

Rezept zu Bayerns Gartenküche Rosemarie Karls Vorspeise: Fränkische Antipasti mit Rosmarinstangen



Zutaten Rosmarinstangen:

- 1 Knoblauchzehe
- 2 TL getrockneter Rosmarin oder 1 Zweig frischer Rosmarin
- 15 g Hefe
- 300 ml lauwarmes Wasser
- 550 g Mehl Typ 550
- 10 g Salz
- Weizenmehl zum Bestäuben
- 1 Ei als Eistreiche aufgeschlagen

Zutaten Antipasti:

- 500 g Aubergine
- 500 g Zucchini
- 500 g bunte Paprika
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 50 g Rapsöl
- Salz, Pfeffer
- Gartenkräuter nach Geschmack (Rosmarin, Thymian, Oregano, Basilikum)

Zubereitung:

Für die **Rosmarinstangen** den Rosmarin fein schneiden und den Knoblauch fein hacken. Die Hefe mit dem lauwarmen Wasser vermengen, bis die Hefe komplett aufgelöst ist. Das Mehl mit dem Salz vermengen und das Wasserhefe-Gemisch dazu rühren. Den Knoblauch und Rosmarin ebenfalls dazu geben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig entspannen lassen.

Anschließend den Teig zu einem Quadrat ausrollen und in 2 cm dicke Streifen schneiden. Aus den Streifen Stangen formen, mit Eistreiche einstreichen und gehen

Den Ofen bei 225°C vorheizen und die Stangen ca. 25 Minuten backen.

Für die **Antipasti** das Gemüse in Würfel schneiden. Die Auberginenwürfel etwas salzen und alles nacheinander in etwas Rapsöl anbraten. Mit den Kräutern und Gewürzen abschmecken.

Tipp: Am Vortag zubereiten und eine Nacht durchziehen lassen.

Mit den Rosmarinstangen servieren – guten Appetit!

Zubereitung Gundermann-Limonade

Zutaten:

- Eine Handvoll frischen Gundermann
- 1 l heißes Wasser
- 1 l Apfelsaft naturtrüb
- 4 cl Holunderblütensirup
- Eiswürfel

Zubereitung:

Das Wasser zum Kochen bringen und den Gundermann damit aufgießen, ca. 5 Minuten ziehen lassen, entfernen. Den Tee erkalten lassen, danach den Apfelsaft hinzugeben. Mit dem Holunderblütensirup abschmecken und mit Eiswürfeln servieren.

Rezept zu Bayerns Gartenküche Rosemarie Karls Hauptspeise: Lachsforelle auf Tagliatelle mit buntem Herbstgemüse



Zutaten Lachsforelle:

- 4 Lachsforellenfilets
- Kräutersalz nach Geschmack
- Zitronenpfeffer nach Geschmack
- Etwas Mehl
- Butterschmalz zum Anbraten

Zutaten Fischfond (für die Soße):

- 600 g Karkassen
- 40 g Schalotten
- 50 g Lauch
- 40 g Staudensellerie
- 50 g Petersilienwurzel
- 40 g Butter
- 100 ml Weißwein
- 3 Lorbeerblätter
- 4 g weiße Pfefferkörner
- 200 g Fenchel

- 1 l Wasser

Zutaten Weißweinsauce:

- 100 g Schalotten
- 50 g Butter
- 100 g Creme fraiche
- 400 ml Weißwein
- 500 ml Fischfond
- Salz, Pfeffer
- 20 ml Wermut
- 20 g Kartoffelstärke zum Binden

Zutaten Kürbis-Lauchgemüse:

- 400 g Hokkaido Kürbis
- 500 g Lauch
- 50 ml Rapsöl
- 400 ml Orangensaft
- Salz, Pfeffer

Zubereitung Tagliatelle

Je nach Appetit 50 – 75 g pro Person

Bei frischer Pasta geht man von ca. 150 g pro Person aus

Für den Fond das Gemüse klein schneiden. Mit den Karkassen in der Butter anschwitzen und mit dem Weißwein ablöschen, die Gewürze hinzugeben. Das Wasser hinzugeben und 25 Minuten leicht köcheln lassen. Anschließend durch ein feines Sieb gießen.

