

Rote-Beete-Carpaccio mit gebratenem Fisch

 swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrezepte-swr-596.html

Vorspeise



Zutaten:

4 große Rote Beeten
Salz
etwas Kümmel
70 g Walnusskerne
500 g Sellerie
Pfeffer
Zitronenpfeffer
Saft von einer Zitrone
3EL Walnussöl
4 Saftorangen
2EL Rapsöl
1-2TL Honig
Chilliflocken
4 TL Himbeeressig
frischer Meerrettich
Rote-Rübensalatblätter zur Garnitur
4 schöne Scheiben Zanderfilet mit Haut à 60 g
1EL Mehl oder Weizendunst zum Wenden des Fisches

Zubereitung:

Mariniertes Rote Beete Carpaccio mit Selleriesalat:

Rote Rüben in kochendem Salzwasser zusammen mit dem Kümmel, zugedeckt weich kochen, herausnehmen, abkühlen lassen, schälen (am besten mit Handschuhen) und beiseite stellen.

Walnusskerne in einer Pfanne ohne Fett unter gelegentlichem Wenden rösten, grob hacken.

Sellerie schälen, grob raspeln und in Zitronenwasser kurz liegen lassen. Anschließend Zitronenwasser abgießen und den Sellerie mit den gehackten Walnüssen, Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Walnussöl als Salat anmachen und beiseite stellen.

Von einer Saftorange circa $\frac{1}{4}$ der Schale mit einem Sparschäler abschälen und in sehr feine Streifen schneiden. Alle Orangen halbieren, Saft auspressen und mit den feinen Schalenstreifen auf starker Flamme um die Hälfte einkochen lassen, Rapsöl und Honig mit dem Stabmixer untermixen. Marinade mit Salz, Pfeffer, Chiliflocken, Himbeeressig und 1 EL Walnussöl abschmecken.

Ofen auf 70°C Umluft vorheizen.

Rote Beete Blätter waschen und trockenschleudern.

Zanderfilet:

Zander waschen, trockentupfen, mit Zitronensaft benetzen und mit Salz und Zitronenpfeffer würzen anschließend leicht in Mehl wenden. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und im heißen Fett den Fisch auf der Hautseite circa 2 Minuten anbraten, herumdrehen und im auf 70° C vorgeheizten Ofen bis zum Anrichten ruhen lassen.

1 EL Orangenmarinade auf dem Teller verteilen, mit einer feinen Reibe etwas Meerrettich darauf reiben. Die gekochten Roten Rüben mit Hilfe eines Gemüsehobels in dünne Scheiben schneiden, Scheiben im Kreis auf die Marinaden-Meerrettichmischung legen und den Rest der Orangenmarinade darauf verteilen, die Rote Beete Scheiben sollten mit der Marinade gut bedeckt sein, anschließend nochmal mit einer feinen Reibe etwas Meerrettich darauf reiben.

Selleriesalat und den gebratenen Fisch in der Mitte verteilen und obenauf einige Rote Beete Blätter legen.

Susanne Räuchle

Wildbolognese mit Bandnudeln

 swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrecipe-swr-598.html

Hauptspeise



Zutaten:

Rehbolognese:

4 Schalotten
4 Knoblauchzehen
je 200 gr. Möhren und Sellerie
Öl
1 kg Rehfleisch aus der Keule, in grobe Würfel geschnitten
Salz und Pfeffer
250 g gehackte Dosentomaten
je 2 Zweige Rosmarin und Thymian
2 Lorbeerblätter
10 schwarze Pfefferkörner
8 Wacholderbeeren
6 Pimentkörner
2 Splitter Zimtrinde
¼ l Rotwein
¼ l Portwein
½ l Wildfond

2 EL Johannisbeergelee
circa 50 g dunkle Kuvertüre (70%)
2 EL Aceto balsamico
Wildgewürzmischung
250 g Pfifferlinge
2 große Kräutersaitlinge
1 TL Butter
5 Zweige Petersilie

Selbstgemachte Nudeln:

150gr. Mehl, 150gr. doppelgriffiges Weizenmehl (Weizendunst)
200gr. Hartweizengrieß
5 Eier, ½ -1TL Salz, 1EL Öl
eventuell etwas Wasser, 2 EL Butter

Zubereitung:

Rehbolognese:

Schalotten und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Möhren und Sellerie putzen, waschen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. In einem Topf Öl erhitzen und im sehr heißen Öl das grob geschnittene Rehfleisch von allen Seiten anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, Fleisch herausnehmen und beiseite stellen.

Schalotten, Knoblauch, Karotten- und Selleriewürfel ebenfalls in einem Topf in heißem Öl anbraten die Dosentomaten und das angebratene Fleisch zugeben. Mit dem Rotwein und dem Portwein ablöschen und um die Hälfte reduzieren lassen, anschließend Wildfond hinzugießen. Die Gewürze in einen Einwegteebeutel geben, zubinden und zusammen mit den Kräutern und der Zimtrinde in den Topf geben. Bei schwacher Hitze etwa 1,5 Stunden köcheln lassen, bei Bedarf immer wieder etwas Wasser oder Fond hinzufügen.

