

ARD Buffet – Guten Appetit 2004

Schweinebäckchen in Olivenöl geschmort auf Kohl und Rüben.....	5
Schweinebraten mit Malzbierkruste.....	7
Schälrippchen mit Speck-Kraut-Salat.....	8
Knieperkohl.....	9
Rote Bete-Salat mit Honig-Schalotten.....	10
Rindsroulade mit Rotkraut.....	11
Topinambursuppe mit Käsewürfeln.....	12
Weißer Bohneneintopf mit geräuchertem Aal.....	13
Tafelspitz mit Senfkruste.....	14
Miesmuscheln im Gemüsesud mit Senfsauce.....	15
Rinderrücken Strindberg.....	16
Forellenfilet mit schwedischer Senfsauce.....	17
Berliner Kartoffelsuppe.....	18
Rahmsuppe von Süßkartoffeln und Ingwer.....	19
Entenragout mit Kartoffelkroketten.....	20
Gefüllte Kartoffelknödel.....	21
Scampi im Kartoffelstroh.....	22
Terrine von Lachs und Hecht.....	23
Piroschki.....	24
Karlsberger Wildschweinpastete mit Backpflaumen.....	25
Schinkenpastete.....	27
Warme Sauerkrautpastetchen mit Zander.....	28
Hähnchencurry Madras.....	29
Linsencurry mit Tofu in Sesamkruste.....	30
Kichererbsencurry.....	31
Lammcurry.....	32
Schweinebraten mit Zwiebel-Kräuterkruste.....	33
Moussaka.....	34
Pfannkuchenaufauf.....	35
Gedeckter Sauerkrautkuchen.....	36
Gemüse-Fisch-Lasagne.....	37
Tiroler Faschingskrapfen.....	38
Spinat-Maultaschen.....	39
Rotbarschküchle im Wirsingblatt.....	40
Gemüse-Kräuter-Suppe unter der Blätterteighaube.....	41
Gedämpfter Rotbarsch mit Ingwer und Zitronengras.....	42
Curry-Soufflé mit Orangen-Ingwer-Ragout.....	43
Ingwerhähnchen.....	44
Jüdische Entensuppe.....	45
La Ped vom Hähnchen.....	46
Königsberger Klopse.....	47
Orangen-Reis mit Mandel-Hackbällchen.....	48
Gefüllter Chicorée im Schweinenetz.....	49
Sesam-Lamm-Bällchen.....	50
Entenfrikadellen mit Blaukraut.....	51
Kräuter-Frischkäse-Ravioli.....	52
Kräuterquarkmousse mit Rohkostsalat.....	53
Glerner Knöpfe mit gerösteten Birnen.....	54
Topfenknödel mit Bergkäse.....	55
Ziegenfrischkäseflan mit Kartoffel-Paprika-Sauce.....	56
Parfait von grünem Spargel mit Tomaten-Spargel-Vinaigrette.....	57
Törtchen von jungem Spinat auf Spinatsalat.....	58
Kräutersuppe mit Kartoffeln.....	59
Lachs in Sauerampfersauce.....	60
Salat von jungen Kräutern mit gebratenem Kaninchen.....	61
Morchel-Royal mit Croustade.....	62
Schnittlauch-Rührei mit Forellenkaviar im Räucherlachs.....	63
Zanderfilet in Zitronenschaumsauce mit Lauchgemüse.....	64
Gebackenes Sesamknusperei auf Blattspinat mit Parmaschinken-Spargel-Vinaigrette.....	65
Brik a'l oeuf mit HARRISA-Mayonnaise.....	66
Spargelsalat mit Maispoulardenbrust.....	67
Bärlauch-Garnelen-Suppe.....	68

Provenzalischer Lamnbraten mit Bohnen-Tomaten-Pot-au-feu.....	69
Ofenschlupfer vom Osterzopf.....	71
Risotto alla milanese mit Saltimbocca vom Seeteufel.....	72
Gestürzter Reispudding mit Rhabarberkompott.....	73
Lamm-Mandel-Pilaw.....	74
Risotto vom Schwarzen Reis.....	75
Lackierter Schweinebraten auf Spitzkohl.....	76
Forellentatar im Reisblatt gebraten.....	77
Kalbsschnitzel mit Parmesan-Croustillant.....	78
Kartoffelauflauf mit gratinierten Kräutern.....	79
Schweinelendchen im Knusperpäckchen.....	80
Bunter Frühlingskartoffelsalat.....	81
Geflügelsalat mit jungen Erbsen.....	82
Gemüsesalat mit gekochter Rinderwade und Zitronendressing.....	83
Pochierter Romanasalat in Gesellschaft von jungem Gemüse, Frühlingskräutern und Trompetenpilzen.....	84
Salattempura mit Soja-Vinaigrette.....	85
Pfannengerührtes aus dem Wok mit gebackenen Hähnchenbruststreifen.....	86
Cordon bleu vom Schwein mit Kroketten und Rucola-Dip.....	87
Spaghetti al Ragu.....	88
Linseneintopf mit Mett-Enden.....	89
Blumenkohl mit Schnittlauchbrösel-Kartoffeln.....	91
Curryfrikadelle mit Mayo und dicken Fritten.....	92
Gulasch mit Pilz-Semmelknödel.....	93
Bratwurstschncke mit Apfel-Blaukraut, Stampfkartoffeln und.....	94
Roter-Zwiebel-Sauce.....	94
Hähnchenbrustfilet mit Spinat und Gorgonzola gratiniert, Tomatenspaghetti.....	95
Spargel-Erdbeer-Dessert mit weißer Schokoladenmousse.....	96
Lachsrollchen mit Spargel gefüllt auf Sauce Bernaise.....	97
Spargelgratin.....	98
Cocktail von Spargelmousse und Spargelsalat.....	99
Englische Teesandwiches.....	100
Spanische Crostadas mit Manchego und italienische Bruschette.....	101
Baguette mit selbst gebeiztem Lachs.....	102
Hähnchenbrust-Panini mit Kräutermayonnaise.....	103
Fladenbrot mit gebratenem Lammhackfleisch.....	104
Mit Knoblauch und Thymian geschmorte junge Artischocken.....	105
Mediterrane Artischockentarte.....	106
Seelachsfilet mit Tomaten und pürierten Artischocken.....	108
Gebratener Rettich aus dem Wok.....	109
Kaninchengeschnetzeltes mit Salbei und Tomate.....	110
Whisky-Geschnetzeltes.....	111
Seeteufel-Curry-Geschnetzeltes.....	112
Filetspitzen Stroganoff.....	113
Gefüllte Paprikaschoten.....	114
Gefüllte Zucchini mit Ziegenkäse.....	116
Gefüllte Kohlrabi mit Bulgur.....	117
Rote Zwiebeln mit Hähnchenragout gefüllt.....	118
Gerollte Schweinelendchen vom Grill.....	119
Gegrillte Lachsforelle auf Fenchelsalat.....	120
Gegrillte Kaninchenkeulen.....	121
Gemüseschaschlik.....	122
Gegrillte Makrele mit Sauerrahmdip.....	123
Kalbsrücken mit Rucolasalat und Kapuzinerkresseblüten.....	124
Zucchinirahmsuppe mit Ringelblumen und Gänseblümchen.....	125
Risotto mit Kräuterblüten.....	126
Rosenblüten-Kaiserschmarren mit Vanillecreme.....	127
Sardinen mit gefüllten Zucchini Blüten.....	128
Pfirsich-Vanille-Sülze.....	129
Gepresste Spanferkelsülze.....	130
Tellersülze von der Rinderzunge.....	132
Gemüsesülze mit Fenchel und Paprika.....	133
Sülze von der Berliner Weißen mit Matjessalat.....	134
Knusprige Nudelpäckchen mit Mangold- und Ricottafüllung und frischer Tomatensauce.....	135

Variationen vom Blumenkohl.....	137
Gemüsesalat mit grüner Meerrettich-Vinaigrette.....	138
Gemüsepizza.....	139
Schichtauflauf von Gemüse mit Rouille.....	140
Schnelles Mango-Scampi-Curry.....	141
Kalbshamburger mit Gurken.....	142
Fish & Chips.....	143
Pilz-Spinat-Lasagne.....	144
Kräuternudeln mit Piccata vom Kalb.....	145
Spaghettini mit Zwergtomaten und Sardellen.....	146
Feta-Tortellini.....	147
Spaghetti mit Scampi-Bolognese.....	149
Rosa gebratener Schwertfisch mit Oliven und Kapern,.....	150
Geschmorte Lammschulter mit Olivenfüllung.....	151
Schweinefilet auf sizilianische Art mit Tomaten und Kapern.....	153
Weißer Heilbutt mit grüner und schwarzer Tapenade.....	154
Forellenfilet mit Zitrone und Kapern.....	155
Gyros mit Tsatsiki.....	156
Hühnerbrust in Retsina-Traubensauce mit gefüllten Weinblättern.....	157
Tintenfischsalat mit Limonendressing.....	158
Geschmortes Rindfleisch mit Tomaten und dicken Bohnen.....	159
Artischockenböden mit pochierten Eiern und Basilikum-Sauce.....	161
Gebackener Ziegenkäse mit Feigenvariationen.....	162
Salat von Pfirsich und Fenchel mit Räucherforellenmousse.....	163
Geflügelleber mit glacierten Melonen.....	164
Salbeipolenta mit Kalbsschulter in Zitronensauce.....	165
Polenta-Bruschette.....	166
Lammschulter mit Senfkruste.....	167
Hähnchenbrust mit Senffrüchten und Sauce von violetter Senf.....	168
Saibling in Senf-Riesling-Sud mit Wurzelgemüse.....	169
Forellenfilet mit Senfkruste an grünem Salat.....	170
Senfsuppe mit Kalbfleischklößchen.....	171
Tagliatelle mit Pilzen, Tomaten und Rucola.....	172
Strudel von Paprika, Tomaten und Schafskäse.....	173
Gemüse-Couscous-Gratin.....	174
Risotto mit Waldpilzragout.....	175
Zwetschgen-Knödel.....	176
Kabeljauspieße.....	177
Gebratener Käsespieß.....	178
Schweinefiletspieß in Paprikasauce.....	179
Birnenspieß mit Gorgonzola.....	180
Lachsspieß mit Limone, Bohnenkernen, Ingwer und Karottenjus.....	181
Dorschfilet mit Basilikumtomaten.....	182
Rotbarbe im Thymian-Safran-Sud.....	183
Bunter Fischeintopf.....	184
Dorade en papilote.....	185
Cannelloni mit Gemüsefüllung und Tomatensauce.....	186
Gemüsereis mit Hähnchenspießen.....	187
Hackfleisch-Kartoffelaufbau mit Karottensauce.....	188
Kürbispfannkuchen mit Apfelkompott.....	189
Matrosenschnitzel mit Kartoffelpüree.....	190
Zanderfilet auf Kürbisgemüse mit Pesto-Gnocchi	Seite 170/171 191
Entenkeule mit Walnüssen, Granatapfelkernen und roter Zwiebel geschmort, mit Sesampastinaken und Reisplätzchen.....	192
Sauerbraten von der Rehkeule mit Serviettenknödeln.....	194
Törtchen von Sauerkraut mit Blutwurst und Kartoffelrosette.....	198
Hirschgeschnetztes mit Preiselbeerknödeln.....	199
Reisbällchen mit Garnelen gefüllt und Ingwersauce.....	200
Lauch-Frischkäse-Knödel mit Käsesauce.....	201
Kalbsleberknödel mit Zwiebelsauce.....	202
Königsberger Klopse von der Forelle.....	203
Landente mit gefülltem Wirsing.....	204
Hühnerbrust im Pilzcrêpe.....	205
Geflügelroulade in Currysauce.....	206

Geschnetzelte Entenbrust mit Weintrauben.....	207
Hähnchen-Fajitas.....	208
Kürbis-Kartoffel-Auflauf.....	209
Kürbis-Curry-Tarte.....	210
Kürbis-Kartoffel-Agnolotti.....	211
Gefüllte Kürbisse.....	212
Wildschweingulasch.....	214
Geschmorte Lammhaxen auf orientalische Art.....	215
Kalbsschulter mit Schwarzwurzelgemüse.....	216
Ossobuco.....	217
Geschmortes Wintergemüse mit Pastinaken und Bamberger Hörnchen.....	218
Käse-Schinken-Pfannkuchen.....	219
Ziegenkäse mit Thymian und Honig im Filoteig gebacken.....	220
Rigatoni mit Mangold-Gorgonzolasauce.....	221
Käsetarte.....	222
Krautwickel mit Käse überbacken.....	223
Nussrösti mit Entenbrust und Wirsinggemüse.....	224
Ingwerkekse.....	225
Macadamia-Knuspertaler.....	226
Forelle mit Nuss-Sauce und geröstetem Weißkohlgemüse.....	227
Gebratene Walnuss-Spätzle.....	228
Kaninchenrücken in Ysopmantel mit Kürbispüree und Kernölpesto.....	229
Gebratene Entenbrust auf weißen Bohnen in Knoblauch-Sahne-Sauce.....	230
Lammkarree mit Curry-Brombeer-Sauce mit Kartoffel-Physalis-Gratin.....	231
Entenbrüstchen mit Rote Beete-Lebkuchen-Sauce.....	232
Kalbsragout mit Jakobsmuscheln und Früchtecurry.....	233
Rouladen vom Wildschweinrücken in Honigsauce.....	235
Hähnchen mit Honig und Ingwer gebraten.....	236
Schweinelendchen mit süß-saurer Honigsauce.....	237
Ricotta-Lebkuchen-Soufflé mit Honig-Sauce.....	238
Kasselerrücken mit Rübchengemüse.....	239
Rehgeschnetztes mit Pastinaken.....	240
Schweinsvögel mit glacierten Ingwer-Möhren.....	241
Selleriecremesuppe mit Lachscroutons.....	242
Gebratener Zander mit gefüllter Rote Bete und Meerrettich.....	243
Winterlicher Salat mit Rehrückenfilet und Nusskruste.....	244
Pot au feu von Gemüse und Entenbrust.....	245
Hechtklößchen mit Rote Bete-Nocken und grünen Nudeln.....	246
Perlhuhn mit Pilzen gefüllt in Balsamicosauce, Rosenkohl und Kartoffelknödel.....	248
Williamsbirne mit weihnachtlichen Gewürzen mariniert, Vanilleschaum und Cassis-Sauce.....	250
Kalbsrouladen mit Selleriepüree und Rosenkohl.....	251
Lachs-Wirsing-Roulade mit Champagnersauce und Wildreis.....	253
Gemüsequiche.....	254
Geflügelleber gebraten mit Radicchio, Orangen und Nüssen.....	255
Gemüse-Geflügeleintopf mit asiatischen Kräutern.....	256

Schweinebäckchen in Olivenöl geschmort auf Kohl und Rüben

300 g	kleine Kartoffeln, gekocht und gepellt
400 g	Schweinebäckchen
2 EL	Mehl
2	kleine Zwiebeln, gewürfelt
1/4 l	Olivenöl, kalt gepresst
5	Knoblauchzehen, geschält
1 Stange	Lauch, fein geschnitten
	Schale von 1 Zucchini, fein geschnitten
1 TL	grüner Pfeffer
1/2 TL	Kreuzkümmel
100 g	Bitterorangen, geschält und gewürfelt
150 g	Karotten
150 g	Rosenkohl
	Salz, Zucker,
	Pflanzenöl zum Anbraten

Schweinebäckchen salzen, mit Mehl bestäuben und in Pflanzenöl scharf anbraten. Zwiebeln hinzufügen, kurz mitbraten und beides in einen engen, hohen Topf schichten. Mit Olivenöl bedecken, bei 120 Grad im vorgeheizten Ofen garen. Knoblauchzehen, Lauch, Zucchinihülle, grünen Pfeffer, Kreuzkümmel und Orangen hinzufügen und weitere 15-20 Minuten garen. Fleisch herausnehmen und warm stellen. Das Öl mit dem Gemüse und den Gewürzen pürieren, durch ein Sieb streichen und zum Servieren nochmals aufschlagen.

Die Karotten schälen und in dünne schräge Scheiben schneiden. Rosenkohl blanchieren und die einzelnen Blätter abziehen. Karotten in 2 EL Pflanzenöl anschwitzen, mit etwas Zucker glasieren und salzen. Rosenkohlblätter beifügen und in der Pfanne schwenken. Kartoffeln in restlichem Öl goldgelb braten und salzen.

Kohl und Rüben auf vorgewärmten Tellern platzieren. Kartoffeln anlegen, Schweinebäckchen schräg aufgeschnitten anlegen und mit Sauce bedecken.

Schweinebraten mit Malzbierkruste

500 g	Schweinehals
3	große Zwiebeln, grob gewürfelt
1Bund	Suppengemüse, grob gewürfelt
1	Knoblauchzehe
2	Tomaten
1/4 l	kräftiger Rotwein
1 EL	Steinpilze, getrocknet und zerkrümelt
ca. 1/4 l	Fleischbrühe
ca. 1 TL	Mehlbutter (weiche Butter mit Mehl zu gleichen Teilen gemischt)
2	Schalotten, fein gehackt
1/8 l	Malzbier
1/2 TL	Kümmel, gehackt
1/4 Bund	Petersilie, fein gehackt
60 g	Butter
1/2	Brötchen, gerieben
	Salz, Pfeffer aus der Mühle, Butterschmalz zum Anbraten

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in einem Bräter mit Butterschmalz von allen Seiten anbraten. Zwiebeln, Suppengemüse und Knoblauchzehe zugeben und bei mittlerer Hitze goldbraun braten. In der Zwischenzeit die Tomaten grob würfeln, zugeben und gut einkochen lassen, dann mit etwas Wein ablöschen, diesen einkochen lassen. Steinpilze, restlichen Wein und etwas Brühe zugeben, sodass der Topfboden mit einem halben Zentimeter Flüssigkeit bedeckt ist. Bei geringer Hitze mit Deckel den Braten schmoren, dabei immer wieder mit etwas Brühe den Bratensatz lösen. Den Braten ca. 1 Stunde schmoren. Das Fleisch ist fertig, wenn sich eine eingestochene Fleischgabel wieder locker herausziehen lässt. Den fertigen Braten aus dem Topf nehmen und auf eine Platte geben. Die Sauce durch ein Sieb passieren oder mit dem Mixstab fein pürieren. Zum Andicken etwas Mehlbutter unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Kruste die Schalotten in Butterschmalz anschwitzen und mit Malzbier ablöschen. Die Flüssigkeit nahezu ganz einkochen. Kümmel mit Petersilie, Butter, Pfeffer und Salz vermengen, die geschmorten Schalotten und das geriebene Brötchen untermischen und mit dieser Paste den Braten bestreichen, unter der Grillschlange kurz gratinieren. Den Braten aufschneiden und mit der Sauce anrichten. Dazu passen sehr gut Spätzle oder Bandnudeln.

Schälrippchen mit Speck-Kraut-Salat

800 g	Schälrippchen vom Schwein.
50 g	Sojasauce
1 EL	Honig
5	Knoblauchzehen, gepresst
1	Zwiebel, fein gehackt
40 g	geräucherter Speck, fein gewürfelt
300 g	Weißkraut, fein geschnitten
1/4	Bauernbrot
	gemahlener Kümmel, Salz, Pfeffer, Essig, Olivenöl, Alufolie

Die Schälrippchen einzeln schneiden. Vom Rippenende etwa 2 cm entlang der Rippe einschneiden und das Ende der Rippe 2 cm freilegen, um es zum Essen anfassen zu können.

Für die Marinade Sojasauce und Honig mischen., Knoblauch unterrühren. Die Rippchen salzen und pfeffern und mit der Marinade bepinseln. Auf ein Blech legen und im 210 Grad (Ober-Unterhitze) heißen Ofen 30 Minuten braten, bis sie schön braun sind.

In der Zwischenzeit Speck und Zwiebeln anbraten. Aus der Pfanne nehmen und mit dem Weißkraut vermischen. Mit Essig, Öl, Salz, Pfeffer und Kümmel abschmecken und einige Minuten ziehen lassen. Dabei immer wieder gut durchmischen.

Das Bauernbrot in Scheiben schneiden, tosten, mit Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer bestreuen.

Die Schälrippchen an den Enden mit Alufolie umwickeln und mit Brot und Salat anrichten.

Als Dip passt eine Kräutersauce aus Quark, Joghurt und Kräutern, Salz und Pfeffer dazu.

