu oder halten ein Schwätzchen.

Alltags arbeitet Peter als Künstler während Dan in einem großen „cornischen“ Landschaftsgarten arbeitet. Am Anfang hat er selbst für die Sonntagsgäste noch gekocht, aber auf Dauer wurde ihm die Arbeit zu viel. Garten, Kunst und Küche, alles zusammen war nicht mehr zu schaffen. Stammgast Wendy Wilbraham hatte schon oft Kuchen mitgebracht oder ausgeholfen, wenn Peter und Dan keine Zeit hatten. Seit diesem Jahr bewirbt sie die Sonntagsgäste alleine.

„Potager Garden“ ist für Peter und Dan ein Projekt, das mitten in der Entwicklung steckt. Am Ende des Gartens, in einer alten Lagerhalle, sitzen Bildhauer, ein Bootsbauer und ein Maler. Ihr Ziel ist es möglichst viele Mitstreiter in den Garten zu holen. Mehr Facetten machen den Garten attraktiver und vielleicht wird dann eines Tages ihr großer Traum Wirklichkeit: daß sie von ihrem Garten leben können.



Leek and Potato Soup

Porree-Kartoffel-Suppe

In Cornwall kann es auch in den Sommermonaten abends noch empfindlich kalt werden. Da ist diese kräftige, wärmende Suppe genau das richtige.

Zutaten für 6 Personen:

6 Porree,
4 mittelgroße alte Kartoffeln, geschält und grob gewürfelt,
4 mittelgroße neue Kartoffeln, geschält,
3 gehackte Knoblauchzehen,
3 EL Olivenöl,
Salz und Pfeffer nach Geschmack,
reichlich grob gehackte Petersilie,
Wasser



Zubereitung:

Porree grob hacken und langsam in Öl dünsten bis er weich und süß ist. Jetzt die grob gewürfelten alten Kartoffeln, den Knoblauch, ein wenig Petersilie und ein wenig Wasser hinzufügen. Für 30 min köcheln lassen bis die Kartoffeln weich sind. Die neuen Kartoffeln in wenig Wasser kochen mit einer Gabel leicht zerdrücken. Suppe abkühlen lassen.

Nachdem die Suppe abgekühlt ist, mit Wasser verdünnen bis sie eine „suppige“ Konsistenz hat. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nun die neuen Kartoffeln hinzugeben.

Die Suppe langsam erhitzen und mit gehackter Petersilie und frisch gebackenem Brot servieren.

Tip:

- Wer mag, kann noch gehackte Kräuter (Rosmarin oder Thymian) darüber geben.

Brunnenkresse-Suppe

Eine gesunde Suppe für den Winter

In Trebah Garden, wo Dan arbeitet, ist die Brunnenkresse ein ungewolltes Unkraut. Dan entfernt nur die Blätter und läßt die Wurzeln im Boden. Die landen dann allerdings nicht auf dem Kompost, sondern in der Suppe. Die Kresse, die geschmacklich an die verwandte Gartenkresse erinnert, ist sehr gesund: Sie enthält viel Vitamin C und A und Mineralien wie Jod und Eisen. Wenn sie bereits blüht, darf sie allerdings nicht mehr gegessen werden.

Zutaten für 4 Personen:

2 Bund Brunnenkresse,
2 große Kartoffeln,
125 g Butter,
1 Würfel Gemüsebrühe,
Öl,
Salz,
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer,
Sahne



Die Butter mit einem Schuß Öl in eine große Kasserolle geben und bei schwacher Hitze schmelzen lassen. Das Öl verhindert, daß die Butter verbrennt. Nun die Kartoffeln schälen, würfeln und bei



schwacher Hitze langsam in der Butter garen, bis sie weich sind. Dann den Laufgelösten Suppenwürfel hinzufügen und bei geringer Hitze für 15 min köcheln lassen. Die grob gehackte Brunnenkresse hinzufügen und für weitere 7 min köcheln. Ein Schuß Sahne hinzufügen, bis die gewünschte Konsistenz einer Suppe erreicht ist. Mit Salz und Pfeffer würzen. Je nach Geschmack mehr Wasser und Gemüsebrühe zugeben.

