

# Gebeizte Forelle

 [swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrecipe-swr-534.html](http://swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrecipe-swr-534.html)

Vorspeise



## Zutaten:

2 Größere Forellen  
2 EL Zucker  
2 EL Salz  
3 Wachholder Beeren  
1 EL Senfkörner  
1 TL frischer Dill  
Abrieb ½ Zitrone  
Abrieb ½ Orange  
Etwas Zitronensaft

## Dressing:

Blattsalat  
2 Esslöffel Essig  
2 Esslöffel Öl  
1 TL. Honig  
Salz, Pfeffer und Kräuter aus dem Garten, z.B. Schnittlauch und Petersilie  
Zur Deko Walderdbeeren und Blutampfer

## **Zubereitung:**

---

Fisch filetieren und die Gräten entfernen. Zucker, Salz, zerstoßene Wacholderbeeren und Senfkörner mit Dill vermischen und die Filets damit einreiben.

Mit Frischhaltefolie abdecken und mit Holzbrettchen beschweren. Für 10 -12 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.

Die Fische danach abwaschen, mit Zitronensaft beträufeln und hauchdünn aufgeschnitten servieren.

Margarete Schwär

# Gefüllte Kalbsbrust mit Kräuterspätzle

---

 [swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrecipe-swr-536.html](http://swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrecipe-swr-536.html)

Hauptspeise



**Zutaten:**

---

**Füllung:**

---

6 Brötchen vom Vortag in Würfels schneiden  
100 g Butter  
1 gewürfelte Zwiebel  
6 Eier  
Salz, Pfeffer  
200 ml Milch  
½ Bund gehackte Petersilie  
1,5 kg Kalbsbrust (vom Metzger eine Tasche einschneiden lassen)

**Kräuterspätzle:**

---

500 g Spätzlemehl oder Mehl Typ 405  
200 ml Wasser für den Teig  
Salz  
6 Eier  
Kräuter wie Schnittlauch, Petersilie oder Girsch

**Zubereitung:**

---

**Füllung:**

Milch, Eier mit Salz und Pfeffer verquirlen. Zwiebeln und Petersilie andünsten, dann die gewürfelten Brötchen dazugeben und mit rösten. Mit der Milch-Mischung übergießen und die Füllung formen. Alles in die Kalbsbrust geben und zunähen.

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer von außen würzen und dann bei 170 Grad für 2 Std. in den Backofen und immer wieder mit Butter bestreichen.

**Kräuterspätzle:**

Kräuter ganz fein schneiden oder mixen. Aus dem Mehl, dem Wasser, den Eiern und einer Prise Salz den Teig herstellen. Die Kräutermasse unterrühren und die Masse in kochendes Wasser pressen. Die Spätzle abschöpfen sobald sie oben schwimmen und in kaltem Wasser abschrecken.

Margarete Schwär

# Joghurt-Zitronen-Mousse mit Schokotannen, Erdbeerspiegel und Kirschen

 [swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrecipe-swr-464.html](http://swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrecipe-swr-464.html)

Nachspeise



## Zutaten:

80 g Zucker  
250 g Sahne  
7 Blatt Gelatine  
300 g Joghurt  
Abrieb 1 Zitrone  
25 g Zitronensaft  
2 Eiweiß

## Zubereitung:

Eiweiß mit Zucker zu Eischnee steif schlagen. Joghurt mit der aufgelösten Gelatine, Zitronensaft, Abrieb der Zitrone mischen. Die Sahne steifschlagen und in die Joghurtmasse unterziehen. Eischnee unterheben und für 2 Stunden kaltstellen. Aus der Masse Nocken formen. Mit Beeren anrichten.

Margarete Schwär





# Schwarzwälder Kirschtorte

---

 [swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrezepte-swr-538.html](http://swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrezepte-swr-538.html)



## Zutaten:

---

6 Eier  
240 g Zucker  
250g Mehl  
50 g Kartoffelmehl  
2 EL Kakao  
1 TL Backpulver  
Eine Prise Zimt  
Kirschwasser  
2 Gläser sauer Kirschen  
2P Vanillepudding  
1 l Sahne  
Schoko Raspel

## Zubereitung:

---

Biskuit-Teig:

Eier trennen und das Eiweiß steif schlagen. Nach und nach Zucker einrieseln lassen und verrühren. Dann die Eigelbe einrühren und zuletzt Kakao, Mehl, Kartoffelmehl sowie das Backpulver unterheben.

Den Teig in einer 28 cm runden Backform 40 Min. lang bei 180 Grad Umluft backen und danach abkühlen lassen.

Biskuitteig zwei Mal durch schneiden, dann mit Schnaps beträufeln. Die Kirschen abschütten und den Saft auffangen. Das Puddingpulver mit dem Kirschsafte verrühren und aufkochen.

Erste Boden die Kirschen verteilen, mit Pudding übergießen den zweiten Boden drauf legen. Kühl stellen.

Die Sahne für 5 Min. ins Gefrierfach, dann steif schlagen und ein bisschen Kirschwasser in die Sahne geben. Dann auf dem zweiten Boden Sahne verteilen. Den letzten Boden darauf und wieder die Sahne darauf verteilen. Die restliche Sahne mit einem Spritzbeutel in Form von 16 Rosetten am Rand der Torte verteilen und mit Kirschen und Schoko Streusel verzieren.

Die Torte kann gut am Vortag vorbereitet werden.

Margarete Schwär