Knieperkohl

1,5 kg Knieperkohl (Spezialität aus der Prignitz)
100 g Schweineschmalz
3 Zwiebeln
200 ml Brühe
1 Lorbeerblatt
2 Stück Kasseler
Salz, Pfeffer, Piment, Zucker

Knieperkohl ist eine Spezialität aus der Prignitz. Einer Region, in der die armen Leute auf dem Lande nichts verkommen ließen. Knieperkohl setzt sich zusammen aus sauer vergorenem Weißkohl, Grünkohl, Blaukraut und Weinreben, ähnlich dem Sauerkraut. Zusammen mit Schlachtfett ergibt er einen schmackhaften Eintopf.

Heute wird das wiederbelebte „Arme Leute Gericht“ mit Fleisch gekocht und schmeckt besonders in der kalten Jahreszeit

Die Zwiebeln halbieren, in feine Scheiben schneiden und in einem Topf mit Schweineschmalz anschwitzen, den Knieperkohl zugeben und die Brühe angießen. Mit Salz, Pfeffer, Lorbeer, Piment und Zucker würzen. Ein Stück Kasseler zugeben, einen Deckel auf den Topf geben und im Ofen bei 180 Grad oder bei geringer Hitze auf dem Herd ca. 1 Stunde köcheln lassen. Den Knieperkohl abschmecken und mit Salzkartoffeln anrichten.

Rote Bete-Salat mit Honig-Schalotten

1 kg	Rote Bete
ein paar	Lorbeerblätter
etwas	Honig
10	Schalotten
etwas	Balsamico
1 TL	Senf
5 EL	Walnussöl
1 Bund	Schnittlauch
300 g	Lachsfilet
4	Walnusskerne, gehackt
	Meersalz, Salz, Pfeffer, brauner Zucker, Butterschmalz, Alufolie

Rote Bete waschen und einzeln mit etwas Meersalz, einem Lorbeerblatt und einem Esslöffel Honig in Alufolie einpacken. Im 200 Grad heißen Backofen garen (dauert ca. 1 Stunde).

Die Schalotten schälen und im Ganzen in einer Pfanne mit Butterschmalz anbraten. Mit Salz, Pfeffer und braunem Zucker würzen, mit einem Esslöffel Honig und etwas Balsamico ablöschen, 15 Minuten köcheln lassen, bis die Schalotten weich sind.

Rote Bete auspacken, schälen und in Scheiben schneiden, dabei die Flüssigkeit auffangen. Aus Senf, zwei bis drei Esslöffeln Balsamico und Walnussöl eine Vinaigrette rühren, mit der Rote Bete-Flüssigkeit, Salz und Pfeffer abschmecken. Schnittlauch klein schneiden, mit der Roten Bete und der Vinaigrette zu einem Salat vermischen.

Den Lachs salzen und in einer Grillpfanne mit etwas Butterschmalz von beiden Seiten 2 Minuten anbraten. Im Backofen bei 180 Grad noch 3-4 Minuten nachgaren.

Den Salat mit dem Lachs anrichten und die Walnüsse darüber streuen.

Rindsroulade mit Rotkraut

50 g	durchwachsener Speck, gewürfelt
1	Zwiebel, fein gehackt
1	Senfgurke, in Scheiben geschnitten
1/4 Bund	Petersilie, fein gehackt
2	Rinderschnitzel von der Hochrippe
1 EL	scharfer Senf
3	Schalotten, grob gewürfelt
1Bund	Suppengemüse, grob gewürfelt
200 ml	Rotwein
200 ml	Brühe
ca. 1 TL	Mehlbuttermischung (weiche Butter mit Mehl zu gleichen Teilen gemischt)
1/2 Kopf	Rotkohl
3 EL	Balsamico
1	Zwiebel
1/8 l	Rotwein
1/8 l	Apfelsaft
1	Lorbeerblatt
1/2 TL	grüner Pfeffer, grob zerstoßen
1 Msp	Wacholder, zerstoßen
1	Gewürznelke
1 Msp	Piment, zerstoßen
1 EL	Preiselbeerkonfitüre
1 EL	Johannisbeerkonfitüre
	Salz, Pfeffer, Butterschmalz, Zahnstocher

Speck in einer Pfanne auslassen, Zwiebel, Senfgurke und Petersilie darin anschwitzen und die Pfanne vom Herd ziehen. Die Fleischscheiben zwischen einer Gefrierfolie so dünn wie möglich plattieren, mit Salz und Pfeffer würzen und auf einer Seite mit Senf bestreichen. Die Speck-Zwiebelmasse darauf verteilen, aufrollen und mit einem Zahnstocher fixieren.

In einer Pfanne mit Butterschmalz die Rouladen von allen Seiten rundum anbraten, Schalotten und Suppengemüse zugeben und andünsten. Mit etwas Rotwein ablöschen, diesen einkochen lassen, dann restlichen Wein und etwas Brühe zugeben, sodass der Topfboden mit einem Zentimeter Flüssigkeit bedeckt ist. Bei geringer Hitze mit Deckel die Rouladen ca. 1 Stunde schmoren, dabei immer wieder mit etwas Brühe ablöschen. Die Rouladen herausnehmen, die Sauce durch ein Sieb passieren oder mit dem Mixstab fein pürieren. Zum Andicken etwas Mehlbuttermischung unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Rotkohl vierteln, den Strunk entfernen und das Kraut fein hobeln oder fein schneiden. Einen Esslöffel Balsamico zugeben und gut untermischen. (Je feiner der Kohl geschnitten wird, umso kürzer wird die Garzeit.) Die Zwiebel in dünne Scheiben schneiden und in einem Topf mit Butterschmalz (oder Gänseschmalz) anschwitzen. Kohl, restlichen Balsamico, Rotwein, Apfelsaft und Lorbeerblatt, grünen Pfeffer, Wacholder, Nelke, Piment und etwas Salz zugeben und ca. 20 Minuten mit Deckel garen, dabei immer wieder umrühren. Dann Preiselbeer- und Johannisbeerkonfitüre zugeben und weitere 15 Minuten garen. Im offenen Topf den entstandenen Saft einkochen und das Kraut abschmecken.

Die Rouladen mit dem Rotkraut anrichten, dazu Kartoffeln, Knödel oder Kartoffelpüree servieren.

Topinambursuppe mit Käsewürfeln

250 g	Topinambur
1	Zwiebel, fein gehackt
1/2 l	Milch
1/4 l	Gemüsebrühe
100 g	Bergkäse
1-2 EL	Mehl
1	Ei
2-3 EL	Semmelbrösel
1/4 Bund	Petersilie, fein gehackt
	Salz, Pfeffer, Muskat,
	Butter, Olivenöl zum Ausbacken

Topinambur schälen und in feine Scheiben schneiden. Die Zwiebel in einem Topf mit Butter anschwitzen, Topinambur zugeben, kurz dünsten und mit Milch und Brühe aufgießen. Aufkochen und ca. 20 Minuten kochen.

In der Zwischenzeit den Käse in 2 cm große Würfel schneiden. Diese in Mehl wenden, durchs verquirlte Ei ziehen und in den Semmelbröseln panieren.

Wenn der Topinambur weich ist, die Suppe pürieren, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, Petersilie untermischen. Die Käsewürfel in heißem Olivenöl goldbraun frittieren.

Die Suppe in Tellern anrichten und die Käsewürfel obenauf geben.

Weißer Bohneneintopf mit geräuchertem Aal

300 g	große weiße Bohnen
150 g	Tomaten
1	kleine Zwiebel, fein gehackt
1	Knoblauchzehe, gepresst
1/2 l	kräftige Geflügelbrühe
1 Zweig	Thymian
1 Zweig	Rosmarin
300 g	Räucheraal
2 EL	Petersilie, gehackt
	Salz, Pfeffer, Olivenöl

Die Bohnen über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Die Tomaten häuten, entkernen und würfeln. Die Zwiebel in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen Tomatenwürfel und Knoblauch zugeben und kurz mitdünsten. Dann die eingeweichten Bohnen hinzufügen, mit der Geflügelbrühe auffüllen, Thymian und Rosmarin einlegen und kochen lassen, bis die Bohnen weich sind (ca. 1,5 Stunden). Den Aal abziehen, mit einem scharfen Messer filetieren und die Gräten entfernen. Den Fisch in Stücke schneiden. Die Bohnensuppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. In Suppentellern den Aal anrichten und mit der Bohnensuppe übergießen. Mit Petersilie bestreuen.

Tafelspitz mit Senfkruste

500 g	Fleischknochen
500 g	Tafelspitz
1	Zwiebel
1 Bund	Suppengemüse
1	Knoblauchzehe
3 EL	Senf
1	Schalotte, fein gehackt
1 EL	Meerrettich, frisch gerieben
2 EL	Mehl
	Salz, Pfeffer, Pfefferkörner, Butterschmalz

Die Fleischknochen kalt abwaschen, in einen Topf geben., 2 l kaltes Wasser angießen, ein paar Pfefferkörner zufügen und zum Kochen bringen. Das abgespülte Fleisch in die kochende Brühe geben und ca. 1/2 Stunde leicht köcheln lassen. Dabei immer wieder abschäumen. Die Zwiebel mit der Schale halbieren, auf der Schnittfläche in einer Pfanne ohne Fett rösten und zur Brühe geben. Das Suppengemüse und Knoblauch zufügen, nochmals 30 Minuten weiterkochen. Das weich gekochte Fleisch herausnehmen, die Brühe passieren und das Fleisch in der Brühe auskühlen lassen. Anschließend in 1 cm starke Scheiben schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Senf mit der Schalotte und frisch geriebenem Meerrettich mischen und auf beiden Seiten das Fleisch bestreichen. Mit Mehl bestäuben und in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten goldgelb braten. Als Beilage passen sehr gut Bratkartoffeln und Feldsalat.

Wochenthema: Kochen mit Senf
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 20.01.04

Miesmuscheln im Gemüsesud mit Senfsauce

3 kg	Miesmuscheln
1	Möhre
1/4	Sellerieknolle
1/2 Stange	Lauch
1	Knoblauchzehe
1	Lorbeerblatt
200 ml	Weißwein
3	Schalotten, fein gehackt
2 EL	Dijonsenf
2 EL	Sahne
100 g	kalte Butter

Zucker, Butterschmalz

Miesmuscheln putzen, entbarten und gründlich waschen, alle offenen Muscheln unbedingt aussortieren. Möhren, Sellerie und Lauch in feine Streifen schneiden. Das Gemüse in einem großen Topf mit Butterschmalz anschwitzen, angedrückte Knoblauchzehe und Lorbeerblatt zugeben. Nach 4-5 Minuten die abgetropften Muscheln zufügen, den Weißwein angießen und einen Deckel auf den Topf geben. Den Topf mehrfach schütteln, nach 3-4 Minuten sollten sich alle Muscheln geöffnet haben. Zeitgleich in einem kleinen Topf Schalotten anschwitzen, den entstandenen Muschelsud auf die Schalotten gießen, Senf und Sahne zugeben und die Butter mit dem Schneebesen in die Sauce einschlagen. Eventuell mit einer Prise Zucker abschmecken. Die Muscheln auf tiefen Tellern mit dem Gemüse anrichten, die Sauce extra in kleinen Schälchen dazu reichen. Mit Schwarzbrot und Butter servieren.

Wochenthema: Kochen mit Senf
Vincent Klink Mittwoch, 21.01.04

Rinderrücken Strindberg

500 g		Kartoffeln, fest kochend
100 ml		Gemüsebrühe
100 ml		Sahne
60 g		Bergkäse, gerieben
1		Zwiebel, fein gehackt
1/2 Bund		Petersilie, fein gehackt
1 EL		scharfer Senf
2		Rinderrückensteaks á 150 g
etwas		Mehl
200 ml	Rotwein	
1 TL		kalte Butterflocken
		Salz, Pfeffer, Muskat, Butter, Olivenöl

Die Kartoffeln schälen, in feine Scheiben hobeln und in eine gebutterte Auflaufform schichten, mit etwas Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Gemüsebrühe und Sahne angießen und mit Käse bestreuen. Im 180 Grad (Heißluft) heißen Ofen das Gratin ca. 30 Minuten garen.

Zwiebel in Butter goldgelb dünsten, auf ein Sieb geben und gut abtropfen lassen. Dann mit Petersilie und Senf vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Steaks mit Salz und Pfeffer würzen. Auf einer Seite die Steaks mit feinen Messerschnitten schraffieren, also ungefähr einen Millimeter tief einschneiden. Die Senfmasse in die Einschnitte reiben und auch auf die Fleischoberfläche streichen. Die bestrichene Seite in Mehl wenden und in einer Pfanne mit Olivenöl bei geringer Hitze 3-4 Minuten goldgelb braten, dann wenden und weitere 4 Minuten braten. Die Steaks aus der Pfanne nehmen, mit Alufolie abdecken und ca. 5 Minuten ziehen lassen.

Den Bratensaft in der Pfanne mit Rotwein lösen, etwas einkochen und mit Butterflocken abbinden. Die Steaks mit der Sauce anrichten, dazu das Kartoffelgratin reichen.

Wochenthema: Kochen mit Senf

Vincent Klink

Donnerstag, 22.01.04

Forellenfilet mit schwedischer Senfsauce

4 EL	scharfer Senf
4 EL	Puderzucker
1 EL	Weißweinessig
1 TL	schwarzer Pfeffer, gemahlen
¼ l	Sonnenblumenöl
1 Bund	Dill, fein geschnitten
1/4 Stange	Lauch
1/2 Bund	Petersilie
1/2 Bund	Schnittlauch
4	Forellenfilets mit Haut
etwas	Mehl
1	Ei
	Salz, Pfeffer,
	Butterschmalz

Für die Sauce Senf, Zucker und Essig mit dem Handrührgerät schaumig rühren. Pfeffer dazugeben und langsam das Öl unter ständigem Rühren zufügen. Wenn die Sauce zu dick ist, kann sie mit etwas Weißwein verdünnt werden. Zum Schluss Dill unterrühren und abschmecken.
Den Lauch fein schneiden, Petersilie und Schnittlauch hacken und vermischen.
Forellenfilets salzen und pfeffern, die Fleischseite in Mehl wenden, durchs verquirlte Ei ziehen und die Lauch-Kräuter-Mischung andrücken. In einer Pfanne mit Butterschmalz zuerst auf der Kräuterseite ca. 3 Minuten braten, dann wenden und weitere 3 Minuten braten.
Die Forellenfilets anrichten und mit der Senfsauce servieren.

Wochenthema: Köstliche Kartoffelküche
Rainer Strobel Montag, 26.01.04

Berliner Kartoffelsuppe

500 g Kartoffeln, mehlig kochend
1/2 Knolle Sellerie
2 Möhren
3 Zwiebeln
1 Stange Lauch
1 l Fleischbrühe
300 g Kasselerrücken
100 g Speck
1/4 Bund Petersilie, fein gehackt
Salz, Pfeffer, Muskat,
Butter

Die Kartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Sellerie, Möhren, zwei Zwiebeln und das Weiße vom Lauch klein schneiden. Alle Gemüse in der Brühe ca. 20 Minuten weich kochen. Den Kasselerrücken ebenfalls mitkochen. Wenn alles weich ist, Kasseler herausnehmen und in 2 cm große Würfel schneiden. Gemüse mit der Brühe durch ein Haarsieb drücken oder mit dem Pürierstab zerkleinern. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die restliche Zwiebel und den Speck in feine Würfel und das Grüne vom Lauch in feine Streifen schneiden. Alles in einer Pfanne mit Butter anbraten. Fleisch, Zwiebeln und Speck in die Suppe geben. Mit frisch gehackter Petersilie servieren.

Wochenthema: Köstliche Kartoffelküche
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 27.01.04

Rahmsuppe von Süßkartoffeln und Ingwer

1 Stück	frischer Ingwer
500 g	Süßkartoffeln
1	Zwiebel, fein gehackt
1 l	Hühner- oder Gemüsebrühe
2 EL	Sahne
50 g	Butter
1 kleine	Hühnerbrust
10	Zuckerschoten
etwas	schwarzer Sesam
Salz, Pfeffer,	
Butterschmalz, Holzspieße	

Ingwer schälen und fein hacken. Süßkartoffeln schälen . Zwiebel und Ingwer in Butterschmalz anschwitzen, Süßkartoffeln zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und 5 Minuten dünsten. Brühe zufügen und die Süßkartoffeln weich kochen. Dann Sahne zugeben und alles pürieren. Die Butter mit einem Pürierstab in die Suppe einarbeiten, eventuell passieren und abschmecken.

Hühnerbrust in Streifen schneiden, auf das untere Viertel der beiden Holzspieße stecken, salzen und in einer Pfanne mit Butterschmalz braten. Die Zuckerschoten in feine Streifen schneiden, in Salzwasser blanchieren, abtropfen lassen. Die Suppe anrichten, die Zuckerschoten daraufgeben und die Spieße einstecken. Mit schwarzem Sesam bestreuen.

Wochenthema: Köstliche Kartoffelküche
Vincent Klink Mittwoch, 28.01.04

Entenragout mit Kartoffelkroketten

4	Entenkeulen
2	Zwiebel, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1/4 l	trockener Rotwein
2 Zweige	Thymian
1 TL	Ingwerpulver
200 ml	Entenfond
etwas	Mehlbutter (Mehl und weiche Butter zu gleichen Teilen gemischt)
250 g	Kartoffeln, mehlig kochend
3	Eigelb
etwas	Mehl
2	Eier
ca. 200 g	Semmelbrösel
Salz, Pfeffer, Muskat, Olivenöl zum Ausbacken	

Die Keulen pfeffern und salzen. Mit der Haut nach unten langsam mindestens 15 Minuten braten, dass das Fett austreten kann. Das Fett abschütten, die Zwiebeln und den Knoblauch zufügen und alles braun rösten. Mit etwas Rotwein ablöschen, Thymian und Ingwerpulver zugeben und langsam bei geschlossenem Deckel schmoren. Den Entenfond nach und nach dazugeben. Nach ca. 1 Stunde Schmoren sind die Keulen gar. Dann herausnehmen, etwas auskühlen lassen, das Fleisch vom Knochen lösen und in Würfel schneiden.

Die Sauce mit Mehlbutter sämig rühren, die Fleischwürfel dazugeben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Kroketten die Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Abschütten, zurück in den Topf geben und kurz auf der heißen Herdplatte ausdampfen lassen. Dann durch eine Presse drücken, Eigelb und 4 EL Mehl untermischen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Kartoffelmasse zu 2 cm starken Rollen formen, dann in 3 cm lange Stücke schneiden und zu Kugeln formen. Die Kugeln in Mehl wenden, durchs verquirlte Ei ziehen und in Semmelbröseln panieren.

In einem Topf mit heißem Olivenöl die Bällchen hellbraun ausbacken.

Das Entenragout mit den Kroketten anrichten.

Wochenthema: Köstliche Kartoffelküche
Vincent Klink Donnerstag, 29.01.04

Gefüllte Kartoffelknödel

300 g	Kartoffeln, mehlig kochend
1	Zwiebel, fein gehackt
1 Stange	Lauch, fein geschnitten
1/4 Bund	Petersilie, fein gehackt
50 g	Feta
2	Eier
25 g	Grieß
250 ml	Gemüsebrühe
100 ml	Sahne
	Muskat, Salz, Pfeffer, Mehl, Butter,

Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser weich kochen.

In der Zwischenzeit die Zwiebel in Butter anschwitzen, ein Viertel des Lauchs fügen. In eine Schüssel geben und mit Petersilie und Feta gut vermischen, abschmecken. Aus der Masse kleine Kugeln formen.

Die Kartoffeln abschütten, zurück in den Topf geben und kurz auf der heißen Herdplatte ausdampfen lassen. Dann durch eine Presse drücken, Eier, Grieß und 1 EL Mehl untermischen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Aus der Masse Knödel formen, diese mit den Käsekugeln füllen, gut verschließen und in siedendem Salzwasser ca. 10 Minuten garen.

In der Zwischenzeit in einem Topf 2 EL Butter schmelzen, 2 EL Mehl untermischen und mit Gemüsebrühe ablöschen. Unter ständigem Rühren aufkochen lassen, die Sahne zugeben, kurz köcheln lassen, restlichen Lauch untermischen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Knödel mit der Sauce anrichten und servieren.

