

Die Rezepte zur Folge: Klassiker aus Nordrhein-Westfalen

Iserlohner Senfsuppe

Zutaten für 4 Personen:

2 EL Butter	2 Äpfel (am besten Elstar)
1 Zwiebel	2-3 EL scharfer (Iserlohner) Senf
60 g (ca. 4 EL) Weizenmehl	2 EL Rohrzucker
0,3 ml Riesling	Pfeffer, Salz
500 ml Geflügelbrühe	1/2 Zitrone (Saft davon)
500 ml Schlagsahne	1/2 Bund Schnittlauch

Zubereitung:

Zwiebel schälen, fein würfeln und mit Butter anschwitzen. Dann das Mehl dazugeben und mit anschwitzen. Das Ganze mit dem Riesling ablöschen und köcheln lassen.

Äpfel schälen, entkernen, und klein würfeln, zur Suppe geben und fünf Minuten mitkochen. Dann die Suppe mit der Geflügelbrühe und Sahne angießen, den Senf dazugeben und noch mal kurz kochen lassen.

Die Suppe mit Salz, weißem Pfeffer, dem Zucker und einigen Spritzern Zitronensaft abschmecken und dann pürieren.

Suppe in Teller abfüllen und mit fein geschnittenem Schnittlauch garnieren.

Döppekochen

Zutaten für 4 Personen:

800 g Kartoffeln (vorwiegend festkochend)	2 Mettwürste
50 g Speck	2 Eier
1 Zwiebel	Salz
1/2 Spitzkohl	weißer Pfeffer aus der Mühle
1 Karotte	Muskatnuss
	etwas Öl für die Backform

Zubereitung:

Ofen auf 180° Ober-, Unterhitze vorheizen.

Den Speck fein würfeln und in einer beschichteten Pfanne auslassen. Zwiebel schälen und fein würfeln und mit dem Speck anschwitzen.

Kartoffeln waschen, schälen und raspeln. Anschließend in ein Sieb geben und die überschüssige Flüssigkeit aus den Raspeln herausdrücken.

Spitzkohl vom Strunk befreien und dünn aufschneiden, in einer Schüssel geben, mit etwas Salz kneten und mit weißem Pfeffer würzen. Karotte schälen und raspeln und zum Spitzkohl geben.

Mettwürste in Scheiben schneiden und ebenfalls zum Kohl geben. Die beiden Eier in die Schüssel schlagen, dann noch die ausgedrückten Kartoffeln dazugeben und alles gut durchmengen.

Masse mit Salz, Pfeffer und geriebenem Muskat abschmecken. Zwiebel-Speck-Mischung unterheben und das ganze in eine geölte Backform geben und im vorgeheizten Backofen 45 min. backen.

„Döppekochen“ auf Tellern anrichten und servieren.

Schneller Sauerbraten vom Rinderfilet mit Selleriepüree

Zutaten für 4 Personen:

Für den Sauerbraten

700-800 g Rinderfilet in 4
Scheiben portioniert
0,5 l Rotwein
0,2 l Kalbsfond hell
0,1 l (dunkler) Balsamicoessig
1 Zwiebel gewürfelt
5 Nelken
2 Lorbeerblätter
1 EL Zucker
Pfeffer, Salz
2 EL Butterschmalz zum Braten
1/2 TL Zucker

200 ml dunkler Kalbsfond
2 EL in Wasser eingeweichte
Rosinen
1 EL Butter
etwas Petersilie zum Garnieren

Für das Selleriepüree

1/2 Sellerieknolle
1 Zwiebel
4 EL Kalbsfond
Salz, Pfeffer
2 EL Crème fraîche

Zubereitung: Alle Zutaten für den Fond mischen und leicht erwärmen, dann das Rinderfilet damit übergießen und 24 Std. im Kühlschrank einlegen und marinieren.

Die marinierten Filets aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen, mit Salz würzen, in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten anbraten. Im Ofen auf dem Gitterrost bei 90 ° Ober, -Unterhitze 1/2 Std. ruhen lassen bzw. fertig garen.

Die Marinade durch ein Sieb in einen Stieltopf passieren, den dunklen Kalbsfond und die Rosinen dazugeben und die Saucenbasis ca. um die

Hälfte reduzieren lassen. Wenn sie dick genug ist mit etwas kalter Butter abbinden.

Die Sellerieknolle schälen und in Würfel schneiden. Die Würfel dann in Salzwasser mit einigen Spritzern Zitronensaft ca. 15 min. weich kochen. Die geschälte Zwiebel würfeln in einem Topf mit einem Schuss Kalbsfond ca. 10 min. glasig schwitzen, dann den gegarten Sellerie dazu geben, mit Salz und Pfeffer würzen, Crème fraîche dazu geben und alles mit dem Stabmixer pürieren.

Filetstücke in Scheiben schneiden, mit dem Selleriepüree daneben anrichten, Sauce darüber geben und mit Petersilie garnieren.

Rote Grütze mit Crème-fraîche Eis

Zutaten für 4 Personen:

Für die Rote Grütze

250 ml Johannisbeer-Muttersaft
(100%)

75 g Perlsago

200 g Zucker

300 g Kirschen (TK)

250 g Erdbeeren (TK)

250 g Himbeeren (Frisch oder TK)

250 g rote Johannisbeeren

1 Orange Saft und Abrieb davon

Für das Eis

100 ml Läuterzucker (100 ml

Wasser + 100 g Zucker

aufkochen, abkühlen lassen)

400 g Crème fraîche

½ Zitrone Saft davon

etwas Minze zum Garnieren

Zubereitung:

Johannisbeer-Muttersaft mit dem Zucker und den Früchten in einem geschlossenen Topf zum Kochen bringen, dabei Saft und Abrieb von der Orange dazu geben. Wenn die Masse kocht den Perlsago dazugeben und ca. 10 min. köcheln bis die Körner glasig sind. Dann in eine Schale abfüllen und kalt stellen. (Bis die Masse abkühlt immer mal wieder rühren, damit der Perlsago sich in der Mischung gut verteilt. Dann mind. 4 Std. kalt stehenlassen.)

Läuterzucker, Creme fraîche und Zitronensaft miteinander verrühren und in der Eismaschine zu Eis verarbeiten. Das dauert in einer handelsüblichen Eismaschine (kein Profigerät) ca. 30 min.

Rote Grütze in Schalen mit dem Crème fraîche- Eis obendrauf anrichten. Mit Minze garnieren.