

Die Rezepte zur Folge: Wilde Wald- und Wiesenküche

Wurzel-Kräuter-Salat mit Baumsirup-Dressing

Zutaten für 2 Portionen:

ca. 100g diverse Wildkräuter (Giersch, Sauerampfer, Spitzwegerich, Scharfgarbe, Taubnessel)

1 Topinambur

1 Petersilienwurzel

1 Gelbe Bete

1 Schwarzwurzel

3 Korianderwurzeln

2 EL Birkensirup

2 EL Sherryessig

2 EL kaltgepresstes Distelöl

1 EL Rosa Pfefferbeeren

Salz

Zubereitung:

Wurzeln schälen und mit einer Gemüsereibe in dünne Scheiben schneiden. Anschließend in Salzwasser kurz blanchieren und dann abschrecken. In einem Sieb abtropfen lassen.

Kräuter verlesen und mundgerecht zupfen, zusammen mit den blanchierten Wurzeln mischen. Die Korianderwurzeln fein schneiden und zum Salat geben. Ein Dressing aus Birkensirup, Salz, Sherryessig und Distelöl anrühren, Salat damit marinieren.

Rosa Pfefferbeeren mörsern, Salzauf Tellern anrichten und damit garnieren. Wurzeln und Kräuter auf Tellern anrichten, mit Dressing marinieren und mit Rosa Beerenpfeffer würzen.

Mairübchensuppe mit Kerbelschaum

Zutaten für 2 Portionen

2 Mairübchen
2 gelbe Zwiebeln
Salz, Weißer Pfeffer, Zucker
Prise Muskatblüte (Macis)
0,75 L Liter Gemüfefond
0,2 L Sahne
Saft einer Zitrone
2 EL Butter
1 Bund Kerbel
0,2 L Riesling
50 ml Sahne

Zubereitung:

Mairübchen schälen und würfeln, ebenso die Zwiebel. Beides zusammen in Butter anschwitzen, dabei mit Salz, weißem Pfeffer und Zucker würzen. Mit Gemüfefond aufgießen und weich kochen. Suppe mit Sahne aufgießen, nochmals aufkochen, im Mixer pürieren, gegebenenfalls durch ein Sieb gießen und mit Muskatblüte und Zitronensaft abschmecken.

Vom Kerbel die Stiele entfernen, Kerbelblätter fein schneiden. Riesling zusammen mit den Kerbelstielen kurz einkochen, dann die Stiele entfernen, Riesling mit Salz würzen, Sahne und gehackten Kerbel dazugeben und im Mixer pürieren. Die Kerbelsauce erwärmen und mit dem Pürierstab aufschäumen.

Die Suppe in Teller anrichten, Kerbelschaum in die Mitte geben.

Wildschweintrüben mit Ofengemüse

Zutaten für 4 Portionen:

600g Frischlingsrücken ohne Knochen
1 frischer Kiefernast mit Nadeln (Alternativen: Rosmarin, Thymian)
2 Lorbeerblätter
1 Zwiebel
1 Bd. Suppengemüse
2 Knoblauchzehen
0,5 Liter Kalbsfond
150 ml Holunder-Muttersaft (davon ca. 30 ml für die Marinade)
1 EL Tomatenmark
2 EL Honig
Salz
1 EL Butterschmalz
½ Kürbis, Hokkaido
½ Knolle Sellerie
2 Möhren
1 Süßkartoffel
4 mittelgroße Kräuterseitlinge
4 kleine Zwiebeln
Fleur de Sel (Flocken)
2 EL Stärke und 4 EL kaltes Wasser

Zubereitung:

Ofen auf 200° Ober-Unterhitze vorheizen.

Frischlingsrücken parieren, Kiefernadeln zurecht schneiden und Fleisch damit belegen, mit etwas Holundersaft beträufeln, in Klarsichtfolie einwickeln und über Nacht marinieren.

Suppengemüse und Zwiebel grob würfeln, in Butterschmalz anschwitzen, Tomatenmark kurz mit anschwitzen, mit restlichem Holundersaft und Kalbsfond ablöschen, Lorbeer und Honig dazugeben und einkochen.

Wildschweintrüben auspacken, Kiefernadeln mit in die Sauce geben.

Den Rücken in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten für je 5 min. heiß anbraten, dann bei kleiner Hitze rosa ziehen lassen.

Sauce abfiltern, bei Bedarf noch einmal reduzieren und mit etwas aufgelöster Stärke binden.

Parallel: Gemüse putzen, bei Bedarf schälen, grob würfeln und auf ein Backblech mit Backpapier geben, mit dem Meersalz bestreuen und im Ofen für ca. 40 min. weichgaren.

Kleine Pfannkuchen mit Waldbeeren und Vanillesahne

Zutaten für 4 Portionen:

2 Eier
200 ml Milch
ca. 75 g Mehl
2 EL Zucker
Prise Salz
1 Nocke Butter
Butterschmalz
je 1 Schale Heidelbeeren und Himbeeren
etwas Puderzucker
200 ml Sahne
Mark von 1 Vanilleschote
1 EL Zucker
Prise Salz

Extras:

4 Küchenringe, 8 cm Durchmesser

Zubereitung:

Ofen auf Grillfunktion vorheizen.

Eier trennen. Eiweiß mit Zucker in der Küchenmaschine zu Schnee schlagen. Eigelbe mit Mehl verrühren, dann die Milch einarbeiten, dann das Eiweiß unterheben, mit einer Prise Salz würzen.

Die Pfanne mit Butterschmalz erhitzen, die Küchenringe hineinstellen, die Pfannkuchenmasse auf die 4 Ringe verteilen und kurz angehen lassen. Dann einen Teil der Beeren auf die Ringe verteilen, mit Puderzucker bestäuben. Pfanne in den Backofen stellen und ca. 8-10 Minuten gratinieren.

Sahne mit Vanillemark, Prise Salz und Zucker steif schlagen. Pfannkuchen mit Beeren und Vanillesahne auf Tellern anrichten.