Wochenthema: Köstliche Kartoffelküche
Otto Koch Freitag, 30.01.04

Scampi im Kartoffelstroh

6	große Scampi
2	große Kartoffeln (fest kochend)
1	Zitrone (Saft)
1	Eigelb
1 TL	Senf
100 ml	Olivensöl
2 EL	Petersilie, fein gehackt
etwas	Curry
2 EL	Sahne, geschlagen

Salz, Pfeffer, Mehl,
Fett zum Ausbacken,
Spiralschneider

Die Scampi schälen und entdarmen. Kartoffeln schälen und mit einem Spiralschneider in lange Streifen schneiden. Die Scampi mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen, mit etwas Mehl bestäuben. Die Kartoffeln gleichmäßig um die Scampi wickeln und im heißen Fett ausbacken, bis die Kartoffeln goldbraun sind.

Für den Dip das Eigelb in einer Schüssel mit dem Senf verrühren, langsam das Olivensöl mit einem Schneebesen unterrühren. Einen Spritzer Zitronensaft und Petersilie dazugeben. Mit Curry, Salz und Pfeffer abschmecken und ganz zum Schluss die geschlagene Sahne unterheben. Die Scampi mit der Sauce anrichten. Dazu schmeckt gut Knoblauchbaguette.

ARD-Buffer Rezepte Februar 2004

Wochenthema: Pasteten
Rainer Strobel Montag, 02.02.04

Terrine von Lachs und Hecht

Rezept für 1 Terrine:

400 g Lachsfilet ohne Haut
500 g Hechtfilet ohne Haut
1 Zitrone (Saft)
200 g Blattspinat
400 ml Sahne
1 Bund Dill
2 EL Pernod
Salz, Pfeffer, Muskat,
Öl zum Einfetten,
Alufolie

Vom Lachsfilet einen 1 cm breiten Streifen schneiden, der so lang sein sollte wie die Terrinenform. Hecht- und Lachsfilet getrennt in 2 cm große Würfel schneiden und mit Salz, Pfeffer, Muskat und etwas Zitronensaft würzen. Spinat waschen und kurz blanchieren, dann abschrecken und auf ein Küchentuch legen. Den Lachsstreifen in Spinatblätter einwickeln, restlichen Spinat fein hacken. Die gewürzten Fischwürfel getrennt in einem Cutter zu einer Farce verarbeiten. Zum Schluss jeweils etwas Sahne zugeben und nochmals 30 Sekunden cuttern. Beide Fischfarcen getrennt durch ein feines Sieb streichen. Die Hechtfarce mit gehacktem Dill, die Lachsfarce mit fein gehacktem Spinat und Pernod mischen.

Terrinenform mit Öl einfetten. Zuerst die Lachsfarce einfüllen und glatt streichen. Darauf das Lachsfilet mit Spinat legen, dann die Hechtfarce darüber geben und glatt streichen. Terrinenform mit Alufolie fest verschließen und im Wasserbad im Ofen bei 90 Grad ca. 45 Minuten garen. Anschließend die Terrine in der Form 3 - 4 Stunden gut durchkühlen. Die Ränder der Terrine mit einem spitzen Messer vorsichtig lösen und die Terrine stürzen. In ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und mit Salat und Schnittlauchjoghurt servieren.

Wochenthema: Pasteten
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 03.02.04

Piroschki

300 g Mehl
1/2 TL Backpulver
80 g weiche Butter
1 Ei
250 g saure Sahne
3 EL Rundkornreis
2 Schalotten, fein gewürfelt
200 g Hackfleisch (Schwein)
100 g Rote Bete, gekocht
1/2 Bund Schnittlauch, fein geschnitten
1/2 Bund Petersilie, fein gehackt
1 Eigelb
Salz, Pfeffer,

Butterschmalz,
Frischhaltefolie, Backpapier

Mehl, Backpulver, Butter, Ei und 125 g saure Sahne zu einem glatten Teig kneten, in Frischhaltefolie einschlagen und 1 Stunde kühl stellen.

Den Reis in Salzwasser weich kochen. Die Schalotten in etwas Butterschmalz anschwitzen, Hackfleisch zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und 5 Minuten anbraten.

Die Rote Bete fein würfeln und mit Hackfleisch, Reis, restlicher saurer Sahne, Schnittlauch und Petersilie vermischen.

Den Teig dünn ausrollen und in gleich viele Kreise von jeweils 10 cm und 8 cm Durchmesser ausstechen.

Die Füllung auf die größeren Kreise geben, die kleinen darüber legen, Ränder mit verquirltem Eigelb bestreichen und die Ränder der unteren Teigplatten nach oben schlagen. Die Oberfläche der Piroshki mit Eigelb bestreichen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und im 200 Grad (Ober-Unterhitze) heißen Ofen ca. 20 Minuten backen.

Dazu passt sehr gut ein Blattsalat mit Walnusss dressing.

Wochenthema: Pasteten

Jürgen Koch, Restaurant Laurentius im Flair Hotel, Weikersheim

Mittwoch, 04.02.04

Karlsberger Wildschweinpastete mit Backpflaumen

Rezept für 1 Pastete:

500 g	Mehl
200 g	Schweineschmalz
100 –200 ml	Wasser
2 TL	Gewürzmischung für Pasteten
1/2 TL	grüner Pfeffer, getrocknet
10	Wacholderbeeren
1 TL	Thymian
1 TL	Oregano
2	Knoblauchzehen
300 g	gut parierte Frischlingskeule, in Streifen geschnitten
200 g	schierer Schweinerücken, in Streifen geschnitten
200 g	frischer (grüner) Speck
1	Zitrone, unbehandelt (Schale)
2	Frischlingsfilets (ca. 250 g), ersatzweise Schweinefilet
5 EL	Armagnac
40 g	Schalotten, gewürfelt
200 ml	Wildjus
1 Msp	Cayennepfeffer
8 EL	Sahne
1	Eigelb
1,5 Blatt	Gelatine

100 ml Madeira
Backpflaumen, in Armagnac und grünen Pfeffer eingelegt
Salz, Pfeffer,
Butter, Öl,
Alufolie

Mehl, Schweineschmalz und 1 TL Salz verkneten. Nach und nach bis zu 200 ml Wasser hinzufügen, bis ein geschmeidiger Teig entstanden ist. Diesen etwa 2 Stunden gut durchkühlen.
2 TL Salz, Gewürzmischung, grünen Pfeffer, 5 Wacholderbeeren, 1/2 TL Thymian, Oregano und Knoblauch im Mörser zerstoßen. Diese Würzmischung über Fleischstreifen und Speck geben. Mit der Hälfte der Zitronenschale bestreuen und 1-2 Stunden gut kühlen. Frischlingsfilets mit Salz, Pfeffer und 2 EL Armagnac würzen, 2 Stunden marinieren, dann in Pflanzenöl von allen Seiten kurz anbraten. Beiseite stellen. 1 EL Butter erhitzen, Schalottenwürfel hell anschwitzen, mit 3 EL Armagnac ablöschen, mit Wildjus auffüllen. 5 Wacholderbeeren, 1/2 TL Thymian, restliche Zitronenschale und Cayennepfeffer hinzufügen. Auf etwa ein Drittel einkochen und kalt stellen. Das marinierte Fleisch zweimal durch die feinste Scheibe eines Fleischwolfs drehen, den Speck einmal. In einer auf Eis gestellten Schüssel Fleisch nach und nach mit Speck und 7 EL Sahne mischen. Am Schluss erkalteten Jus einrühren. Den Pasteteig zu einer Platte von 45x30 cm ausrollen. Die Hälfte der Farce in einem Streifen von 9x 35 cm auf das untere Ende der Teigplatte streichen. Frischlingsfilets auf die gleiche Länge schneiden, auf die Farce legen. Mit dem Rest bedecken. Nach oben halbrund formen. Teigseiten einschlagen, dann die Füllung wie bei einer Roulade einrollen. Das Teigende sollte unten liegen. Aus Teigresten Verzierungen ausstechen, die Pastete damit belegen. Eigelb mit 1 EL Sahne verrühren, die Pastete damit bestreichen. Mit einem Apfelausstecher einen Kamin ausstechen, darin eine Alurolle einsetzen. Die Pastete 10 Minuten im vorgeheizten Backofen bei 230 Grad, dann 40 Minuten bei 200 Grad backen, herausnehmen, auskühlen lassen. Eingeweichte Gelatine im warmen Madeira auflösen, die Pastete durch den Kamin damit ausgießen und erkalten lassen. Zum Anrichten die Pastete in Scheiben schneiden, mit eingelegten Backpflaumen servieren.

Wochenthema: Pasteten

Vincent Klink Donnerstag, 05.02.04

Schinkenpastete

Rezept für 1 Pastete:

500 g	Mehl
180 g	Butter
1	Ei
100 ml	Wasser
10 g	Trompetenpilze (Herbsttrompeten), getrocknet
600 g	Schinken, gekocht
400 g	Schweinehackfleisch, fett
18 g	Pökelsalz (vom Metzger)
2 EL	Pistazien
1/4 l	Sahne
1 Msp	Piment
2 cl	Cognac
1 TL	Thymian, gerebelt
1 TL	schwarzer Pfeffer
1	Eigelb
	Salz,
	Frischhaltefolie, Backpapier

Mehl, Butter, Ei, Wasser und eine guten Prise Salz zu einem Teig verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie verpacken und 1 Stunde kühl stellen

Trompetenpilze 15 Minuten in lauwarmem Wasser einweichen, dann abtropfen und grob hacken.

Eine Kastenform mit Backpapier auslegen, den Teig dünn ausrollen und aufs Backpapier legen.

Den gekochten Schinken in 1 cm große Würfel schneiden. Pilze, Hackfleisch, Pökelsalz, Pistazien, Sahne, Piment, Cognac, Thymian und Pfeffer gut vermischen. Die Schinkenwürfel dazugeben und mindestens 15 Minuten gut verkneten.

Die Masse auf den Teig in der Kastenform geben, mit einer Teigbahn verschließen. Als Kamin zwei Löcher in die Teigabdeckung stanzen. Mit dem übrigen Teig kann man Verzierungen modellieren und auf dem Teigdeckel anbringen. Die Teigoberfläche mit verquirltem Eigelb bestreichen.

Die Pastete im 200 Grad heißen Ofen 40 Minuten backen. Wenn die Teigoberfläche zu dunkel wird, diese mit Alufolie abdecken. Nach dem Backen die Pastete etwas auskühlen lassen und lauwarm oder kalt aufschneiden.

Wochenthema: Pasteten

Fred Nowack Freitag, 06.02.04

Warme Sauerkrautpastetchen mit Zander

30 g	feine Speckwürfel
1	Zwiebel, fein geschnitten

300 g	Sauerkraut
1/4 l	Bouillon
1/4 l	Weißwein
3	Wacholderbeeren
1	Lorbeerblatt
200 g	Fischfond
200 ml	Sahne
250 g	Zanderfilet ohne Haut und Gräten
2 EL	Petersilie, fein gehackt
2	Blätterteigpastetchen
etwas	Blattpetersilie
	Salz, Pfeffer,
	Butterschmalz

Speck und Zwiebeln in etwas Butterschmalz anschwitzen. Das Sauerkraut mit Bouillon und die Hälfte des Weißweins zugeben. Wacholderbeeren und Lorbeerblatt hinzufügen und 45 Minuten kochen lassen.

Den Fischfond und den restlichen Weißwein um mehr als die Hälfte einkochen. Dann erst die Sahne dazugeben und nochmals etwas einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Zander in Würfel schneiden und in die kochende Sauce legen. Gehackte Petersilie zugeben, umrühren, vom Herd nehmen und abgedeckt noch 5 Minuten ziehen lassen. In der Zwischenzeit die Blätterteigpastetchen warm stellen.

Das Sauerkraut abschmecken und in der Mitte des Tellers anrichten.

Die Pastetchen zur Hälfte mit dem Zander ragout füllen und seitlich gekippt auf das Sauerkraut legen. Den Rest des Ragouts dazu anrichten. Mit Petersilienblättern garnieren.

Wochenthema: Indische Curry-Gerichte
Rainer Strobel Montag, 09.02.04

Hähnchencurry Madras

500 g	Hähnchenbrust
2	Schalotten, fein gehackt
2	Knoblauchzehen, gepresst
20 g	Ingwer, fein geschnitten
2 Stängel	Zitronengras, fein geschnitten
1	Chilischote
3 TL	Curry
1	vollreife Mango
200 ml	Kokosmilch, ungesüßt
etwas	frische Minze
	Salz, Pfeffer,

Erdnussöl

Die Hähnchenbrust in 3 cm breite Streifen schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in heißem Erdnussöl kurz anbraten. Schalotten, Knoblauch, Ingwer und Zitronengras ebenfalls mit anbraten. Die Chilischote fein schneiden, mit dem Currypulver zugeben und kurz anrösten. Die Mango schälen, vom Kern längs abschneiden und in 1 cm große Stücke würfeln. Die Kokosmilch durch ein Sieb in die Pfanne geben und alles 5 Minuten köcheln lassen. Am Ende Mango und frische Minze zugeben. Dazu passt ein frisch gekochter asiatischer Duftreis.

Wochenthema: Indische Curry-Gerichte
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 10.02.04

Linsencurry mit Tofu in Sesamkruste

2	Fleischtomaten
1	rote Paprika
2	Lauchzwiebeln
1	kleine Chilischote
100 g	Linsen, rot oder gelb
500 ml	Gemüsebrühe
1	Lorbeerblatt
1/2 TL	Cumin
1/2 TL	Kardamom
1/2 TL	Korianderpulver
1	Sternanis
1/4 Knolle	Ingwer, frisch gerieben
1/8 l	Kokosmilch, ungesüßt
1 TL	Kokosraspel
1/2 Bund	frischer Koriander
200 g	Tofu
1	Ei
etwas	Sesam, hell und dunkel Butterschmalz

Die Tomaten häuten und grob schneiden. Paprika, Lauchzwiebeln und Chilischote fein schneiden. Die Linsen in 300 ml Gemüsebrühe mit einem Lorbeerblatt weich kochen.

Paprikastücke in Butterschmalz anbraten. Wenn sie fast weich sind, Tomaten, Lauchzwiebeln, Chili, Cumin, Kardamom, Korianderpulver, Sternanis und Ingwer zugeben und kurz anbraten. Dann die Linsen zufügen, gut durchschwenken und mit Kokosmilch und restlicher Gemüsebrühe ablöschen. Kokosraspel und frischen Koriander zugeben und abschmecken.
Den Tofu in zwei Rechtecke schneiden, durchs verquirlte Ei ziehen, in Sesam wälzen und vorsichtig in einer Pfanne mit Butterschmalz braten.
Das Linsencurry anrichten und Tofu obenauf geben. Dazu Fladenbrot servieren.

Wochenthema: Indische Curry-Gerichte
Vincent Klink Mittwoch, 11.02.04

Kichererbsencurry

150 g	Kichererbsen
750 ml	Gemüsebrühe
4	Tomaten
1	Zwiebel, fein geschnitten
2	Kardamomkapseln
1/2	Chilischote, fein geschnitten
ca. 1 TL	Ingwer, frisch gerieben
1/2 TL	Kurkuma
etwas	Zimt, Kreuzkümmel, Korianderpulver, Chilipulver
etwas	frischer Koriander Pfeffer, Öl

Die Kichererbsen in einem Sieb unter fließendem Wasser waschen, dann in eine Schüssel geben, so viel heißes Wasser angießen, dass sie ca. 5 cm bedeckt sind und über Nacht einweichen lassen. Die Kichererbsen abgießen, in einen Topf mit Gemüsebrühe geben, aufkochen und zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 1 Stunde köcheln lassen.
In der Zwischenzeit die Tomaten häuten, entkernen und würfeln.
Zwiebel und Kardamomkapseln in einem Topf mit Öl anschwitzen, Tomatenwürfel, Chili und etwas Ingwer zugeben. Kurkuma untermischen und die gekochten Kichererbsen mit der Kochflüssigkeit zugeben. Zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 15 Minuten köcheln lassen. Mit Zimt, Kreuzkümmel, Koriander, Pfeffer, Ingwer und Chilipulver abschmecken.
Mit frischem Koriander garnieren und mit Duftreis oder indischem Fladenbrot servieren.

Wochenthema: Indische Curry-Gerichte
Vincent Klink Donnerstag, 12.02.04

Lammcurry

1	Zwiebel, fein gewürfelt
1	Knoblauchzehe, durchgepresst
1	rote Chilischote, entkernt und fein gehackt
1 TL	Ingwer, frisch gerieben
1 TL	Curcuma
1/2 TL	Kreuzkümmel, gemahlen
1/2 TL	Koriander, gemahlen
400 g	Lammfleisch, gewürfelt
200 g	Tomaten (aus der Dose), gewürfelt
200 g	Naturjoghurt
1 EL	frischer Koriander, fein geschnitten
	Salz, Chilipulver,
	Öl zum Anbraten

Zwiebel, Knoblauch, Chili, Ingwer, Curcuma, Kreuzkümmel und Koriander in einem Topf mit Öl kurz anschwitzen. Dann das Fleisch zugeben und bei starker Hitze anbraten. Salzen, die Tomaten untermischen und bei mittlerer Hitze zugedeckt ca. 1 Stunde schmoren. Dann nach und nach Joghurt untermischen und noch ca. 15 Minuten im offenen Topf schmoren lassen. Das Curry abschmecken und mit frischem Koriander bestreuen. Dazu Reis servieren.

Wochenthema: Köstliches aus dem Ofen
Rainer Strobel Montag, 16.02.04

Schweinebraten mit Zwiebel-Kräuterkruste

600-800 g Schweinekamm
2 Zweige Salbei
1/2 Bund Schnittlauch
1/2 Bund Majoran
1/2 Bund Petersilie
3 EL Senf
1 EL Olivenöl
1 TL Honig
4 Knoblauchzehen, fein gehackt
2 Schalotten, fein geschnitten
Salz, Pfeffer, gemahlener Kümmel

Den Schweinekamm, der nicht zu mager sein sollte, mit Salz, Pfeffer und gemahlenem Kümmel kräftig würzen. Alle Kräuter fein hacken. Senf, Kräuter, Olivenöl, Honig, Knoblauch und Schalotten gut vermischen und diese Paste ca. 1/2 cm dick auf den Schweinekamm streichen.

Das Fleisch in einen Bräter geben und mit 2 Tassen kaltem Wasser angießen. Im Ofen bei 160 Grad (Umluft) eine Stunde braten. Danach etwas ruhen lassen und aufschneiden. Dazu passt ausgezeichnet ein frischer Kartoffelsalat und ein grüner Salat.

Wochenthema: Köstliches aus dem Ofen
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 17.02.04

Moussaka

1 Aubergine
2 Fleischtomaten
1 Zwiebel, fein gewürfelt

300 g	Rinderhack
1	Lorbeerblatt
2 Zweige	Thymian
100 g	griechischer Feta
200 g	griechischer Naturjoghurt
2	Eier
	Salz, Pfeffer,
	Olivenöl

Die Aubergine der Länge nach in 5 mm starke Scheiben schneiden, salzen und 10-15 Minuten ziehen lassen.

Die Tomaten häuten, entkernen und würfeln.

Die gewürfelte Zwiebel in etwas Olivenöl anschwitzen, Hackfleisch, Lorbeerblatt und Thymianzweige zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 5 Minuten braten. Thymian und Lorbeerblatt wieder herausnehmen.

Die Auberginen abwaschen, trocken tupfen und in Olivenöl anbraten.

Auberginenscheiben, Hackfleisch und Tomatenwürfel abwechselnd in eine gefettete feuerfeste Form schichten. Den Feta zerkrümeln und mit einem Löffel Joghurt vermischen, restlichen Jogurt mit den Eiern vermischen und über die Hackmasse gießen. Den Käse darauf verteilen und im 180 Grad heißen Ofen (Ober-Unterhitze) 20 Minuten backen.

Wochenthema: Köstliches aus dem Ofen
 Vincent Klink Mittwoch, 18.02.04

Pfannkuchenauflauf

3	Eier
150 g	Mehl
1/2 l	Milch
2 EL	flüssige Butter
1	Zwiebel, fein gewürfelt
2	Knoblauchzehen, gepresst
2	Petersilienwurzeln, fein gewürfelt
2 kleine	Karotten, fein gewürfelt
1 kleiner	Brokkoli
1/2	Blumenkohl
200 ml	Gemüsebrühe
1 Zweig	Thymian
1 EL	Mehlbutter (Mehl und weiche Butter zu gleichen Teilen gemischt)
1 Bund	Petersilie, gehackt
	Pfeffer, Salz,
	Butterschmalz

2 Eier, Mehl, 1/4 l Milch und eine Prise Salz mit dem Handmixer oder dem Schneebesen gut verrühren. Zum Schluss 1 EL flüssige Butter untermixen.