Gemüseauflauf mit Ziegenkäse

Eine nahrhafte Mahlzeit für Vegetarier

Besonders Vegetarier wie Peter und Dan sollten auf ihren Speiseplan in regelmäßigen Abständen Hülsenfrüchte setzen. Diese enthalten besonders viele Proteine und sind somit ein guter Fleischersatz. In Kombination mit frischem Gemüse und Kräutern bilden sie eine gesunde und nahrhafte Mahlzeit, bei der es an nichts fehlt. Dazu paßt ein gemischter Salat.

Zutaten für 4-6 Personen

500 g Zwiebeln oder Schalotten,
2 Knoblauchzehen,
1 kg Saisongemüse (z.B. Möhren, Kartoffeln, Sellerie),
500 g Tomaten,
500 g Linsen,
Öl,
1 großes Bund frischer Kräuter,
Ziegenkäse,
Salz,
frisch gemahlener Pfeffer



Das Olivenöl in einem Topf erhitzen. Die grob gehackten Zwiebeln oder Schalotten darin dünsten, bis sie weich sind und zu karamelisieren beginnen. Nun das übrige grob gehackte Gemüse (außer den Linsen und den Tomaten) hinzugeben und 5 min anbraten. Anschließend den gehackten Knoblauch dazugeben und das Gemüse 1 min ziehen lassen. Dann alles auf ein Backofenblech geben und im Ofen bei 200 °C ca. 40 min garen. Währenddessen die Linsen 30 min in viel gesalzenem Wasser kochen, bis sie weich sind. Jetzt die Linsen und die Tomaten unter das gebratene Gemüse mischen. Die gehackten Kräuter und viel schwarzen Pfeffer dazugeben und alles mit Stücken des Ziegenkäses belegen. Anschließend wieder für 10 min in den Ofen.

Rhabarber-Orangen-Streusel mit Walnüssen

Ein leckerer Nachtisch

Dieser Nachtisch paßt in keine Kategorie: Ist es ein Kuchen oder ein süßer Auflauf? Tatsache ist, daß er schnell geht, nicht viele Zutaten braucht und sich besonders gut eignet, wenn man viele Gäste erwartet. Und daß er schmeckt.

Zutaten:

900 g Rhabarber,
Orangensaft und
Orangenschale,
50 g Zucker (oder mehr – nach Geschmack)

Streusel:

150 g Weizenmehl,
100 g Butter,
75 g Puderzucker oder braunen Zucker,
gehackte Walnüsse



Den Rhabarber putzen und in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. Anschließend wird er in wenig Orangensaft gekocht, so daß sich eine sämige Masse ergibt. Zucker nach Geschmack hinzufügen und alles in eine tiefe feuerfeste Form geben.



Mehl, Butter und Zucker verkneten, bis sich Streusel bilden. Jetzt die gehackten Walnüsse unterkneten. Die Streusel über die Rhabarbermasse geben und sie mit ein wenig Wasser bespritzen, dann klumpen sie schön zusammen.

Im vorgeheizten Ofen bei 200 °C für ca. 35 min backen, bis die Streusel goldbraun sind und der Fruchtsaft blubbert.

Sticky Ginger Cake

Einer der beliebtesten Kuchen in Cornwall

Der Sticky Ginger Cake ist einer der beliebtesten Kuchen in Potager Garden. Wendy backt ihn nach einem alten englischen Rezept. Zuckerrübensirup sorgt für die richtige Konsistenz und eingelegter Ingwer für den intensiven Geschmack. Perfekt ist der Kuchen dann, wenn er am Gaumen kleben bleibt.

Zutaten (Runde Springform, Ø 21 cm):

110 g ungesalzene, weiche Butter,
110 g Muscovado-Zucker (ersatzweise brauner Zucker),
2 große Eier,
275 g Zuckerrübensirup,
225 g gesiebttes Mehl,
2 gehäufte TL Ingwerpulver,
50 g Sultaninen (ersatzweise Rosinen),
50 g eingelegter Ingwer,
1 TL Ingwersirup (vom eingelegten Ingwer),
1 EL warme Milch,
½ TL Backpulver



Den Ofen auf 170 °C bzw. Gasstufe 3 vorheizen. Die Kuchenform buttern. Den eingelegten Ingwer grob hacken.

Butter und Zucker in einer großen Schüssel schaumig rühren. Nacheinander die Eier unterrühren. Den Sirup langsam dazu tröpfeln lassen und alles gut miteinander vermischen.

Das gesiebte Mehl und Ingwerpulver vorsichtig unter die braune Teigmasse heben. Anschließend den gehackten Ingwer, Sultaninen und den Ingwersirup dazugeben.