Vor dem Servieren die Kräuterzweige, Gewürze und die Zimtstange entfernen und mit Salz, Pfeffer, Johannisbeergelee, Aceto Balsamico und der, in kleine Stücke gehackten Kuvertüre sowie der Wildgewürzmischung abschmecken.

Die Pfifferlinge putzen und trocken abreiben, die Kräutersaitlinge halbieren. Butter in einer Pfanne zerlaufen lassen und die Pfifferlinge unter rühren anbraten und mit Salz, Pfeffer und Petersilie abschmecken. Die Kräutersaitlinge auf der Schnittseite schön braun anbraten.

Selbstgemachte Nudeln:

Für den Nudelteig beide Mehlsorten und den Hartweizengrieß mischen, auf eine Arbeitsfläche häufen und in die Mitte eine Mulde drücken. Eier, Öl und Salz hineingeben und mit einer Gabel zu einem dickflüssigen Teig verrühren, dabei immer mehr Mehl vom Rand einarbeiten. Falls der Teig zu fest wird noch etwas Wasser unterkneten. Mit den Händen zu einem glatten, geschmeidigen Teig verarbeiten, anschließend zu einer Rolle formen, in Klarsichtfolie gewickelt, mindestens 2 Stunden am besten aber über Nacht ruhen lassen.

Den Nudelteig in mehrere Portionen teilen mit der Maschine zu gleich dicken Teigplatten ausrollen und dabei immer wieder mit doppelgriffigem Mehl bestreuen. Die fertigen Teigplatten locker aufrollen und mit dem Messer zu 2,5cm breiten Nudeln schneiden, anschließend die einzelnen Nudeln auseinander rollen und wieder mit Mehl bestäuben. Danach sofort in reichlich Salzwasser kochen, je nach Dicke etwa 3 - 5 Min.

Zum Servieren die Nudeln abgießen, abtropfen lassen und die Butter dazugeben, schmelzen lassen und mit Gabeln durchmischen, mit der Wildbolognese auf Teller anrichten. Die Pfifferlinge drauf verteilen und jeweils ½ Kräutersaitling dazulegen.

Susanne Rächle

Schokotörtchen mit Kirschkompott und Sauerrahmeis

 swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrezepte-swr-600.html

Nachspeise



Zutaten:

Schokotörtchen:

Zutaten für 4 Personen:

85 g Butter

85 g Zartbitterkuvertüre (mindestens 70% Kakaoanteil)

105 g Zucker

3 Eier

45 g Mehl

weiche Butter und Zucker für die Förmchen

4 Trüffelpralinen

Zubereitung:

Sauerrahmeis:

Von der Zitrone die Schale abreiben und den Saft auspressen. Alle Zutaten in einen Topf geben und unter Rühren erwärmen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Anschließend die Masse durch ein feines Sieb

streichen, abkühlen lassen, am besten im Kühlschrank über Nacht. Die abgekühlte Masse nochmals aufrühren und in der Eismaschine zu einem cremigen Eis gefrieren lassen.

Kirschkompott:

Die Kirschen waschen, entsteinen und halbieren. Den Puderzucker in einem Topf hell karamellisieren lassen. Mit dem Kirschsafte ablöschen, Zimt, Nelke, Zitronen- und Orangenschale zufügen und das Ganze auf die Hälfte einköcheln lassen. Den Sud durch ein Sieb passieren, erneut aufkochen lassen und die Speisestärke unter Rühren langsam einrühren. Die Kirschhälften mit dem heißen Sud übergießen und abkühlen lassen.

Schokotörtchen:

Kuvertüre klein hacken und mit der Butter im Wasserbad flüssig werden lassen. Den Zucker mit den Eiern und dem Mehl in eine hohe Rührschüssel geben und mit dem Stabmixer vermischen. Die warme Schokoladen-Buttermischung langsam einfließen lassen und alles 2 Minuten gut durchmischen, über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Den Backofen auf 220°C vorheizen. 4 Souffleförmchen (à 120ml) mit der weichen Butter einfetten und mit dem Zucker ausstreuen. Die Schokoladenmasse in einen Einwegspritzbeutel füllen. So viel Schokoladenmasse in die Förmchen füllen, dass der Boden gut bedeckt ist. In die Mitte jeweils 1 Trüffel setzen. Die restliche Schokoladenmasse darüber spritzen. Die Trüffel sollten mit der Schokomasse bedeckt sein und die Förmchen etwa zu $\frac{3}{4}$ gefüllt sein.

Die Förmchen auf ein Blech stellen und die Kuchen im Ofen etwa 15 Minuten backen. Herausnehmen, den Kuchen mit einem spitzen Messer anschneiden und auf ein Teller stürzen.

Mit Kirschkompott und Sauerrahmeis servieren.

Susanne Räuchle