In der Pfanne mit etwas Butterschmalz nach und nach aus dem Teig Pfannkuchen ausbacken. Zwiebel und Knoblauch in Butterschmalz glasig dünsten, Petersilienwurzel, Karotten, Brokkoli- und Blumenkohlröschen zugeben. Mit Gemüsebrühe und restlicher Milch aufgießen, Thymian zugeben und 10 Minuten köcheln lassen. Mit Mehlbutter das Gemüseragout binden. Petersilie untermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Topf vom Herd nehmen und das restliche Ei unterziehen. In einer gebutterten Auflaufform Pfannkuchen und Gemüseragout schichtweise einfüllen. Mit Pfannkuchen enden. Diesen mit flüssiger Butter bestreichen und im 180 Grad heißen Ofen 15 Minuten backen.

Wochenthema: Köstliches aus dem Ofen
Vincent Klink Donnerstag, 19.02.04

Gedeckter Sauerkrautkuchen

Für den Teig:

250 g	Mehl
250 g	Schichtkäse
250 g	Butter
1 Prise	Salz

Mehl zum Ausrollen, Butter zum Ausfetten,
Frischhaltefolie

Für die Füllung:

3	Zwiebeln, fein gewürfelt
1	Knoblauchzehe, gepresst
4	Eier
1/4 l	Sahne
300 g	Sauerkraut, frisch vom Fass
1 EL	Bio-Gemüsebrühe (Instant)
1 TL	schwarzer Pfeffer
1 TL	Kümmel, geschrotet
1 Msp	Muskatnuss
1	Eigelb
2 EL	Milch
	Butter

Mehl, Schichtkäse, Butter und eine Prise Salz auf ein Backbrett geben und mit einem großen Messer vermischen und durchhacken. Erst möglichst spät mit den Händen zu einem glatten Teig kneten. Die Teigkugel in Folie wickeln und eine Stunde kalt stellen.

Die Zwiebeln und den Knoblauch in Butter anschwitzen. In eine Schüssel umfüllen und mit Eiern, Sahne, Gemüsebrühepulver, Pfeffer, Kümmel und Muskat gut vermischen. Zuletzt das Sauerkraut unterheben. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig 1 cm dick ausrollen, halbieren und

übereinander legen. Den Teig nochmals ausrollen, wieder übereinander falten und anschließend ungefähr 3 mm dick ausrollen.

Eine Springform ausbuttern und mit dem Teig auslegen. Etwas Teig zum Abdecken beiseite legen. Die Sauerkrautmasse auf den Teig geben, mit der Teigplatte abdecken, die Ränder gut verschließen. In der Teigmitte ein Loch von 3 cm Durchmesser ausschneiden. Das Eigelb mit Milch verquirlen und die Teigoberfläche damit einstreichen. Im 200 Grad (Ober-Unterhitze) heißen Ofen den Kuchen ca. 30 Minuten backen.

Wochenthema: Köstliches aus dem Ofen
Otto Koch Freitag, 20.02.04

Gemüse-Fisch-Lasagne

50 g	getrocknete Tomaten
200 g	Tomaten
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
1 EL	Tomatenmark
200 g	weißes festes Fischfilet, (Zander, Heilbutt, etc.)
1 EL	Butter
1 EL	Mehl
1/4 l	Milch
einige	Lasagne-Nudelplatten
80 g	Parmesan, frisch gerieben
1/2 Bund	Petersilie, fein gehackt
Salz, Pfeffer,	Olivenöl

Getrocknete Tomaten fein hacken und in 100 ml Wasser eine Stunde einweichen. Die Tomaten häuten, entkernen und in Würfel schneiden. Die Schalotten und den gepressten Knoblauch in Olivenöl anschwitzen und die Tomatenwürfel zugeben. Tomatenmark und getrocknete Tomaten samt dem Einweichwasser hinzufügen. Eventuell etwas Wasser zugeben. Den Fisch sehr fein schneiden, in die Sauce geben. Kurz unter ständigem Rühren ziehen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für die Bechamelsauce Butter und Mehl anschwitzen, mit einem Schneebesen die Milch unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen und einige Minuten kochen lassen.

Eine Auflaufform ausbuttern, etwas Bechamelsauce angießen und mit Lasagne-Nudelplatten auslegen. Mit einer Schicht Tomaten-Fischsauce bestreichen, etwas Bechamel darüber gießen. Darüber etwas Käse und gehackte Petersilie streuen. Darauf wieder eine Nudelplatte geben und wie beschrieben weiter schichten. Mit einer Nudelplatte abschließen. Diese mit Bechamelbestreichen und mit Käse bestreuen, im Backofen bei 220 Grad (Ober-Unterhitze) backen. Wenn die Oberfläche Farbe bekommen hat, die Hitze auf 190 Grad reduzieren. Insgesamt ca. 25 Minuten die Lasagne im Ofen garen.

Wochenthema: Faschnachts- und Fastenküche
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 24.02.04

Tiroler Faschingskrapfen

100 ml	Weißwein
350 ml	Apfelsaft
50 g	Butter
400 g	Mehl
1	Zitrone (unbehandelt)
6 EL	Obstler
30 g	Hefe
2	große Äpfel
	Zucker, Zimt, Puderzucker, Salz, Frittierfett

Wein, 100 ml Apfelsaft und Butter in einem Topf erwärmen, vom Herd ziehen, wenn die Butter geschmolzen ist. Mit einem Holzlöffel das Mehl zu einem glatten Teig einrühren. Die Zitronenschale abreiben und mit einer Prise Salz, Zimt und Schnaps zum Teig geben. Die Hefe in 2 EL warmem Wasser auflösen und gut unter den Teig kneten, diesen abdecken und 1 Stunde gehen lassen. Mit einem Esslöffel aus dem Teig Krapfen abstechen und im heißen Fett ausbacken, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit Puderzucker bestreuen.

Für das Kompott die Äpfel schälen und in Stücke schneiden. In einem großen flachen Topf 1 EL Zucker karamellisieren lassen, mit 1/4 l Apfelsaft und der gleichen Menge Wasser ablöschen. Die Früchte weich kochen und zu den Krapfen servieren.

Wochenthema: Faschnachts- und Fastenküche
Vincent Klink Mittwoch, 25.02.04

Spinat-Maultaschen

Für den Teig:

200 g Mehl
3 Eier
1 TL Olivenöl
1 Prise Salz
Mehl zum Ausrollen,
Frischhaltefolie

Für die Füllung:

1 Brötchen vom Vortag
ca. 50 ml Milch
400 g Spinat
2 Zwiebeln, fein geschnitten
1 Knoblauchzehe, gepresst
2 EL Petersilie, fein gehackt
2 Eier
3 EL Parmesan, frisch gerieben
1 Brötchen vom Vortag, gerieben
1 Eigelb
Salz, Pfeffer, Muskat, Butter

Für den Teig das Mehl auf ein Brett häufen oder in eine Schüssel geben, in der Mitte eine Mulde eindrücken. Die Eier, Öl und eine Prise Salz zugeben und das Ganze zu einem Teig kneten. Den Teig in Frischhaltefolie einpacken und ca. 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Für die Füllung das Brötchen in Scheiben schneiden, mit etwas heißer Milch begießen und einweichen (am besten Schüssel mit einem Deckel abdecken). Den Spinat blanchieren, abschütten, gut ausdrücken und fein hacken. Zwiebeln, Knoblauch und Petersilie in einer Pfanne mit Butter gut anschwitzen. Zu den Brötchen geben, Spinat, Eier, Parmesan und geriebenes Brötchen zugeben. Mit Pfeffer, Salz und Muskat würzen und alles gut durchmengen

Mit einer Nudelmaschine oder einem Nudelholz den Teig sehr dünn ausrollen und in 10 cm lange Rechtecke schneiden. Auf die Hälfte der Rechtecke Spinatfarce geben, die Ränder mit etwas verquirltem Eigelb bepinseln und mit einem weiteren Teigstück abdecken. Die Ränder gut andrücken und mit der flachen Hand die Maultaschen platt drücken, damit sich die Füllung gut verteilt. In leicht kochendem Salzwasser die Maultaschen ca. 5 Minuten ziehen lassen.

Wochenthema: Faschnachts- und Fastenküche

Vincent Klink Donnerstag, 26.02.04

Rotbarschküchle im Wirsingblatt

1/2 Wirsingkopf
350 g Rotbarsch
1 Knoblauchzehe, gepresst
50 g Lauch, gewürfelt
3 EL Sahne
1 Ei
1 Brötchen vom Vortag, gerieben
Salz, Pfeffer,
Butterschmalz

Vom Wirsing die äußeren unschönen Blätter entfernen. 6-8 der darunter liegenden großen Blätter vorsichtig lösen, die Mittelrippe ausschneiden und die Blätter in Salzwasser blanchieren.

Herausnehmen und gut abtropfen lassen. Vom restlichen Kohlkopf den Strunk entfernen und die Blätter klein hacken. Rotbarsch klein schneiden. In einer Pfanne mit Butterschmalz ca. 100 g Wirsing, Knoblauch und Lauch anschwitzen, Fisch dazugeben, eine Minute garen, dann die Pfanne vom Herd nehmen. Die Masse mit Salz und Pfeffer würzen, etwas abkühlen lassen. Dann Sahne und Ei untermischen und mit Brotbröseln binden.

Die Füllung auf den Wirsingblättern verteilen, jedes Wirsingblatt zusammenschlagen, dann mit einem Tuch umhüllen und fest zu einer Kugel drehen. Die Kugeln etwas platt drücken und in einer Pfanne mit Butterschmalz langsam von beiden Seiten braten.

Wochenthema: Faschnachts- und Fastenküche
Otto Koch Freitag, 27.02.04

Gemüse-Kräuter-Suppe unter der Blätterteighaube

1 l	Gemüsebrühe
50 g	getrocknete Pilze, in Wasser eingeweicht
100 g	Zwiebeln, grob gewürfelt
100 g	Sellerie, grob gewürfelt
100 g	Karotten, grob gewürfelt
100 g	Lauch, grob gewürfelt
100 g	Petersilienwurzel, grob gewürfelt
100 g	getrocknete Tomaten, gehackt
1 Zweig	Thymian
1 Zweig	Rosmarin
3	Lorbeerblätter
8	Pfefferkörner, zerstoßen
je 1 EL	Petersilie, Schnittlauch, Kerbel, Basilikum, fein gehackt
150 g	Blätterteig
1	Eigelb
	Salz, Pfeffer

In einem großen Topf die Brühe und den Einweichfond der Pilze mit den Gemüsewürfeln, den Kräuterzweigen, Lorbeerblättern, Pfefferkörnern und etwas Wasser aufkochen und 30 Minuten köcheln lassen.

Dann durch ein Tuch passieren, abschmecken und kalt stellen.

Die Suppentassen am äußeren Rand mit Eigelb bepinseln, Pilze in die Tassen verteilen. Mit der Suppe zu drei Viertel füllen. Die gehackten Kräuter darauf verteilen.
Vom Blätterteig so große Scheiben ausstechen, dass sie rund um die Suppentassen 1 cm hinaus stehen. Die Teigplatten auf die Tassen setzen, den Rand nach unten klappen und festdrücken. Die Teigoberfläche mit verquirltem Eigelb bepinseln und im Ofen bei 220 Grad 25 Minuten backen. Die Suppe mit dem Teigdeckel ganz heiß servieren.

ARD-Buffer Rezepte März 2004

Wochenthema: Kochen mit Ingwergewächsen
Rainer Strobel Montag, 01.03.04

Gedämpfter Rotbarsch mit Ingwer und Zitronengras

1	Möhre
1/2	Sellerieknolle
1 Stange	Lauch
2	Knoblauchzehen
ca. 1/4	Ingwerknolle
1	Chilischote
1 Stängel	Zitronengras
400 g	Rotbarschfilet
200 ml	Weißwein
3 EL	Sojasauce
etwas	Zitronensaft
1 Bund	frischer Koriander, gehackt
	Salz, Pfeffer, Zucker

Möhre, Sellerie und Lauch putzen und in sehr feine, 4 cm lange, Streifen schneiden. Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Die Chilischote entkernen und fein schneiden. Vom Zitronengras das Holzige entfernen, den Rest in feine Ringe schneiden. Fischfilet entgräten und mit Salz und Pfeffer würzen. In einen Topf (mit passendem Dämpfeinsatz) Weißwein (2 EL davon aufbewahren), 1 EL Sojasauce, etwas vom Knoblauch, Ingwer, Chili und das Zitronengras hinzufügen. Den Dämpfeinsatz darauf geben, die Gemüsestreifen darin verteilen und das Fischfilet oben auflegen. Zugedeckt ca. 10 Minuten dämpfen.

Aus 2 EL Weißwein, Sojasauce, Zitronensaft, restlichem Knoblauch, Ingwer, Chili und 2 TL Zucker eine Sauce anrühren.

Den Fisch mit dem Gemüse anrichten, ein paar Tropfen von der Sauce darüber träufeln und mit frischem Koriander bestreuen. Dazu Basmatireis servieren.

Wochenthema: Kochen mit Ingwergewächsen

Stefan Manier, Restaurant „Ars Vivendi“ im Hotel Jagdhof Glashütte , Bad Laasphe Dienstag, 02.03.04

Curry-Soufflé mit Orangen-Ingwer-Ragout

1	Vanilleschote
200 g	Speisequark (20 %)
2	Eigelb
1 EL	mildes Currypulver
3	Eiweiß
1 EL	Butter
4	Orangen
4 Stücke	eingelegter Ingwer mit Sirup
1 Spritzer	Thymianessig
1 EL	kalte Butterwürfel
	Zucker, Salz

Die Vanilleschote aufschneiden und das Mark herausstreichen. Quark mit Eigelb, Vanillemark und Curry verrühren. Das Eiweiß steif schlagen, dabei nach und nach 4 EL Zucker unterziehen. Eischnee unter die Quarkmasse heben. 4 Souffléformen oder Kaffeetassen mit insgesamt 1 EL Butter und 1 EL Zucker vollständig auskleiden und die Soufflémasse einfüllen.

Im vorgeheizten Backofen bei 210 Grad im Wasserbad (Wasserhöhe ca. 2 cm) 20 Minuten backen. Währenddessen die Orangen schälen und filetieren, dabei den Saft auffangen. 2 EL Zucker in einer Pfanne karamellisieren und mit Orangensaft, 1 EL Ingwersirup und dem Essig ablöschen. Die Flüssigkeit einkochen lassen, eine Prise Salz hinzufügen. Den Ingwer in Scheiben schneiden und dazugeben. Die Orangenfilets dazugeben und die kalte Butter einschwenken. Zum Anrichten das Orangen-Ingwer-Ragout auf Tellern verteilen. Soufflés vorsichtig darauf stürzen und servieren.

Wochenthema: Kochen mit Ingwergewächsen
Vincent Klink Mittwoch, 03.03.04

Ingwerhähnchen

1	kleines frisches Hähnchen
2	Tomaten
1 Stange	Staudensellerie
1	Zucchini
1	Fenchelknolle
1	Zwiebel, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 Msp	Kreuzkümmel
1/2 EL	Ingwerpulver
2	Schalotten, fein geschnitten
1 Zweig	Thymian
1/8 l	Sahne
1/8 l	Hühnerbrühe
	Salz, Pfeffer, Mehl, Olivenöl

Vom Hähnchen Brust und Keulen lösen. Tomaten, Staudensellerie, Zucchini und Fenchel in ca. 2 cm große Würfel schneiden.

In einem Topf mit Olivenöl die Zwiebel anschwitzen, die Hähnchenkeule zugeben und von allen Seiten ca. 10 Minuten braten. Dann die Hähnchenbrüste und Knoblauch hinzufügen, mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel würzen. Hähnchenteile noch ca. 10 Minuten weitergaren, mit Ingwerpulver bestäuben und abschmecken.

Für das Gemüse die Schalotten in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen, Staudensellerie und abgezupfte Thymianblättchen zugeben. 2 Minuten später Fenchel, nach weiteren 2 Minuten Zucchini hinzufügen und das Gemüse gut anschwitzen. Anschließend mit Mehl bestäuben und mit Sahne und Brühe aufgießen. Einmal kurz aufkochen lassen, Tomaten untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Hähnchen mit dem Gemüse anrichten und servieren.

Wochenthema: Kochen mit Ingwergewächsen
Vincent Klink Donnerstag, 04.03.04

Jüdische Entensuppe

1/2	Ente
-----	------

Die Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten scharf anbraten und durchziehen lassen. Dann lauwarm fein schneiden bzw. hacken. Schalotten fein schneiden, Knoblauch, Galgant und Koriander fein hacken. Die Kaffirlimettenblätter in feine Streifen, die Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Den rohen Reis in einer heißen Pfanne trocken rösten, bis er goldbraun ist, anschließend im Mörser leicht zerstoßen. Dann alles zusammen mischen und mit Fischsauce, Zitronensaft und Chilipulver abschmecken. Den La Ped-Salat in die Kopfsalatblätter einwickeln und anrichten.

Wochenthema: Hackfleisch-Köstlichkeiten
Rainer Strobel Montag, 08.03.04

Königsberger Klopse

1	Brötchen vom Vortag
2	Sardellenfilets
1	Zwiebel, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
400 g	Hackfleisch, gemischt
1	Ei
1/4 Bund	Petersilie, gehackt
1	Schalotte, fein geschnitten
100 ml	Weißwein
1/4 l	Rinderbrühe
1 TL	Senf
1 EL	kleine Kapern
100 g	Sahne, geschlagen
Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, Butter	

Das Brötchen in warmem Wasser einweichen. Die Sardellenfilets fein hacken. Zwiebel und Knoblauch in einer Pfanne mit Butter anschwitzen. Hackfleisch mit Zwiebel, Knoblauch, Sardellen, Ei, Petersilie und dem ausgedrückten Brötchen gut vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken. Mit feuchten Händen aus der Hackfleischmasse Klopse formen und diese im kochenden Salzwasser ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Für die Sauce die Schalotte in einem Topf mit Butter glasig anschwitzen, mit Wein auffüllen und diesen fast einkochen lassen. Mit Brühe aufgießen, Senf und Kapern zugeben. Mit Salz und Pfeffer

abschmecken und 5 Minuten köcheln lassen. Kurz vor dem Servieren die geschlagene Sahne unterziehen.
Die Klopse in der Sauce anrichten. Dazu Kartoffeln und einen frischen Blattsalat servieren.

Wochenthema: Hackfleisch-Köstlichkeiten
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 09.03.04

Orangen-Reis mit Mandel-Hackbällchen

2 Tassen	Basmatireis
1	Brötchen vom Vortag
2	Orangen, unbehandelt
300 g	Rinderhackfleisch
10	Mandeln, abgezogen und gehackt
1	Schalotte, fein geschnitten
2	Lauchzwiebeln, fein geschnitten
	Zucker, Salz, Pfeffer, Butterschmalz zum Anbraten

Den Reis in Salzwasser bissfest kochen, anschließend abschütten. Das Brötchen in Wasser einweichen. Die Orangen gut abwaschen und dünn mit einem Sparschäler schälen. Die Schale in dünne Streifen schneiden und in Wasser blanchieren, damit sich die stärksten Bitterstoffe lösen. Anschließend in Wasser mit 2 EL Zucker weich kochen.

Die Orangen nun großzügig schälen und die Orangenfilets auslösen.

Das Hackfleisch mit dem gut ausgedrückten Brötchen, den Mandeln und der Schalotte vermischen, eventuell ein wenig Orangenwasser zugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse walnussgroße Bällchen formen und diese in einer Pfanne mit Butterschmalz braten.

Lauchzwiebeln in einer Pfanne mit Butterschmalz anbraten, den Reis und die Orangenschalen zugeben und 2-3 Minuten schwenken.

Die Orangenfilets kurz vor dem Servieren zu den Hackbällchen hinzufügen, das Fett abgießen und dann alles über den Reis geben.

Wochenthema: Hackfleisch-Köstlichkeiten

Vincent Klink

Mittwoch, 10.03.04

Gefüllter Chicorée im Schweinenetz

1	Brötchen vom Vortag
ca. 100 ml	Milch
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein gehackt
1/2 Bund	Petersilie, fein gehackt
2 Zweige	Thymian, fein gehackt
250 g	Hackfleisch vom Schweinehals
1 TL	scharfer Senf
1	Ei
1	Lauchzwiebel, fein geschnitten
2	Chicorée
1	kleine Zwiebel, fein geschnitten
1/8 l	Gemüsebrühe
ca. 150 g	Schweinenetz
	Zucker, Puderzucker,
	Salz, Pfeffer,
	Butterschmalz, Olivenöl

Das Brötchen in feine Scheiben schneiden und in etwas heißer Milch einweichen.