Für die Soße 500 ml beiseitestellen, den Rest kann man einfrieren.

Für die **Weißweinsauce** die Schalotten in kleine Würfel schneiden und in der Butter anschwitzen. Mit dem Weißwein aufgießen und reduzieren lassen. Dann den Fischfond aufgießen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Wermut hinzugeben und mit der Creme fraiche und der Kartoffelstärke binden, bis die Soße eine schöne Konsistenz hat.

Für das bunte **Herbstgemüse** den Lauch putzen, in Ringe schneiden und waschen. Den Kürbis waschen, entkernen und in Würfel schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, den Lauch und Kürbis hinzugeben und andünsten lassen. Den Orangensaft dazu geben und garen, bis die Hälfte der Flüssigkeit eingekocht ist. Der Kürbis sollte noch etwas Biss haben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die **Fischfilets** mit Wasser abwaschen und trocken tupfen. Nach Belieben würzen. Im Mehl wenden und zuerst auf der Hautseite im Butterschmalz ausbraten. Wenden und auf der anderen Seite fertig braten.

Die **Tagliatelle** in einem großen Topf mit ausreichend Salzwasser bissfest garen. Den Fisch auf den Tagliatelle mit dem Gemüse und der Soße anrichten und servieren.

Guten Appetit!

Rezept zu Bayerns Gartenküche Rosemarie Karls Nachspeise: Joghurtcreme mit Rosenküchle und Rosenblüten-Himbeermus



Zutaten Rosenblüten-Himbeermus:

- 250 g unbehandelte/ungespritzte Rosenblüten
- 250 g passierte Himbeeren
- 1 kg Gelierzucker 1:1
- ½ l Roséwein
- 1 Spritzer Zitronensaft

Zutaten Rosenküchle:

- 350 g Weizenmehl type 405
- 250 ml Milch
- 5 Eier, Größe M
- 40 g Zucker
- Etwas Vanille
- 5 g Salz
- 1 Spritzer Zitronensaft

Zutaten Joghurtcreme:

- 500 g Naturjoghurt
- 120 g Zucker
- 100 ml Rosenmus
- 1 Spritzer Zitrone
- 400 g Sahne, geschlagen
- 6 Blatt Gelatine

Zubereitung:

Für das **Rosenblüten-Himbeermus** die Rosenblüten hacken und zu den passierten Himbeeren in einen Topf geben, mit etwas Wein ein paar Minuten köcheln. Die restlichen Zutaten zugeben, nochmals 3 - 4 min aufkochen (wie Marmelade). Noch heiß in sterilisierte Gläser füllen und sofort verschließen oder – sobald abgekühlt - direkt verwenden.

Für die **Rosenküchle** alle Zutaten zu einem glatten Teig verrühren (nicht schlagen).

Das Rosenküchle-Eisen 20 Minuten vor dem ersten Backen im Fett erhitzen.

Das Eisen aus der Fritteuse nehmen und durch Klopfen von überschüssigem Fett befreien. Anschließend zu 2/3 in den Teig tauchen, bis eine dünne Teigschicht am Eisen haftet und unter leichter Bewegung in das Fett tauchen. Das am Eisen haftende Küchle bis zum Ablösen backen. Ggf. wenden und zuende backen, mit einem Schaumlöffel herausheben. Auf Küchenpapier legen, um überschüssiges Fett abzufangen. Anschließend mit Puderzucker bestäuben.

Für die **Joghurtcreme** die Gelatine in kaltem Wasser einweichen.

Den Joghurt mit dem Zucker, dem Rosenblüten-Himbeermus und Zitronensaft verrühren.

Einen Teil der geschlagenen Sahne unterheben.

Die Gelatine ausdrücken und kurz bei sehr schwacher Hitze erwärmen, so dass sie sich auflöst und ebenfalls unter die Creme heben. Anschließend die restliche Sahne hinzugeben.

Alles in eine Form nach Wahl oder in Gläser füllen und über Nacht kaltstellen.

Kurz vor dem Servieren mit etwas Rosenblüten-Himbeermus übergießen und z. B. mit frischen Beeren und einem Rosenblatt garnieren – dazu die Rosenküchle mit Puderzucker.

Guten Appetit!