In der warmen Milch das Backpulver auflösen und schnell unter den Teig rühren.

Die Teigmasse in die Springform füllen und ca. 55-70 min backen. Der Kuchen ist fertig, wenn sich die Seiten von der Form lösen und der Kuchen sich weich aber dennoch fest anfühlt. Im Zweifelsfalle kann mit einem dünnen Holzstäbchen getestet werden, ob noch Teig daran hängen bleibt. Beim Abkühlen kann der Kuchen in der Mitte einsinken.

Der Kuchen schmeckt am besten, wenn er nach dem Abkühlen noch 1-2 Tage lagert – sofern man ihm widerstehen kann.

Caramelised Onion Tart with Goat's Cheese

Karamelisierter Zwiebelkuchen mit Ziegenkäse

Im Potager Garden kommen auch die auf ihre Kosten, die es etwas deftiger mögen. Denn neben süßen backt Wendy auch herzhaftere Kuchen. Zum Beispiel diesen Zwiebelkuchen mit Ziegenkäse. Verwenden Sie dazu am besten einen kräftigen Käse, damit er einen leckeren Kontrast zu den karamelisierten Zwiebeln bildet. Für den Boden hat Wendy einen besonderen Tipp: Sie raspelt den gekühlten Teig grob, bevor sie die Form damit auslegt. So wird er besonders knusprig.

Zutaten für 6 Personen:

Für den Teig:

175 g Mehl,
75 g kalte und feste Butter,
1 Prise Salz,
kaltes Wasser,

Für den Belag:

8 mittelgroße feste Zwiebeln,
2-3 EL Olivenöl,
1 großes Ei,
2 Eigelb,
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer,
geriebene Muskatnuß,
125 ml Sahne,
1 TL Naturjoghurt,
175 g Ziegenkäse ohne Rinde mit kräftigem Geschmack als Kontrast zu den süßen Zwiebeln



Vorbereitung:

Den Ofen auf 180 °C bzw. Gasstufe 4 vorheizen. Eine Auflaufform von ca. 26 cm Ø buttern.

Zuerst den Teig vorbereiten:

Das Mehl in eine Schüssel sieben und Salz hinzugeben. Die kalte Butter in Flocken hinzufügen und alles mit kalten Fingern vermischen, bis sich Streusel bilden. In die Masse eine Vertiefung drücken und gerade so viel kaltes Wasser dazugeben, daß sich ein glatter Teig bildet.

Vorsicht: Zuviel Wasser macht den Teig sehr klebrig, zu wenig läßt ihn auseinanderfallen. Geben Sie das Wasser daher nach und nach dazu, bis der Teig die gewünschte Konsistenz hat. Der fertige Teig sollte sich ohne Rückstände leicht von der Schüssel lösen lassen und nicht an den Fingern kleben.

Den Teig zu einer Kugel formen, in ein Tuch wickeln und im Kühlschrank ruhen lassen.

Die Zwiebeln in Scheiben schneiden und in Olivenöl bei wenig Hitze leicht anrösten, bis sie weich und dunkel sind und süß schmecken. Dabei gelegentlich umrühren. Wichtig ist, daß die Zwiebeln nicht braten, sondern langsam karamelisieren. Sind die Zwiebeln fertig, den Topf leicht schräg stellen, so daß sich das überschüssige Öl sammelt und man es abgießen kann. Die Zwiebelmasse soll nicht flüssig sein. Nun die Zwiebeln einen Moment abkühlen lassen.

Mit dem gekühlten Teig die Auflaufform dünn auslegen. Es soll nur wenig Teig aber sehr viel Füllung in die Form. Anschließend den Teig für 15 min „blind“ (ohne Belag) backen, bis er hellbraun ist.

Jetzt die Ofentemperatur auf 190 °C bzw. Gasstufe 5 erhöhen.

Für die Füllung:

Sahne, Joghurt und das Ei und die Eigelbe miteinander verrühren und mit viel Muskat und schwarzem Pfeffer würzen. Nun die Zwiebeln hinzugeben und die Masse anschließend auf den vorgebackenen Teig geben. Den Ziegenkäse darüber bröseln.

Den Zwiebelkuchen 30 min backen. Der Kuchen ist fertig, wenn der Ziegenkäse leicht gebräunt ist. Warm oder kalt servieren. Dazu schmecken Neue Kartoffeln und ein gemischter Salat.