Schalotten in einer Pfanne mit Butterschmalz anschwitzen, Knoblauch, Petersilie und Thymian untermischen und die Pfanne vom Herd ziehen. Hackfleisch mit Senf, Ei, Lauchzwiebeln, ausgedrücktem Brötchen und Schalotten-Kräuter-Mischung gut vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Chicorée entblättern und die großen, äußeren Blätter in kochendem Salzwasser mit einer Prise Zucker kurz blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Das Innere vom Chicorée (bis auf den Strunk) fein würfeln und mit der Zwiebel in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen, mit Puderzucker bestäuben, diesen karamellisieren lassen und mit Gemüsebrühe ablöschen. Dann in eine Auflaufform umfüllen.

Die blanchierten Chicoréeblätter mit der Hackmasse füllen und jedes Blatt mit Schweinenetz umwickeln. Die gefüllten Chicoréeblätter auf den Fond in der Auflaufform setzen und im 180 Grad (Ober-Unterhitze) heißen Ofen ca. 15-20 Minuten garen.

Wochenthema: Hackfleisch-Köstlichkeiten

Vincent Klink

Donnerstag, 11.03.04

Sesam-Lamm-Bällchen

3 Scheiben	Kastenweißbrot, gewürfelt
80 ml	Milch
200 g	Zwiebeln, fein gewürfelt
1/2 Bund	Blattpetersilie, fein gehackt
400 g	Lammhackfleisch
2	Knoblauchzehen, gepresst
2	Eier
1 EL	Paprikapulver
2 EL.	Senf, scharf
3 EL	Curry
2 Zweige	Thymian, gehackt
etwas	Sesam
1	Schalotte, gewürfelt
4	Tomaten, klein gewürfelt
3 EL	Tomatenmark
2	rote Chilischoten, fein gehackt
1/2 l	Gemüsebrühe
2 EL	Honig (wenn möglich Kastanienhonig)
2 EL	weißer Balsamico
	Mehl, Zucker,
	Pfeffer, Salz,
	Olivenöl,
	Butterschmalz, Erdnussöl

Das Weißbrot in der heißen Milch einweichen. Die Zwiebelwürfel in Butterschmalz dünsten, Pfanne vom Herd ziehen und Petersilie untermischen. Lammhack mit eingeweichtem Brot, einer gepressten Knoblauchzehe, einem Ei, Paprikapulver, Senf, 1 EL Curry, Thymian und Zwiebeln mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Masse kleine Bällchen formen, diese in Mehl wenden, durchs verquirlte Ei ziehen und zum Panieren in Sesam wälzen. In reichlich Erdnussöl die Bällchen ausbacken. Für den Dip Schalotte in Olivenöl anschwitzen, Tomaten, Tomatenmark, Knoblauch und Chili zugeben. Mit Gemüsebrühe ablöschen, Honig, restlichen Curry und Essig untermischen und gut einkochen lassen. In eine Schüssel umfüllen, mit 1 EL Olivenöl vermischen, mit Essig, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Wochenthema: Hackfleisch-Köstlichkeiten
Otto Koch Freitag, 12.03.04

Entenfrikadellen mit Blaukraut

4	entbeinte Entenkeulen mit Haut
1	Zwiebel, fein geschnitten
300 g	Blaukraut, in feine Streifen geschnitten
3 EL	Balsamico
250 ml	Rotwein, trocken
1	mürber Apfel (z. B. Boskop)

1	Lorbeerblatt
2 EL	Preiselbeeren
1	Brötchen vom Vortag
etwas	Milch zum Einweichen
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein gehackt
1/4 Bund	Petersilie, fein gehackt
1/4 l	Kalbsfond
1 EL	kalte Butter
	Salz, Pfeffer,
	Butterschmalz, Öl

Die Zwiebel in einem Topf mit Butterschmalz anschwitzen. Blaukraut und Balsamico zugeben und gut vermischen. Mit 150 ml Rotwein ablöschen. Den Apfel schälen, vierteln und zugeben. Lorbeerblatt und etwas Salz hinzufügen und ca. 20 Minuten bei geschlossenem Deckel garen, dabei immer wieder umrühren. Preiselbeeren untermischen und weitere 15 Minuten garen.

Das Brötchen in dünne Scheiben schneiden und in etwas warmer Milch einweichen. Das Entenfleisch mit Haut durch die feinste Scheibe des Fleischwolfs drehen und mit dem eingeweichten Brötchen, Schalotten, Knoblauch und Petersilie gut vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse Frikadellen formen und diese in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten anbraten, dann bei geringerer Hitze ziehen lassen.

Den Kalbsfond mit restlichem Rotwein einkochen und mit kalter Butter binden.

Das Blaukraut abschmecken. Die Frikadellen mit der Sauce und dem Blaukraut anrichten. Dazu passen Salzkartoffeln.

Wochenthema: Kochen mit Milch, Quark, Käse und Co.
Rainer Strobel Montag, 15.03.04

Kräuter-Frischkäse-Ravioli

250 g	Hartweizendunst (grobes Hartweizenmehl)
4	Eier
1 EL	Olivenöl, kalt gepresst
1 Bund	Basilikum
1/2 Bund	Petersilie
2	Eigelb
200 g	Frischkäse
120 ml	Sahne
1	Schalotte, fein geschnitten
100 ml	Gemüsebrühe
2-3 Bund	Rucola
	Salz, Pfeffer,
	Butter,
	Frischhaltefolie

Für den Teig Hartweizendunst mit 3 Eiern, Olivenöl und einer Prise Salz zu einem glatten Teig verkneten, in Frischhaltefolie verpackt eine Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Für die Füllung die Kräuter fein hacken und mit Eigelb unter den Frischkäse rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Teig dünn ausrollen und Kreise von 4-5 cm Durchmesser ausstechen. 1 Ei mit 3 EL Sahne verquirlen. Je 1 TL Kräuterkäse auf die Hälfte der Teigkreise setzen. Die Ränder mit dem verquirlten Ei einstreichen. Mit einem Teigkreis abdecken und die Ränder fest andrücken.

Die Ravioli in kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten garen.

Für die Sauce die Schalotte in Butter anschwitzen, mit Brühe und Sahne aufgießen und um die Hälfte einkochen lassen. Anschließend zusammen mit dem Rucola in einen Mixer geben, aufschlagen und abschmecken. Die Ravioli mit der Sauce anrichten.

Wochenthema: Kochen mit Milch, Quark, Käse und Co.
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 16.03.04

Kräuterquarkmousse mit Rohkostsalat

2 Blatt	Gelatine
1	Eigelb
3 EL	Milch
1	Tomate
1	Knoblauchzehe
10	schwarze Oliven, kernlos
250 g	Magerquark
50 g	Sahne, geschlagen
1/4 Bund	Schnittlauch
1/4 Bund	Blattpetersilie
1/4 Bund	Estragon
1/4 Bund	Dill
1	Ei
1	kleine Gurke
1 Stange	Staudensellerie
1/2	Romanasalat
	Zitronensaft,
	Salz, Pfeffer,
	Olivenöl

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Das Eigelb mit Milch über dem Wasserbad aufschlagen, bis eine helle feste Masse entstanden ist, darin die eingeweichte Gelatine auflösen. Die Tomate häuten, entkernen und in Würfel schneiden. Den Knoblauch in etwas Olivenöl pürieren, die Oliven ebenfalls in etwas Olivenöl pürieren. Den Quark glatt rühren, mit Salz, Pfeffer und Knoblauch abschmecken. Pürierte Oliven und Tomatenwürfel zugeben, mit der Eimasse verrühren und die geschlagene Sahne darunter ziehen. Die Kräuter fein hacken, unter die Quarkmasse mischen und kalt stellen. Das Ei wachweich kochen.

Gurke, Staudensellerie und Romanasalat in Streifen schneiden und mit Salz, Pfeffer und etwas Olivenöl mischen. Nach Belieben noch etwas Zitronensaft untermischen.
Die Quarkmousse auf Teller verteilen, je ein halbes Ei und etwas Gemüsesalat dazugeben und servieren.

Wochenthema: Kochen mit Milch, Quark, Käse und Co.
Vincent Klink Mittwoch, 17.03.04

Glarner Knöpfe mit gerösteten Birnen

200 g	Mehl
1	Schabzieger Käse, fein gerieben
6-8	Eier
2	reife Birnen
2 EL	Honig (wenn möglich Kastanienhonig)
etwas	Zitronensaft
4 cl	Birnenschnaps
	Salz, Pfeffer aus der Mühle,
	Butter, Frischhaltefolie

Mehl, eine Prise Salz und geriebenen Käse in eine Schüssel geben, die Eier aufschlagen und das Ganze mit einem großen Kochlöffel zu einem glatten Teig rühren. Mit einer Frischhaltefolie abgedeckt 30 Minuten ruhen lassen.

Die Birnen schälen, halbieren und das Kerngehäuse ausstechen. Birnenhälften in einer Pfanne mit Butter goldbraun braten. Honig, Zitronensaft, Birnenschnaps und etwas Pfeffer untermischen und die Flüssigkeit sirupartig einkochen.

Für die Knöpfe den Teig in ein grobes Sieb geben und diesen ins kochende Salzwasser tropfen lassen. Die gegarten Knöpfe mit einem Sieblöffel aus dem Topf nehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. In einer Pfanne mit Butter die Knöpfe warm schwenken, mit den Birnen anrichten und den Sirup über die Birnen träufeln.

Wochenthema: Kochen mit Milch, Quark, Käse und Co.
Vincent Klink Donnerstag, 18.03.04

Topfenknödel mit Bergkäse

500 g	Topfen (Quark)
1 EL	Speisestärke
30 g	weiche Butter
2	Eigelb
100 g	Brötchen vom Vortag, gerieben
1/2	Zitrone, unbehandelt
2 EL	Bärlauch, fein gehackt
2 EL	Mehl
400 ml	Milch
1 TL	Gemüsebrühe (Instant-Pulver)
80 g	Bergkäse, gewürfelt
	Salz, Pfeffer, Muskat,
	Butter

Den Topfen sehr gut ausdrücken, er muss ganz trocken bzw. fast bröselig sein. Speisestärke mit 2 EL Wasser anrühren. Weiche Butter mit Eigelb schaumig schlagen. Topfen, Stärke, Brotbrösel und etwas abgeriebene Zitronenschale unter die schaumige Butter rühren. Fein gehackten Bärlauch untermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Aus der Masse Knödel formen und diese in siedendem Salzwasser gar ziehen lassen. Für die Sauce 2 EL Butter in einem Topf zerlassen, Mehl zugeben. Unter Rühren die Milch hinzufügen (Vorsicht Klümpchen!) und aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Gemüsebrühepulver würzen. Den Topf vom Herd ziehen, die Käsewürfel untermischen und zu den Topfenknödeln servieren.

Wochenthema: Kochen mit Milch, Quark, Käse und Co.

Otto Koch

Freitag, 19.03.04

Ziegenfrischkäseflan mit Kartoffel-Paprika-Sauce

250 g Ziegenfrischkäse
1 Ei
1-2 EL Sahne
1 Kartoffel, gekocht
1 rote Paprika
2 EL Essig
4 EL Olivenöl
1/4 Bund Petersilie, gehackt
Semmelbrösel,
Salz, weißer Pfeffer,
Butter

Den Ziegenfrischkäse über Nacht in einem Tuch abtropfen lassen. Den abgetropften Käse mit dem Ei vermischen und evtl. etwas Sahne zugeben, falls der Käse zu trocken ist. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Soufflécöffchen ausbuttern und mit Semmelbröseln austreuen. Die Käsemasse einfüllen und im Ofen bei 180 Grad etwa 20 Minuten backen. Kartoffel und Paprika fein würfeln. Essig, Öl, Salz, Pfeffer und Petersilie zu einer Vinaigrette mischen. Kartoffel- und Paprikawürfel mit der Sauce vermischen. Die Frischkäseflans stürzen und mit Kartoffel-Paprika-Vinaigrette umgießen.

Wochenthema: Frühlingserwachen in der Küche

Iris Precht-Hallé Montag, 22.03.04

Parfait von grünem Spargel mit Tomaten-Spargel-Vinaigrette

3 Blatt Gelatine
300 g grüner Spargel
1/2 l Gemüsebrühe
50 g flüssige Butter
100 g Sahne

etwas Zitronensaft
 2 EL Olivenöl
 1/8 l Gemüsebrühe für die Vinaigrette
 3 EL Balsamico
 1 EL Estragon, fein gehackt
 2 Tomaten, geschält, entkernt und gewürfelt
 Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, Zucker

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Vom Spargel die Köpfe und die Stiele abschneiden. Den mittleren Teil in Scheiben schneiden und in der Gemüsebrühe weich kochen. Den unteren Teil vom Stiel schälen und mit den Spargelköpfen weich kochen, zum Auskühlen herausnehmen und beiseite stellen.

Die Spargelscheiben im Mixer fein pürieren, 2 EL Spargelpüree zur Seite stellen. Den Rest zusammen mit der flüssigen Butter und der ausgedrückten Gelatine pürieren, in eine Schüssel geben, leicht angeschlagene Sahne unterheben und mit Salz, Zucker, etwas Zitronensaft und Cayennepfeffer würzen. Die Masse in kleine Förmchen füllen und gut durchkühlen.

Für die Vinaigrette Olivenöl, Gemüsebrühe, Balsamico und pürierten Spargel gut verrühren. Von den Stielenden dünne Scheiben abschneiden und diese in die Vinaigrette geben. Estragon und Tomatenwürfel hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Parfait auf einen Teller stürzen, die Spargelköpfe anrichten und die Vinaigrette drum herum verteilen.

Wochenthema: Frühlingserwachen in der Küche
 Jacqueline Amirfallah Dienstag, 23.03.04

Törtchen von jungem Spinat auf Spinatsalat

2 Scheiben	Toastbrot
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gehackt
300 g	junger Spinat
100 g	Schafskäse
1 EL	Schmand oder saure Sahne
1	Eigelb
1 EL	Senf, scharf
3 EL	Olivenöl
1 EL	weißer Balsamico
1/2 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Butter

Das Toastbrot zurechtschneiden, von beiden Seiten dünn buttern und in je ein Muffinförmchen drücken.

Schalotte und Knoblauch in einer Pfanne mit Butter anschwitzen, die Hälfte des Spinats zugeben und zusammenfallen lassen. Alles aus der Pfanne nehmen, ausdrücken und fein hacken. Schafskäse mit

Schmand, Eigelb, etwas Salz und Pfeffer gut vermischen, dann den gehackten Spinat darunter ziehen. Diese Masse auf die Toastscheiben geben und 10 Minuten bei 180 Grad backen. In der Zwischenzeit aus Senf, Olivenöl und Balsamico eine Vinaigrette rühren, die restlichen Spinatblätter darin marinieren, mit Schnittlauch bestreuen. Die Spinattörtchen mit dem Salat anrichten.

Wochenthema: Frühlingserwachen in der Küche
Vincent Klink Mittwoch, 24.03.04

Kräutersuppe mit Kartoffeln

300 g	Kartoffeln, mehlig kochend
2	Schalotten, fein geschnitten
50 g	gerauchter Bauchspeck, fein gewürfelt
1/4 l	Fleischbrühe
1/4 l	Milch
1 Bund	gemischte Kräuter (z.B. Bärlauch, Wiesenlöwenzahn, Liebstöckel, Brunnenkresse, Schnittlauch, Estragon)
2 Scheiben	Kastenweißbrot
	Salz, Pfeffer, Muskat, Butter

Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Schalotten und Speckwürfel in einer Pfanne mit etwas Butter anschwitzen, Kartoffelscheiben hinzufügen, kurz anschwitzen und mit Brühe und Milch auffüllen. Die Kartoffeln weich kochen, anschließend fein pürieren. Die Kräuter grob hacken, zur Suppe geben und noch mal gut durchmischen.

Die Brotscheiben würfeln und in einer Pfanne mit Butter rösten.

Die Suppe mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskat abschmecken und mit den Brotroutons anrichten.

Wochenthema: Frühlingserwachen in der Küche
Vincent Klink Donnerstag, 25.03.04

Lachs in Sauerampfersauce

2	Lachsfilets à 200 g
1	Schalotte, fein gewürfelt
1/8 l	Fischfond
2	Eigelb
2 EL	braune, flüssige Butter
1 Bund	Sauerampfer, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Butter

Die Lachsfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Butter bei geringer Hitze von beiden Seiten je 3 Minuten braten. Mit einem Deckel abdecken, vom Herd ziehen und noch 5 Minuten ziehen lassen.

Die Schalotte in einer Stielkasserolle mit Butter anschwitzen, Fischfond zugeben und sofort die Eigelbe einrühren. Den Topf vom Herd ziehen, wenn die Sauce andickt, immer kräftig weiterrühren, bis sich der Topfboden abgekühlt hat. Dann die braune Butter und Sauerampfer untermischen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sauce auf einem Teller anrichten und den Lachs darauf setzen. Dazu Reis servieren.

Wochenthema: Frühlingserwachen in der Küche
Otto Koch Freitag, 26.03.04

Salat von jungen Kräutern mit gebratenem Kaninchen

300 g		Kaninchenfleisch (aus Keule und/oder Rücken)
1/4 Bund		Blattpetersilie
1/4 Bund		Schnittlauch
1/4 Bund		Kerbel
1/4 Bund		Koriander
1 Bund	Rucola	
50 g		Feldsalat
1 TL		Senf, mittelscharf
1 TL		Dijonsenf, grob
4 EL		Olivenöl, kalt gepresst
2 EL		Balsamico
50 g		Zwiebeln, fein gewürfelt
100 g		Champignons
etwas		Zitronensaft
Salz, Pfeffer,		
Olivenöl		

Kräuter, Rucola und Feldsalat waschen, trocken schleudern und grob schneiden.
Beide Senfsorten in einer Schüssel mit Essig und Öl verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und Zwiebeln untermischen.
Die Champignons in dünne Scheiben schneiden und mit etwas Zitronensaft marinieren.
Das Kaninchenfleisch parieren, mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne mit Olivenöl scharf anbraten und ein paar Minuten bei sanfter Hitze ziehen lassen.
Die Kräuter mit der Vinaigrette anmachen und in der Tellermitte anrichten. Kaninchenteile aufschneiden und auf den Salat geben, die Pilze darüber streuen.

ARD-Buffer Rezepte April 2004

Wochenthema: Kochen mit Eiern
Jörg Sackmann Montag, 29.03.04

Morchel-Royal mit Croustade

200 g Schwarzwurzeln
 700 ml Geflügelfond
 300 ml Sahne
 100 g Crème fraîche
 250 g frische Morcheln, klein geschnitten (oder 100 g getrocknete Morcheln)
 100 ml weißer Portwein
 100 ml Noilly Prat
 20 ml Cognac
 2 Eier
 1 Eigelb
 4 Schalotten,
 fein geschnitten
 etwas Schnittlauch,
 fein geschnitten
 100 g Erbsen
 2 Blätter Frühlingsrollenteig (25 x 25 cm)
 1 Eiweiß
 Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, Zitronensaft,
 Butter, Frittierfett,
 hitzebeständige Folie

Die Schwarzwurzeln waschen, schälen, klein schneiden und im Geflügelfond weich kochen. Zusammen mit Sahne und Crème fraîche im Mixer pürieren und anschließend durch ein feines Sieb streichen. 200 g Morcheln in einem Topf mit Butter anschwitzen, mit Portwein, Noilly Prat und Cognac ablöschen und etwas einkochen lassen. 3 EL Morcheln als Einlage beiseite stellen. 600 g Schwarzwurzelcreme zu den restlichen gekochten Morcheln geben. Die Sauce mit Salz, Cayennepfeffer und Zitronensaft würzen, mit dem Pürierstab aufmixen und aufkochen. Die Sauce etwas auskühlen lassen und mit Eiern und Eigelb gut verrühren, abschmecken. Die Masse in vier hitzebeständige Gläser oder Tassen geben, mit hitzebeständiger Folie abdecken und bei 90 Grad im Ofen ca. 40 Minuten die Royal stocken lassen. Schalotten in einem Topf mit Butter anschwitzen. Restliche frische Morcheln zugeben, mit Salz, Pfeffer und etwas Schnittlauch würzen. 60 g der restlichen Schwarzwurzelcreme zugeben und einkochen. Erbsen hinzufügen, kurz erhitzen, abschmecken und auskühlen lassen. Mit einem Pürierstab das Ganze zu einer Paste verarbeiten. Die Teigblätter in 6 cm breite Streifen schneiden, einen EL der Morchel-Erbsenpaste darauf geben, die Kanten mit Eiweiß einstreichen und zu Dreiecken zusammenfalten. Die Päckchen in heißem Frittierfett 3-4 Minuten knusprig ausbacken. Zum Anrichten die Morcheleinlage auf die Royal geben, evtl. noch einen Rest der aufgeschäumten Schwarzwurzelcreme geben und mit den gebackenen Croustaden anrichten.

Wochenthema: Kochen mit Eiern
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 30.03.04

Schnittlauch-Rührei mit Forellenkaviar im Räucherlachs

4	frische Eier (möglichst Bio)
50 ml	Milch
1 Spritzer	Mineralwasser mit Kohlensäure
1 Bund Schnittlauch,	
	fein geschnitten
1 Döschen	Forellenkaviar
4 Scheiben	Räucherlachs
2 Scheiben	Kastenweißbrot oder Toastbrot
	Salz, Curry,
	Butter, Frischhaltefolie

Die Eier mit Milch verrühren und mit Salz und einem Hauch Curry würzen, Mineralwasser zugeben, dadurch werden die Rühreier schön locker.

In einer heißen Pfanne etwas Butter zerlassen, die Eimasse zugeben und unter vorsichtigem Rühren stocken lassen. Kurz vor der Fertigstellung Schnittlauchröllchen einstreuen, die Pfanne zur Seite ziehen und Forellenkaviar (2 TL beiseite stellen) hinzufügen. Die Räucherlachsscheiben auf Frischhaltefolie auslegen, auf jede Scheibe ein Viertel vom Rührei geben und mit Hilfe der Folie aufrollen. Je zwei Röllchen auf einem Teller anrichten, mit dem zurückbehaltenen Forellenkaviar garnieren. Die Brotscheiben toasten, mit Butter bestreichen und dazu reichen. Dazu passt sehr gut ein Kopfsalat mit Schnittlauchvinaigrette.

Wochenthema: Kochen mit Eiern
Vincent Klink Mittwoch, 31.03.04

Zanderfilet in Zitronenschaumsauce mit Lauchgemüse

2	Zanderfilets à 200 g
1 Stange	Lauch
1/8 l	Fischsud
2	Eigelb
1/2 TL	Estragon, gehackt
1 EL	Noilly Prat
1/2	Zitrone/Saft
1 Msp	abgeriebene Zitronenschale von unbehandelter Zitrone
1 EL	Olivenöl, kalt gepresst
	Salz, Pfeffer, Butterschmalz, Butter, Olivenöl

Die Zanderfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Olivenöl und etwas Butter von beiden Seiten je ca. 3 Minuten anbraten.

Den Lauch putzen und in feine Ringe schneiden. In einer Pfanne mit Butterschmalz ca. 5 Minuten die Lauchringe anrösten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Fischsud, Eigelb, Estragon, Noilly Prat, Zitronensaft und Zitronenschale in eine rundbauchige Stielkasserolle geben, den Topf auf die heiße Herdplatte geben und die Sauce so lange unter ständigem Rühren schlagen, bis sie andickt. Dann den Topf sofort vom Herd ziehen und das Olivenöl mit dem Schneebesen einrühren, bis sich der Topfboden abgekühlt hat. Mit Salz und Pfeffer würzen, die Sauce in eine Sauciere umfüllen und sofort servieren.

Zander mit dem Lauchgemüse anrichten und die Sauce dazu reichen.

Gebackenes Sesamknusperei auf Blattspinat mit Parmaschinken-Spargel-Vinaigrette

8 Stangen weißer Spargel
4 Stangen grüner Spargel
2 EL Weißweinessig
1 EL Olivenöl
8 Scheiben Parmaschinken,
in feine Streifen geschnitten
5 Eier
je 1 TL schwarzer und weißer Sesam (Asia-Laden)
150 g Weißbrot, frisch gerieben
2 EL Mehl
1 Schalotte,
fein geschnitten
200 g junger Spinat,
geputzt
50 ml Gemüsebrühe
etwas frischer Kerbel
Salz, Pfeffer, Muskat,
Zucker, Zitronensaft,
Butter, Erdnussöl zum Frittieren

Spargel schälen und in 1/2 l kochendem Salzwasser, das mit Zucker, etwas Zitronensaft und einer Butterflocke gewürzt wurde, 5 Minuten garen. Dann Spargel herausnehmen, abtropfen lassen und in kleine Würfel schneiden. 1 EL Weißweinessig mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker, etwas Zitronensaft und Olivenöl aufschlagen. Das Dressing über den Spargel geben, Parmaschinken unterheben und beiseite stellen.

4 Eier in Essigwasser 4 Minuten sprudelnd kochen, in Eiswasser abschrecken und vorsichtig pellen. Sesam in einer beschichteten Pfanne ohne Fett rösten. Anschließend mit geriebenem Weißbrot mischen. Ein Ei verquirlen. Die gepellten Eier nacheinander in Mehl, Ei und Weißbrot mit Sesam panieren und in heißem Erdnussöl ca. 3 Minuten goldgelb frittieren. Schalotte in einer Pfanne mit Butter anschwitzen, Spinat hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, Gemüsebrühe dazugeben und bei geschlossenem Deckel ca. 2 Minuten garen.

Den Spinat auf der Tellermitte anrichten, Knusperei aufsetzen und mit Spargelvinaigrette umgießen. Mit Kerbel garnieren.

Wochenthema: Kochen mit Eiern

Otto Koch

Freitag, 02.04.04

Brik a'l oeuf mit Harrisa-Mayonnaise

2	Kartoffeln, mehlig kochend
ca. 80 ml	Milch
je 1 EL	feine Karotten- und Selleriewürfel
1 EL	Petersilie, fein gehackt
2 Platten	Brikteig (aus dem türkischen Lebensmittelgeschäft)
2	Eier
2	Shrimps,
gekocht	
1	Eigelb
100 g	Mayonnaise
1-2 TL	Harissa (orientalische Chilipaste)
1	Zitrone
	Salz, Pfeffer, Muskat, Butter, Frittierfett

Die Kartoffeln schälen, in große Stücke schneiden und in Salzwasser garen.

Wenn sie weich sind, abgießen und den Topf nochmals zurück auf den Herd stellen, damit die überschüssige Flüssigkeit verdunstet. In einem kleinen Topf Milch erhitzen.

Die Kartoffeln durch die Presse drücken und die Milch mit dem Schneebesen oder Rührgerät unterschlagen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und eine Butterflocke unterziehen. Das Kartoffelpüree mit den Gemüsewürfeln und der Petersilie vermischen.

In die Mitte der beiden Brikteigplatten das Püree geben, mit einem Esslöffel ein Loch eindrücken und jeweils ein Ei einschlagen. Einen Shrimp dazulegen. Die Teigblätter mit verquirltem Eigelb bestreichen und den Teig über Eck zusammenfalten. In heißem Öl die Brikteigtaschen ausbacken, herausnehmen und das Fett auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Die Mayonnaise mit dem Harissa abschmecken. Zum Anrichten die Zitrone halbieren, das Fruchtfleisch einschneiden und die Brikteigtasche darauf stehend anrichten. Die Mayonnaise dazu reichen.

Spargelsalat mit Maispouardenbrust

800 g Spargel
3 EL weißer Balsamico
5 EL Olivenöl
1 Spritzer Zitronenöl
2 Maispouardenbrüste á 150 g
4 Blätter Basilikum
1 Ei,
hart gekocht
1/2 Bund Kerbel
Salz, Pfeffer, Zucker,
Zitronensaft, Öl zum Anbraten,

Spargel waschen, gut schälen und die unteren Enden 2 cm lang abschneiden. Die Spargelschalen und -enden in reichlich kochendes Wasser geben, das mit etwas Salz, Zucker und Zitronensaft gewürzt wurde, und ca. 15 Minuten leicht kochen lassen. Dann den Fond passieren und den Spargel im Fond 10-12 Minuten kochen. Die einzelnen Spargelstangen in 5 Teile schneiden. Die Enden wieder in den Fond geben und ganz weich kochen, dann mit etwas Fond in einen Mixer geben. Essig, Olivenöl, Zitronenöl, Zucker, Salz, ein Spritzer Zitronensaft zugeben und gut durchmischen, danach passieren. Die Sauce über den Spargel geben und alles gut mischen.

Pouardenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und unter die Haut je 2 Basilikumblätter schieben. In heißem Öl von beiden Seiten anbraten und im Backofen bei 180 Grad (Umluft) noch ca. 10 Minuten fertig garen. Den Spargelsalat anrichten, die Pouardenbrüste aufschneiden und mit gehacktem Ei und gezupftem Kerbel bestreuen.

Bärlauch-Garnelen-Suppe

200 g	Bärlauch
100 g	Butter
8	Riesengarnelen
3	Schalotten, fein gehackt
2	Knoblauchzehen
etwas	Mehl
700 ml	Fischfond
250 ml	Sahne
	Salz, Pfeffer, Butterschmalz

Bärlauch gründlich waschen, gut abtropfen lassen, fein hacken und mit der weichen Butter verkneten, eventuell mit dem Zauberstab pürieren und kalt stellen. (Diese Bärlauchbutter kann gut eingefroren werden, deshalb lohnt es sich durchaus, größere Mengen herzustellen.)

Die Garnelen aus der Schale nehmen. In einem Topf mit Butterschmalz die Schalen, Schalotten und eine angedrückte Knoblauchzehe anschwitzen, bis die Garnelenschalen eine rötliche Farbe angenommen haben. Mit Mehl abstäuben, mit Fischfond auffüllen und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Dann Sahne hinzufügen und bei kleiner Hitze weiterziehen lassen.

Die Garnelen mit einer angedrückten Knoblauchzehe in Butterschmalz braten und mit Salz würzen. Den Suppenansatz passieren, die kalte Bärlauchbutter in Würfel schneiden und mit einem Zauberstab in die Suppe mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den Garnelen anrichten.

1 1/2 Stunden zugedeckt leicht kochen lassen. 5 Minuten vor Ende der Garzeit den Rosmarinzweig einlegen und Balsamico hinzufügen. Den Eintopf mit Salz und Pfeffer würzen, wenn er noch sehr flüssig ist, offen die Flüssigkeit etwas einkochen lassen.

Wochenthema: Reisvariationen

Frank Bundschu

Dienstag, 13.04.04

Risotto alla milanese mit Saltimbocca vom Seeteufel

4	Schalotten
2	Knoblauchzehen
200 g	Risottoreis
100 ml	Weißwein
500 ml	Hühnerbrühe
1 Msp	Safranfäden oder Safranpulver
50 g	Butter
80 g	Parmesan, frisch gerieben
200 g	Seeteufel
etwas	Zitronensaft
ein paar	Salbeiblätter
100 g	Parmaschinken
	Salz, Pfeffer, Olivenöl

Schalotten und Knoblauch fein würfeln, in Olivenöl anschwitzen, den Risottoreis zugeben und ebenfalls mitrösten. Anschließend mit Weißwein ablöschen, nach und nach mit heißer Brühe aufgießen. Der Reis sollte immer mit Flüssigkeit bedeckt sein und leicht kochen. Nach ein paar Minuten den Safran unterrühren. Nach 12 bis 15 Minuten ist der Reis weich und hat noch Biss. Butter und Parmesan unterziehen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Seeteufel in dünne Scheiben schneiden, mit Zitronensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Auf jede Scheibe Fisch ein Salbeiblatt legen, mit Parmaschinken einschlagen, und in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten braten.

Risotto mit Saltimbocca vom Seeteufel anrichten.

Wochenthema: Reisvariationen
Vincent Klink Mittwoch, 14.04.04

Gestürzter Reispudding mit Rhabarberkompott

90 g	Milchreis
1/2 l	Milch
1	Vanilleschote
2 Msp	abgeriebene Schale von einer unbehandelten Orange
4 Blatt	Gelatine
125 ml	Sahne, geschlagen
2 Stangen	Rhabarber
100 ml	Weißwein, trocken
1 TL	Speisestärke
1 EL	Orangensaft
1 Spritzer	Grand Marnier
	Zucker, Butter

Reis mit der Milch und 1 TL Butter in einen Topf geben. Die Vanilleschote aufschneiden, das Mark herausstreichen und zusammen mit der Schote in die Milch geben. Diese aufkochen und anschließend bei geringer Hitze den Reis weich kochen. Kurz vor Schluss Orangenschale und 40 g Zucker untermischen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen.

Die Vanilleschote aus dem Milchreis nehmen, die eingeweichten und ausgedrückten Gelatineblätter untermischen. Den Milchreis lauwarm abkühlen lassen, die geschlagene Sahne unterheben und in eine gebutterte und gezuckerte Auflaufform oder kleine Förmchen füllen.

Den Reispudding über Nacht kalt stellen.

Für das Kompott den Rhabarber schälen und in 3 cm lange Stücke schneiden. Rhabarber mit dem Wein in einen Topf geben und 1 TL Zucker zufügen, ca. 5 Minuten pochieren. Dann die Stärke mit dem Orangensaft vermischen und zum Rhabarber geben. Alles zusammen noch mal kurz aufkochen, bis das Kompott sich andickt.

Den Grand Marnier dazugeben und das Kompott abkühlen lassen.

Den Reispudding stürzen und mit dem Rhabarberkompott anrichten.

Wochenthema: Reisvariationen

Vincent Klink Donnerstag, 15.04.04

Lamm-Mandel-Pilaw

400 g Lammschulter
2 Zwiebeln, fein geschnitten
1 Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin, fein gehackt
150 g Langkornreis
ca. 1/2 l Fleischbrühe
2 EL geschälte Mandeln
 Salz, Pfeffer, Curry,
 Olivenöl

Lammschulter in 2 cm große Würfel schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in einem Topf mit Olivenöl von allen Seiten anbraten. Dann das Fleisch herausnehmen, im verbleibenden Bratfett die Zwiebeln anschwitzen. Knoblauch, Thymianblättchen, Rosmarin und das Fleisch wieder zugeben. Reis untermischen und mit der Brühe auffüllen.
30 Minuten köcheln lassen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Curry abschmecken.
Zuletzt die Mandeln untermischen.

Wochenthema: Reisvariationen
Otto Koch Freitag, 16.04.04

Risotto vom Schwarzen Reis

1	Zwiebel, fein geschnitten
200 g	Schwarzer Reis (Venere-Reis, aus dem Feinkostgeschäft)
1/4 l	Geflügelbrühe
1/4 l	trockener Weißwein
50 g	Parmesan, frisch gerieben
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
100 g	Tomaten, gewürfelt
100 ml	Gemüsebrühe
1 Zweig	Thymian
1 Zweig	Rosmarin
2	Kaninchenfilets
50 g	Crème fraîche
	Salz, Pfeffer, Olivenöl, Schaschlikspieße

Zwiebel in Olivenöl anschwitzen, den Reis zugeben und mit Geflügelbrühe aufgießen. Ständig umrühren, damit der Reis nicht am Boden anklebt, nach und nach Weißwein zugeben. Kurz vor Ende der Garzeit (ca. 40 Minuten) den Parmesan untermischen. Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken.. Für die Tomatensauce Schalotte und Knoblauch in Olivenöl anschwitzen, Tomaten zugeben, mit Gemüsebrühe aufgießen und Thymian und Rosmarin hinzufügen, leicht einkochen und abschmecken. Die Kaninchenfilets aufrollen und aufspießen, mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit Olivenöl die Fleischspieße braten. Risotto in tiefen Tellern anrichten, Spieß darauf legen, mit Tomatensauce übergießen und mit einem Klecks Crème fraîche garnieren.

Wochenthema: Knusper-Küche
Rainer Strobel Montag, 19.04.04

Lackierter Schweinebraten auf Spitzkohl

600 g Jungschweinerücken mit Schwarte, ohne Knochen
2 Zwiebeln, grob gewürfelt
4 Knoblauchzehen
1 Zweig Rosmarin
2 EL Honig
2 EL Sojasauce
etwas Fleischbrühe
1 kleiner Spitzkohl
1 Schalotte,
fein gewürfelt
200 ml Sahne
etwas Zitronensaft
Salz, Pfeffer, Majoran, Muskat, Zucker,
Olivenöl, Butter

Den Schweinerücken mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen, in heißem Öl von beiden Seiten je 2 Minuten braten. Dann Zwiebeln, ganze Knoblauchzehen und Rosmarin zugeben. Das Fleisch auf die Fleischseite drehen und im Ofen 20 Minuten bei 180 Grad (Ober-Unterhitze) braten. Honig und Sojasauce mischen und die Schwarte damit 5-6 mal während des Bratens bepinseln. Danach das Fleisch herausnehmen und auf einer Platte warm stellen. Den Bratensatz mit etwas Brühe ablöschen und kräftig aufkochen, passieren und mit 20 g Butter binden.

Den Spitzkohl halbieren, Strunk entfernen und die Kohlhälften in feine Streifen schneiden. Die Schalotte in Butter anschwitzen, Spitzkohlstreifen dazugeben und mit Sahne auffüllen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft würzen und 8 Minuten köcheln lassen. Mit frisch geriebenem Muskat abschmecken.

Den Schweinerücken aufschneiden und auf dem Spitzkohl anrichten.

Wochenthema: Knusper-Küche
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 20.04.04

Forellentatar im Reisblatt gebraten

2	ganze Forellen
2	Lauchzwiebeln
1/4 Bund	frischer Koriander
etwas	Teryakisauce
etwas	Sojasauce
2	Reisblätter
100 g	Sojasprossen
1	Limone (Saft)
etwas	Sesam
	Erdnussöl

Forellen filetieren und von der Haut nehmen, mit einem großen Messer in kleine Stücke schneiden oder durch die grobe Scheibe eines Fleischwolfes drehen. Lauchzwiebeln und Koriander sehr fein schneiden. Alles mischen und mit Teryaki- und Sojasauce abschmecken. Die Reisblätter durchs Wasser ziehen und in ca.

2 Minuten weich werden lassen. Den größeren Teil des Tatars auf die Reisblätter geben, zusammenfalten und in einer Pfanne mit Erdnussöl braten bis die Reisblätter von beiden Seiten goldbraun sind. Restliches Tatar auf dem Teller anrichten. Die Sojasprossen mit Limonensaft und etwas Sojasauce kurz kneten und als Salat dazugeben. Eventuell mit etwas Sesam garnieren.

Vincent Klink Mittwoch, 21.04.04

Kalbsschnitzel mit Parmesan-Croustillant

300 g	junger Blattspinat
1 TL	Honig
1 TL	scharfer Senf
2 EL	weißer Balsamico
6 EL	Olivenöl, kalt gepresst
100 g	Parmesan, frisch gerieben
10 g	Mehl
6	Kalbsschnitzel à 50 g
1 Zweig	Rosmarin
	Salz, Pfeffer, Butterschmalz, Olivenöl, Gefrierbeutel

Den Spinat putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Für das Dressing Honig mit Senf, Essig, Salz und Pfeffer gut verrühren und zuletzt das Olivenöl untermischen.

Parmesan mit Mehl gut vermischen. In einer beschichteten Pfanne aus der Parmesanmasse ca. 10 Plätzchen backen.

Die Schnitzel jeweils einzeln in einen Gefrierbeutel legen und hauchdünn klopfen. Mit Salz, Pfeffer und Rosmarin bestreuen und in einer Pfanne mit Olivenöl kurz anbraten. Das Fleisch ist minutenschnell fertig, weil es so dünn ist. Lässt man die Schnitzel zu lange in der Pfanne, werden sie zäh und trocken.

Den Spinat mit dem Dressing mischen. Die Schnitzel mit Parmesanplätzchen geschichtet anrichten und den Spinatsalat dazureichen.

Wochenthema: Knusper-Küche
Vincent Klink Donnerstag, 22.04.04

Kartoffelaufbau mit gratinierten Kräutern

400 g	Kartoffeln
2	Karotten
1 Stange	Lauch
300 ml	Milch
2	Eier
100 g	Parmesan, frisch gerieben
1 Bund	Wildkräuter (z. B.: Bärlauch, wilder Schnittlauch usw.)
100 g	Greizer, gewürfelt
	Salz, Pfeffer, Muskat, Butter

Die Kartoffeln kochen, pellen, auskühlen lassen und würfeln. Karotten schälen, würfeln und blanchieren. Den Lauch putzen, in Ringe schneiden, blanchieren und kalt abschrecken. Milch, Eier, Parmesan und die fein gehackten Kräuter verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Auflaufform einfetten und Kartoffeln, Karotten, Lauch und Greizer hineingeben. Mit der Milch-Kräutermischung begießen.

Im 180 Grad (Heißluft) heißen Ofen ca. 20 Minuten überbacken.
Dazu schmeckt ein Blattsalat mit Kräutervinaigrette.

Wochenthema: Knusper-Küche
Otto Koch Freitag, 23.04.04

Schweinelendchen im Knusperpäckchen

150 g doppelgriffiges Mehl, Typ 405
1 Ei
2 Eigelb
2 Schweinefiletmedaillons à 120 g
100 ml Kalbsfond
1/4 l Rotwein
300 g Brokkoli,
vorgekocht
100 ml Sahne
4 Kirschtomaten
1 Knoblauchzehe,
gepresst
 Salz, Pfeffer, Olivenöl, Frittierfett, Klarsichtfolie

Aus Mehl, Ei, Eigelb und einer Prise Salz einen Nudelteig kneten und diesen in Klarsichtfolie ca. 1 Stunde ruhen lassen.

Das Fleisch salzen und pfeffern, in einer Pfanne mit Olivenöl kurz von beiden Seiten anbraten. Aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen.

In der Fleischpfanne den Kalbsfond mit Rotwein einkochen. Zum Schluss mit etwas kalter Butter binden.

Brokkoli in einem Topf mit etwas Butter und Sahne erwärmen, pürieren und abschmecken.

Die Tomaten halbieren, in eine feuerfeste Form setzen, mit Olivenöl beträufeln, mit etwas Knoblauch, Salz und Pfeffer bestreuen und im Ofen bei 150 Grad ca. 10 Minuten garen.

Den Nudelteig dünn ausrollen, aufrollen und lange Bandnudeln abschneiden. Die Schweinemedallions mit den Nudeln wie ein Päckchen einwickeln. Obenauf noch eine Schleife platzieren.

Im heißen Frittierfett die Fleischpäckchen solange ausbacken, bis die Nudeln goldbraun sind.

Knusperpäckchen auf der Sauce anrichten, das Brokkolipüree dazu reichen und mit den Tomaten garnieren.

Wochenthema: Salat-Köstlichkeiten
Rainer Strobel Montag, 26.04.04

Bunter Frühlingskartoffelsalat

600 g Frühkartoffeln (Bamberger Hörnchen)
1 Salatgurke
3 Tomaten
1 Bund Radieschen
3 Frühlingszwiebeln
100 g Feldsalat
50 ml Olivenöl
20 ml Zitronenöl
4 EL Weißweinessig
je 1/2 Bund Petersilie und Dill,
fein gehackt
Salz, Pfeffer, Zucker

Die Kartoffeln waschen und mit der Schale kochen.

Gurke, Tomaten, Radieschen in Scheiben schneiden. Von den Frühlingszwiebeln das Grün in Ringe, das weiße Zwiebelchen klein schneiden. Den Feldsalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen.

Aus den beiden Ölen, Essig, einem Spritzer Wasser, Salz, Pfeffer, Zucker und den fein gehackten Kräutern ein Dressing anrühren. Alles über Gurke, Tomate, Radieschen und Frühlingszwiebeln geben und gut mischen. Die noch warmen Kartoffeln ungeschält in Scheiben schneiden und unterheben.

Zum Schluss den Feldsalat.

Alles mischen und sofort servieren. Dazu schmecken selbst gemachte Frikadellen sehr gut.

Wochenthema: Salat-Köstlichkeiten
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 27.04.04

Geflügelsalat mit jungen Erbsen

2	Hühnerbrüste
1	Lorbeerblatt
1	kleine Zwiebel
1 kg	junge Erbsen
2 Stangen	grüner Spargel (ersatzweise 4 Champignons)
1	Eigelb
1 TL	scharfer Senf
1 Spritzer	Zitronensaft
ca. 1/4 l	Sonnenblumenöl
etwas	Hühnerbrühe
etwas	Apfelsaft
1	Apfel (z. B.:Boskop)
	Salz, Pfeffer

Die Hühnerbrüste mit dem Lorbeerblatt und der geschälten halbierten Zwiebel, etwas Salz und Pfeffer in einen Topf geben, knapp mit Wasser bedecken, gar kochen und anschließend abkühlen lassen.

Die Erbsen aus der Schote pulen, in Salzwasser weich kochen und in sehr kaltem Wasser abschrecken. Den Spargel schälen, bissfest kochen und abschrecken.

Eigelb mit Senf und einem Spritzer Zitronensaft in eine Rührschüssel mit hohem Rand geben. Unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen langsam das Öl zufügen und zu einer Mayonnaise rühren. Mit wenig Hühnerbrühe, Apfelsaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Apfel schälen, in hauchdünne Scheiben schneiden.

Die Hähnchenbrüste würfeln, mit den Erbsen, dem Spargel und Apfelscheiben mischen und mit Mayonnaise überziehen. Zum Geflügelsalat Weißbrot reichen.

Wochenthema: Salat-Köstlichkeiten
Vincent Klink Mittwoch, 28.04.04

Gemüsesalat mit gekochter Rinderwade und Zitronendressing

500 g Rinderknochen
500 g Wadenfleisch vom Rind
1/2 TL schwarze Pfefferkörner
1 Bund Suppengrün
2 Knoblauchzehen
1 Fenchelknolle
1 Karotte
1 Kohlrabi
1 Fleischtomate
1/2 Bund Frühlingszwiebeln
2 EL Balsamico
6 EL Olivenöl,
kalt gepresst
je 1 EL Petersilie und Thymian,
fein gehackt
1/2 Zitrone,
unbehandelt
80 g Puderzucker
1 TL Bio-Instant-Gemüsebrühe
ca. 300 ml Olivenöl,
kalt gepresst
Salz, Pfeffer

Die Knochen waschen und mit ca. zwei Liter kaltem Wasser einer Prise Salz und den Pfefferkörnern in einem großen Topf aufsetzen. Wenn das Wasser kocht, das Wadenfleisch zugeben und ca. 1,5 Stunden „simmern“ lassen. Dabei immer wieder die Brühe abschäumen. Das Suppengrün und eine Knoblauchzehe während der letzten halben Stunde in der Brühe mitgaren. Das Fleisch herausnehmen, wenn es weich ist. (Die Brühe kann passiert und portionsweise eingefroren werden.) Fenchel, Karotte und Kohlrabi putzen, in feine Scheiben schneiden und blanchieren. Tomate häuten, vierteln, entkernen und würfeln. Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Für die Salatsauce Essig, eine gepresste Knoblauchzehe, Salz und Pfeffer gut verrühren, zuletzt 6 EL Olivenöl und die Kräuter untermischen. Blanchiertes Gemüse, Frühlingszwiebeln und Tomate mit der Sauce mischen. Für das Fleischdressing Schale und Saft der Zitrone, Puderzucker, Pfeffer, Salz, Instant-Gemüsebrühe gut mit dem Handmixer verquirlen und das Olivenöl langsam unter Rühren untermischen. Dressing mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch aufschneiden, anrichten, mit Zitronendressing beträufeln und den Gemüsesalat dazu reichen.

Wochenthema: Salat-Köstlichkeiten

Jean-Luc Garnier, Restaurant „Bründelhof“, Wartenberg Donnerstag, 29.04.04

Pochierter Romanasalat in Gesellschaft von jungem Gemüse, Frühlingskräutern und Trompetenpilzen

1	Karotte, grob gewürfelt
1	Lauchstange, grob geschnitten
50 g	Knollensellerie, gewürfelt
100 g	weiße Champignons
1	mittelgroße Zwiebel, grob gehackt
1 Zweig	Thymian
1 Stängel	Petersilie
1	Lorbeerblatt
5	schwarze Pfefferkörner
4 Stangen	grüner Spargel
6	Minikarotten
2	Mini-Navets (weiße Rübchen)
50 g	frische Erbsen, gepuhlt
4 kleine	Brokkoliröschen
1	Romana-Salat
70 g	Trompetenpilze, geputzt
2 EL	gemischte Kräuter, fein gehackt (Kerbel, Estragon, Zitronenmelisse, Zitronenthymian)
	Salz, Pfeffer,
	Butter, Olivenöl

Karotte, Lauchstange, Knollensellerie, Champignons, Zwiebel, Thymian, Petersilie, Lorbeer, und Pfefferkörner mit einem Liter kaltem Wasser zum Kochen bringen. 45 Minuten ohne Deckel leicht köcheln lassen, dann durch ein Sieb passieren. Die Gemüsebrühe mit 100 g Butter aufschlagen, mit Salz und Pfeffer würzen. Vor dem Servieren im Mixer aufschäumen.

Spargel, Minikarotten und Navets schälen. Spargel, Minikarotten, Navets, Erbsen und Brokkoli getrennt in Salzwasser bissfest garen, abschrecken und abtropfen lassen. In einer Pfanne mit Butter Gemüse schwenken, mit Salz würzen. Den Romana-Salat putzen und 3-4 Minuten in kochendem Salzwasser pochieren, in Eiswasser abschrecken. Mit sauberem Tuch abtrocknen, in etwas Butter schwenken, salzen. Trompetenpilze in Olivenöl leicht anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Salat in der Mitte der Teller anrichten. Gemüse rundherum geben. Aufgeschäumte Gemüsebrühe darüber träufeln. Mit Trompetenpilzen und frischen Kräutern garnieren.

Wochenthema: Salat-Köstlichkeiten
Otto Koch Freitag, 30.04.04

Salattempura mit Soja-Vinaigrette

1 kl. Kopf	Radicchio
1/4	Friséesalat
1/2	rote Zwiebel
150 g	Tempuramehl (Asia-Laden)
100 g	Sojasprossen
8	Kapuzinerkresseblüten
2 EL	Reisessig,
1 EL	Sesamöl
2 EL	Olivenöl
1 Spritzer	Sojasauce
1/2 Bund	Koriander,
fein gehackt	
1/2 Bund	Schnittlauch,
fein geschnitten	
Salz, Pfeffer, Frittierfett	

Die Salate putzen, waschen und in gleich große Stücke zupfen. Die Zwiebel in Scheiben schneiden und in Streifen lösen. Das Tempuramehl mit etwas Wasser anrühren und salzen. Die Salate, Zwiebeln, Sojasprossen und Blüten durch den Tempurateig ziehen und in heißem Frittierfett nach und nach ausbacken, herausnehmen, auf Küchenkrepp abtropfen und warm stellen. Aus Reisessig, Sesam- und Olivenöl eine Vinaigrette mischen. Diese mit Sojasauce, Salz und Pfeffer abschmecken und die Kräuter untermischen. In tiefen Tellern die Kräutervinaigrette verteilen und Salattempura darauf verteilen.

ARD-Buffer Rezepte Mai 2004

Wochenthema: Täglich gut – das Beste aus dem Betriebskasino
Rainer Strobel Montag, 3.5.04

Pfannengerührtes aus dem Wok mit gebackenen Hähnchenbruststreifen

1	Karotte
je 1	Paprika grün, gelb, rot

60 g	Lauch
60 g	Brokkoliröschen
50 g	Shiitake- oder Mu Err-Pilze, eingeweicht
50 g	frische Sojabohnensprossen
50 g	Champignons
etwas	Sojasauce
etwas	Roter Thaicurry
etwas	frischer Ingwer
ca. 100 ml	Geflügelbrühe oder Gemüsebrühe
2	Hähnchenbrüste à 140 g
2 EL	Speisestärke
1-2	Eiweiß
Salz, Pfeffer, Erdnussöl	

Das Gemüse putzen und pfannengerecht in kleine Stücke oder Scheiben schneiden. Nach und nach das Gemüse mit etwas Erdnussöl in den heißen Wok geben, dabei immer wieder durchrühren, es sollte leicht goldbraun, aber noch knackig sein. Mit Sojasauce und rotem Thaicurry abschmecken. Den Ingwer dazu reiben. Mit wenig Brühe auffüllen und abschmecken. Hähnchenbrust in Streifen schneiden, leicht mit Salz und Pfeffer würzen und in der Speisestärke wenden. Eiweiß leicht aufschlagen und die Fleischstreifen durchziehen. Im Wok mit Erdnussöl die Hähnchenstreifen goldgelb ausbacken und mit dem Gemüse servieren. Dazu passen gebratene asiatische Nudeln und eventuell ein Chillidip.

Wochenthema: Täglich gut – das Beste aus dem Betriebskasino
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 4.5.04

Cordon bleu vom Schwein mit Kroketteen und Rucola-Dip

400 g	Kartoffeln, mehlig kochend
2	Schweineschnitzel à 160 g
2 Scheiben	Schinken, gekocht
2 Scheiben	Gouda
etwas	Mehl
2	Eier
etwas	Semmelbrösel
2	Eigelb
	Salz, Pfeffer, Muskat, Butterschmalz, Frittierfett
Für den Rucola-Dip	
100 g	Quark
100 g	Crème fraîche
50 g	Mayonnaise
6 Blätter	Rucola, fein geschnitten

Die Kartoffeln schälen, in Salzwasser weich kochen, abschütten und gut ausdampfen lassen.
In die Schweineschnitzel eine Tasche schneiden, leicht plattieren, mit Schinken und Gouda füllen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schnitzel in Mehl wenden, durchs verquirlte Ei ziehen und mit den Semmelbröseln panieren.
Kartoffeln durch die Presse drücken, Eigelbe untermischen, mit Salz und Muskat abschmecken. Die Kartoffelmasse in einen Spritzbeutel füllen, 2 cm starke Streifen auf den Tisch spritzen, diese in gleichmäßige Stücke schneiden und eventuell nachrollen.
Die Kroketteen in Mehl wenden, durchs verquirlte Ei ziehen und mit den Semmelbröseln panieren.
Die Cordons bleus in einer Pfanne mit Butterschmalz braten, die Kroketteen im heißen Frittierfett goldgelb ausbacken.
Für den Dip Quark, Crème fraîche und Mayonnaise glatt rühren, mit Salz abschmecken und Rucola unterheben.

Wochenthema: Täglich gut – das Beste aus dem Betriebskasino
Vincent Klink Mittwoch, 5.5.04

Spaghetti al Ragù

200 g Rindfleisch, mager aus der Keule, in feine Würfel geschnitten
80 g rote Zwiebeln, fein gewürfelt
40 g Karotten, fein gewürfelt
30 g Sellerie, fein gewürfelt
30 g Lauch, fein gewürfelt
50 g getrocknete Tomaten, fein gewürfelt
1 Knoblauchzehe
1 Zweig Thymian
40 g Tomatenmark
50 ml Rotwein
200 g Tomaten,
stückig aus der Dose
400 g Spaghetti
etwas Parmesan am Stück
Salz, Zucker, gemahlene Chilischote, schwarzer Pfeffer,
Olivenöl

Das Rindfleisch in Olivenöl anbraten, Zwiebeln, Karotten, Sellerie, Lauch, getrocknete Tomaten, die Knoblauchzehe und den Thymianzweig zugeben und mitbraten. Tomatenmark hinzufügen, kurz mitschmoren und mit Rotwein ablöschen. Stückige Tomaten zugeben und das Ragù gar kochen. Knoblauch und Thymianzweig entfernen. Das Ragù mit Salz, Pfeffer, Zucker und Chili würzen und abschmecken.

Spaghetti al dente kochen und auf Tellern anrichten geben. Ragù darauf geben und Parmesan darüber hobeln.

Wochenthema: Täglich gut – das Beste aus dem Betriebskasino
Vincent Klink Donnerstag, 6.5.04

Linseneintopf mit Mett-Enden

1 Schalotte , fein geschnitten
200 g feine schwarze Linsen, über Nacht eingeweicht
1/4 l Bouillon
je 50 g Karotten, Lauch, Sellerie, fein gewürfelt
2 geräucherte Würste (Mett-Enden)
200 g Salzkartoffeln
1 EL Petersilie, fein gehackt
 Salz, Pfeffer, Essig, Butter

Die Schalotte in Butter anschwitzen, die eingeweichten (abgetropften) Linsen dazugeben. Bouillon darüber gießen und ca. 15 Minuten kochen lassen. Zwischendurch mit Wasser auffüllen. Dann die Gemüsewürfel zufügen und noch ca. 15 Minuten weitergaren, bis die Linsen weich sind. Mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Essig abschmecken. Mit der Wurst und Kartoffeln anrichten und Petersilie darüber streuen.

Wochenthema: Täglich gut – das Beste aus dem Betriebskasino
Otto Koch Freitag, 7.5.04

Panierter Rotbarsch mit Speckkartoffeln und roter Remoulade

2	Rotbarschfilets à 150 g
1	Ei
etwas	Mehl
etwas	Semmelbrösel
400 g	Kartoffeln
50 g	Speck,
gewürfelt	
50 g	Zwiebeln,
gewürfelt	
1 TL	Kapern
1	Sardelle
1/2	Gewürzgurke
150 g	Mayonnaise
1	Tomate,
gehäutet und gewürfelt	
1 TL	getrocknete Tomaten, fein gehackt Salz, Pfeffer, Muskat, etwas Zitronensaft, Butterschmalz

Fischfilets mit Salz und Zitronensaft würzen. Ei verquirlen und mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen. Den Fisch in Mehl wenden, durchs Ei ziehen und mit den Semmelbröseln panieren. Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser gar kochen.

Den Fisch in Butterschmalz von beiden Seiten goldgelb braten. Speck in der Pfanne auslassen, Zwiebeln dazugeben und die Kartoffeln darin gar schwenken.

Für die Remoulade Kapern, Sardelle und Gewürzgurke fein hacken und mit Mayonnaise, Tomatenwürfeln, getrockneten Tomaten vermischen und abschmecken.

Wochenthema: Täglich gut – das Beste aus dem Betriebskasino
Rainer Strobel Montag, 10.5.04

Blumenkohl mit Schnittlauchbrösel-Kartoffeln

1 Blumenkohl, ca. 600 g
400 g Kartoffeln,
festkochend
75 g Mehl
200 ml Milch
75 g Gouda,
gerieben
30 g Semmelbrösel
1 Bund Schnittlauch,
fein geschnitten
Salz, Muskat, Pfeffer,
Butter

Blumenkohl putzen, halbieren, in Salzwasser bissfest kochen und in Eiswasser abschrecken.
Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen.

Für die Sauce 50 g Butter schmelzen, Mehl einrühren, kalte Milch unterrühren und aufkochen. Gouda untermischen und mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen. Sauce über den Blumenkohl geben und im Ofen bei 250 Grad Oberhitze überbacken.

Kartoffeln in Butter anschwitzen und in Semmelbröseln und Schnittlauch schwenken.

Wochenthema: Täglich gut – das Beste aus dem Betriebskasino
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 11.5.04

Curryfrikadelle mit Mayo und dicken Fritten

Für die dicken Fritten:

400 g Kartoffeln, vorwiegend festkochend
100 g Mayonnaise
Frittierfett

Für die Frikadelle

1 Brötchen vom Vortag
300 g Rinderhack
2 Schalotten,
fein geschnitten
1 TL Senf
1 Eigelb
1 Bund Petersilie,
fein gehackt
Salz, Pfeffer, Paprika,
Butterschmalz

Für die Currysauce

2 Schalotten,
gewürfelt
40 g Butter
20 g Curry
100 ml Ketchup
1 kl. Dose passierte Tomaten
1 Spritzer Tabasco
1 Spritzer Sojasauce

Die Kartoffeln schälen und in 2 cm starke und ca. 8 cm lange Stifte schneiden. In ca. 150 Grad heißem Frittierfett so lange vorbacken, bis die Kartoffeln gerade durch sind. Abtropfen und abkühlen lassen. Kurz vor dem Servieren in sehr heißem Frittierfett (190 Grad) kurz kross ausbacken.

Für die Frikadellen das Brötchen in Wasser einweichen und ausdrücken. Mit Hackfleisch, Schalotten, Senf, Eigelb und Petersilie vermengen und gut mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken. Aus der Masse Frikadellen formen und diese in der Pfanne langsam bei schwacher Hitze in Butterschmalz braten.

Für die Currysauce Schalotten in Butter anschwitzen und mit dem Curry vermengen. Mit Ketchup und den passierten Tomaten auffüllen. Mit Tabasco und Sojasauce abschmecken.

Frikadellen mit der Sauce anrichten und Mayo dazu reichen.

Wochenthema: Täglich gut – das Beste aus dem Betriebskasino
Otto Koch Freitag, 14.5.04

Hähnchenbrustfilet mit Spinat und Gorgonzola gratiniert, Tomatenspaghetti

2	Hähnchenbrustfilets à 160 g
100 g	Spaghetti
200 ml	Sahne
100 g	Gorgonzola
2	Schalotten, gewürfelt
150 g	Blattspinat, geputzt
1 TL	Tomatenmark
3	Tomaten, abgezogen, gewürfelt
	Salz, Pfeffer, Muskat, Butterschmalz, Butter

Die Hähnchenbrustfilets mit Salz und Pfeffer würzen, von beiden Seiten in Butterschmalz anbraten.

Spaghetti al dente kochen.

Sahne mit 50 g Gorgonzola reduzieren lassen, bis eine cremige Sauce entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eine Schalotte in Butter anschwitzen, den Spinat unterheben, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Hälfte des Spinats auf die gebratenen Hähnchenbrustfilets verteilen und den restlichen Gorgonzola zum Überbacken obenauf geben. Im Ofen ca. 10 Minuten bei 180 Grad überbacken.

Restliche Schalotte in Butter anschwitzen, Tomatenmark mit etwas Wasser verrühren, dazugeben. Die Spaghetti darin schwenken, die Tomatenwürfel unterheben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Wochenthema: Spargel-Köstlichkeiten
Rainer Strobel Montag, 17.5.2004

Spargel-Erdbeer-Dessert mit weißer Schokoladenmousse

6 Stangen Spargel
200 ml Weißwein
200 ml Wasser
1 Zitrone (Saft)
3 EL Zucker
400 g Erdbeeren
20 ml Orangenlikör
150 g weiße Kuvertüre
200 ml Sahne
etwas frische Minze
etwas geriebene Schokolade zum Verzieren

Spargel schälen. Weißwein, Wasser, etwas Zitronensaft und 1 EL Zucker aufkochen, den Spargel schälen. Drei Erdbeeren in Scheiben schneiden und mitkochen. Ebenfalls den Spargel im Fond weich kochen. Restliche Erdbeeren vierteln, mit Zucker, etwas Zitronensaft und Orangenlikör marinieren. Die weiße Kuvertüre im Wasserbad bei ca. 50 Grad schmelzen lassen. Die Hälfte der Sahne auf die gleiche Temperatur erhitzen, den Rest aufschlagen. Die Kuvertüre mit der warmen Sahne mischen und danach in Eiswasser kalt rühren. Die geschlagene Sahne unterheben und alles für 3-4 Stunden kalt stellen.

Den Spargel dritteln und mit den Erdbeeren mischen. Auf einem Teller anrichten und mit einem Löffel zwei Nocken von der Mousse abstechen.

Mit frischer Minze und geriebener Schokolade garnieren.

Wochenthema: Spargel-Köstlichkeiten

Jacqueline Amirfallah

Dienstag, 18.5.04

Lachsrollchen mit Spargel gefüllt auf Sauce Bernaise

200 g	Lachsfilet
20 ml	Sahne
1	Eiweiß
100 g	weißer Spargel
100 g	grüner Spargel
20 ml	Weißwein (säurearm)
2	Eigelb
100 g	flüssige Butter
1/4 Bund	Estragon
1/4 Bund	Kerbel

Salz, Pfeffer, Zucker, Butter, Essig

Den Lachs in ca. 7 bis 8 cm lange, 3 bis 4 cm breite und 1/2 cm dicke Streifen schneiden. Die Lachsabschnitte mit Sahne und Eiweiß im Cutter zu einer Farce verarbeiten.

Den Spargel schälen. Die Schalen in kochendem Salzwasser, das mit Butter und Zucker abgeschmeckt ist, aufkochen, dann die Schalen entfernen und den Spargel im Sud bissfest garen.

Die Lachsstreifen salzen und mit der Farce bestreichen. Den Spargel falls nötig zurechtschneiden und darauf legen. Den Lachs um den Spargel wickeln. In einer Pfanne mit Butter die Lachsrollchen auf der Nahtstelle anbraten und 5 Minuten im Backofen bei 180 Grad fertig garen.

Den Weißwein und 1 EL Essig in einem Topf um die Hälfte einkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, vom Herd ziehen und die Eigelbe mit dem Schneebesen einschlagen. Die flüssige Butter langsam zugeben und dabei immeriterrühren, bis eine dickliche Sauce entstanden ist. Die Kräuter fein hacken, zugeben und die Sauce mit Salz abschmecken.

Die Lachsrollchen mit der Sauce anrichten. Dazu neue Kartoffeln servieren.

Wochenthema: Spargel-Köstlichkeiten
Vincent Klink Mittwoch, 19.5.04

Spargelgratin

500 g	Frühkartoffeln
800 g	Spargel
150 g	Schinken, gekocht
1 Bund	Kerbel
300 g	Crème fraîche
150 g	Gruyère, gerieben
2-3 EL	Weißbrotbrösel, frisch gerieben
	Salz, Pfeffer, Muskat, Zucker, Butter

Die Kartoffeln waschen und mit der Schale kochen.

Den Spargel sorgfältig schälen und die unteren Enden kurz abschneiden. Dann portionsweise bündeln, in reichlich kochendes Wasser geben, das mit etwas Salz, Zucker und Butter gewürzt wurde, und ca. 7 Minuten bissfest kochen.

Anschließend Spargel in eine gefettete feuerfeste Form geben. Schinken in feine Streifen schneiden, Kerbel zupfen und beides über den Spargel streuen. Crème fraîche mit Muskat, Pfeffer und Salz würzen und über den Spargel gießen. Mit dem Käse und den Weißbrotbröseln bestreuen. Unter der Grillschlange ca. 5-10 Minuten goldbraun gratinieren.

Das Spargelgratin mit den Frühkartoffeln servieren.

Wochenthema: Spargel-Köstlichkeiten
Otto Koch Freitag, 21.5.04

Cocktail von Spargelmousse und Spargelsalat

500 g	Spargel, weiß oder grün
3 Blatt	Gelatine
1/4 l	Sahne
etwas	Essig
etwas	Olivenöl, kalt gepresst
1/2 Bund fein gehackt	Blattpetersilie, Salz, Pfeffer

Den Spargel gut schälen und die holzigen Enden abschneiden. Von den Spargelstangen das untere Drittel abschneiden und zusammen mit den Schalen mit wenig Wasser 10 Minuten, mit einem Deckel abgedeckt, dämpfen. Die Spargelstangen ebenfalls in wenig Salzwasser etwa 5 Minuten noch bissfest garen, herausnehmen und mit einem Tuch abgedeckt kalt stellen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Kochfonds der Abschnitte und des Spargels zusammenpassieren, einkochen, abschmecken und mit der ausgedrückten Gelatine vermengen. Kurz bevor der Fond anzieht die geschlagene Sahne untermischen und die Masse in Cocktailgläser füllen. Im Kühlschrank fest werden lassen. Spargel in 2-3 cm große Stücke schneiden, mit Essig und Öl marinieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Petersilie bestreuen. Den Salat auf die Cocktailgläser verteilen und servieren.

Wochenthema: Baguettes, Sandwiches, Panini & Co.
Rainer Strobel Montag, 24.5.04

Englische Teesandwiches

1/2	Kastenweißbrot
ca. 80 g	Butter
1/2 Bund	Dill,
fein gehackt	
1/4	Salatgurke
1 EL	Senf
1 EL	Aprikosenmarmelade
2 Scheiben	Kochschinken,
dünn aufgeschnitten	
2	Eier,
hart gekocht	
etwas	Kresse
1 EL	Kapern,
gehackt	
2 Scheiben	Räucherlachs
1	Zitrone
Salz, Pfeffer	

Das Weißbrot in ca. 1 cm starke Scheiben schneiden.

Für Gurkensandwiches etwas weiche Butter mit einer Prise Pfeffer und fein gehacktem Dill mischen. Eine Brotscheibe damit bestreichen und mit dünn gehobelten Gurkenscheiben belegen, mit einer Prise Salz würzen. Eine zweite Scheibe Brot mit Dillbutter bestreichen und darauf legen. Das Sandwich diagonal durchschneiden.

Für Schinkensandwiches zwei Brotscheiben dünn mit Butter bestreichen. Senf und Aprikosenmarmelade mischen und die Brote damit bestreichen. Eine Scheibe mit dem Schinken belegen und die andere Scheibe Brot darauf legen. Das Sandwich diagonal durchschneiden.

Für Kresse-Ei-Sandwiches zwei Brotscheiben mit Butter bestreichen. Die gekochten Eier pellen, in Scheiben schneiden und ein Brot damit belegen, mit Kresse und Pfeffer bestreuen und die andere Scheibe Brot darauf legen. Das Sandwich diagonal durchschneiden.

Für die Lachs-Kapern-Sandwiches ebenfalls zwei Brotscheiben buttern, mit gehackten Kapern und Dill bestreuen und mit Räucherlachs belegen. Nach Belieben mit etwas Zitronensaft aromatisieren. Die andere Scheibe Brot darauf legen. Das Sandwich diagonal durchschneiden.

Wochenthema: Baguettes, Sandwiches, Panini & Co.
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 25.5.04

Spanische Crostadas mit Manchego und italienische Bruschette

Für die spanischen Crostadas

150 g junger Manchego (span. Käse)
30 ml Weißwein
1 Knoblauchzehe
1/2 Bund Oregano
4 Scheiben Baguettebrot
1 Ei
Salz, Pfeffer, Olivenöl

Für die italienischen Bruschette

4 Scheiben Baguettebrot
2 Knoblauchzehen
1-2 Fleischtomaten (sehr reif)
50 g Parmesan,
frisch gerieben
1/2 Bund Basilikum
Salz, Pfeffer, Olivenöl

Für die spanischen Crostadas den Käse zerkrümeln und mit dem Weißwein zu einer Masse verarbeiten. Knoblauch und Oregano sehr fein hacken und unter die Käsemasse ziehen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Brot mit Olivenöl beträufeln, die Käsemasse dick darauf verteilen, mit verquirltem Ei bestreichen und im Backofen unter der Grillschlange 3-4 Minuten überbacken.

Für die italienischen Bruschette Brotscheiben im Toaster rösten. Mit einer Knoblauchzehe abreiben und mit Olivenöl beträufeln. Die Tomaten abbrühen, die Haut abziehen, in grobe Würfel schneiden, mit Salz, Pfeffer und fein gehacktem Knoblauch abschmecken. Den Parmesan und gehacktes Basilikum darunter ziehen. Die Masse auf die Brotscheiben geben und drei Minuten im Backofen (ca. 80 Grad) erwärmen.

Wochenthema: Baguettes, Sandwiches, Panini & Co.
Vincent Klink Mittwoch, 26.5.04

Baguette mit selbst gebeiztem Lachs

1 Limone, unbehandelt
2 Sternanis (ersatzweise Korianderkörner)
1 TL schwarzer Pfeffer, geschrotet
1/2 EL Zucker
350 g Lachsfilet
ca. 1 EL Meersalz
2 Baguettebrötchen
2 Blätter Kopfsalat
1 kleine Zwiebel,
in feine Ringe geschnitten
1 EL Schnittlauch,
fein geschnitten
1 EL Dill,
gehackt
Klarsichtfolie, Butter

Von der Limone die Schale abreiben und den Saft auspressen. Sternanis, Pfeffer, Limonenschale und Zucker im Mörser fein mahlen. Das Lachsfilet von allen Seiten salzen, mit der Gewürzmischung und Limonensaft einreiben, in eine flache Schale geben und mit der Folie abdecken. Über Nacht im Kühlschrank einziehen lassen. Dann die Gewürzkrümel vom Fisch abstreifen und das Filet in dünne Scheiben schneiden.

Die Brötchen halbieren, mit Butter bestreichen. Mit einem Salatblatt und den Lachsscheiben belegen, mit Zwiebelringen und Kräutern bestreuen und mit der zweiten Brothälfte abdecken.

Wochenthema: Baguettes, Sandwiches, Panini & Co.
Vincent Klink Donnerstag, 27.5.04

Hähnchenbrust-Panini mit Kräutermayonnaise

2 Hähnchenbrüste
2 Eigelb
2 TL Meerrettichsenf
2 EL Zitronensaft
ca. 1/4 l Speiseöl (je nach Vorliebe und Geschmack Sonnenblumen-, Oliven- oder Distelöl)
2 EL gemischte Kräuter,
gehackt (Schnittlauch, Petersilie, Basilikum, Kerbel usw.)
2 Panini (ital. Brötchen)
2-4 Blätter Kopfsalat
Salz, Pfeffer,
Olivenöl

Die Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten anbraten und im Ofen bei 160 Grad noch ca. 10 Minuten fertig garen. Abkühlen lassen und in dünne Scheiben schneiden.

Eigelb mit Senf und Zitronensaft in eine möglichst schmale Schüssel mit hohem Rand geben. Unter stetigem Rühren das Öl hineinlaufen lassen. Anfangs ist alles noch ziemlich wässrig, dann dickt das Ganze langsam an und man kann das Öl ziemlich unbekümmert hineingeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Die Mayonnaise mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Kräuter untermischen.

Die Panini horizontal halbieren und mit Mayonnaise bestreichen, ein bis zwei Salatblätter und darauf die aufgeschnittene Hähnchenbrust legen. Mit Mayonnaise beträufeln und mit der zweiten Brothälfte abdecken.

Wochenthema: Baguettes, Sandwiches, Panini & Co.
Otto Koch Freitag, 28.5.04

Fladenbrot mit gebratenem Lammhackfleisch

300 g Lammkeule, durch die feine Scheibe des Fleischwolfes gedreht
1 EL Zwiebel, fein gewürfelt
1 Knoblauchzehe, gepresst
1 EL Petersilie, fein gehackt
ein paar Majoran- und Thymianblättchen, fein gehackt
2 kleine frische Fladenbrote (vom türkischen Bäcker)
4 große Kopfsalatblätter
1 rote Zwiebel,
in feine Ringe geschnitten
1-2 Tomaten,
in Scheiben geschnitten
Salz , Pfeffer, scharfes Paprikapulver,
Olivenöl

Das Lammhack mit Zwiebel, Knoblauch, Petersilie, Majoran und Thymian gut vermischen. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse zwei Hacksteaks formen und diese in Olivenöl von beiden Seiten scharf anbraten, dann noch einige Minuten bei geringer Hitze ziehen lassen. Sie sollten innen noch gerade rosa sein.

Die Fladenbrote horizontal aufschneiden und alle Teile toasten. Auf die beiden unteren Brotteile Salatblätter verteilen, die Hacksteaks darauf geben, rote Zwiebelringe und Tomatenscheiben auflegen und mit den restlichen Brotscheiben abdecken.

ARD-Buffer Rezepte Juni 2004

Wochenthema: Artischocken-Variationen
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 01.06.04

Mit Knoblauch und Thymian geschmorte junge Artischocken

3 kleine Artischocken
1/2 Knolle junger, grüner Knoblauch
1/2 Bund Thymian

2	Lorbeerblätter
1	rote Zwiebel, grob geschnitten
40 ml	Weißwein
40 ml	Gemüsebrühe
1	reife Avocado
etwas	Zitronensaft
1 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
	Salz, Olivenöl

Artischocken waschen, mit einem Messer oder einer Schere die Blattspitzen abschneiden, den Stiel schälen, in der Mitte längs durchschneiden und das „Heu“ herausnehmen. In einer Pfanne mit Olivenöl auf der geschnittenen Seite die Artischockenhälften anbraten. Die halbe Knolle jungen Knoblauch, Thymianzweige, Lorbeerblätter und die Zwiebel zugeben, anbraten und mit Weißwein und Gemüsebrühe ablöschen. Mit geschlossenem Deckel alles 15 Minuten schmoren lassen. Die Avocado halbieren, den Kern herausnehmen und mit einem Löffel das Fruchtfleisch herauslösen. Zitronensaft und 2 EL Olivenöl zugeben, mit Salz würzen und mit einem Pürierstab zu einer glatten Paste verarbeiten. Je 3 Artischockenhälften mit 1 EL Avocadopüree anrichten, Schnittlauchröllchen darüber streuen und Weißbrot dazu reichen.

Wochenthema: Artischocken-Variationen
Bertram Blauel, Blauel's Restaurant, Neuenburg

Donnerstag, 03.06.04

Mediterrane Artischockentarte

Rezept für 4 Personen

280 g	Weizenmehl
200 g	Butter
2	Eier
1 TL	Rosmarinnadeln, fein gehackt
1 TL	Thymian, fein gehackt
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
2	Tomaten, gehäutet, entkernt, gewürfelt
4	mittelgroße frische Artischockenböden,

in feine Scheiben geschnitten
2 Sardellenfilets, gehackt
1 TL Kapern, gehackt
2 EL Limonenöl
200 ml Sahne,
100 ml Milch
Linsen zum Blindbacken,
Salz, Pfeffer, Olivenöl,
Klarsichtfolie, Pergamentpapier

Olivenvinaigrette:

1 Msp Senf
4 EL Balsamico
2 EL Gemüsebrühe
3 EL Rotwein
3 EL Sonnenblumenöl
5 EL Olivenöl
2 EL schwarze Oliven,
gehackt
1 EL Petersilie, fein gehackt
Salz, Pfeffer

250 g Weizenmehl mit 175 g Butter, 1 Ei, Rosmarin, Thymian und einer Prise Salz zu einem glatten Teig kneten, in Klarsichtfolie einschlagen und 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Vier flache Tortenförmchen von 10 cm Durchmesser mit restlicher Butter ausstreichen, mit etwas Mehl bestäuben. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen, in der Größe der Formen ausstechen und locker in die Formen drücken. Mit Pergamentpapier und den Linsen belegen, bei 180 Grad etwa 10-15 Minuten blindbacken. Pergamentpapier und Linsen entfernen. In einer Pfanne mit Olivenöl Schalotte und Knoblauch glasig anschwitzen. Tomaten, Artischockenböden, Sardellen und Kapern dazugeben. Etwa 5 Minuten köcheln lassen. Mit Limonenöl und Pfeffer abschmecken. Alles auf den Törtchenböden verteilen. Sahne, Milch, 1 Ei, Pfeffer und etwas Salz verquirlen, die Törtchen damit begießen. Bei 180 Grad etwa 15 Minuten im Ofen fertig backen. Für die Olivenvinaigrette Senf, Balsamico, Gemüsebrühe, Rotwein mit Salz und Pfeffer verrühren. Beide Ölsorten einschlagen, Oliven und Petersilie unterheben. Die Artischockentarte heiß aus dem Ofen servieren und die Vinaigrette dazu reichen.

Wochenthema: Artischocken-Variationen
Otto Koch Freitag, 04.06.04

Seelachsfilet mit Tomaten und pürierten Artischocken

2 große Artischocken
etwas Zitronensaft, frisch gepresst
2 Seelachsfilets à 180 g
1 Knoblauchzehe
1 Zweig Thymian
2 Tomaten,
gehäutet, entkernt und geviertelt
4 kleine Pellkartoffeln
50 g Sahne
1/4 l Fischfond
Salz, Pfeffer,
Olivenöl

Artischocken waschen und die Stiele abbrechen (dabei lösen sich auch die harten Fasern vom Blütenboden). Mit einem Messer oder einer Schere die oberen Blattspitzen abschneiden (große Artischocken werden so um ein bis zwei Drittel gestutzt). Die äußeren harten Blätter um den Blütenboden entfernen, die Blattansätze und harten Stellen am Rand und an der Bodenunterseite mit einem scharfen Küchenmesser abschälen. Die hellen Herzblätter, die über dem „Heu“ liegen, herausziehen oder abzupfen. Das „Heu“ mit einem Esslöffel entfernen. Die vorbereiteten Böden sofort in Zitronenwasser legen. Die Böden je nach Größe in reichlich Zitronen-Salz-Wasser ca. 12 Minuten garen.

Die Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in Olivenöl mit einer Knoblauchzehe und Thymian kurz in einer Pfanne mit feuerfestem Griff anbraten. Dann die Tomatenviertel darauf verteilen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kartoffeln dazulegen, mit etwas Olivenöl beträufeln und im Backofen bei 180 Grad ca. 15 Minuten garen.

Die Artischockenböden klein schneiden und in einem Cutter zu sehr feinem Püree mixen, Sahne zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken (evtl. durch ein feines Sieb passieren). Zum Anrichten den Fisch und die Kartoffeln aus der Pfanne nehmen und auf den Tellern verteilen. Den Bratensatz mit dem Fischfond ablöschen und etwas einkochen. Abschmecken und über den Fisch geben. Das Artischockenpüree dazu anrichten.

Wochenthema: Geschnitzeltes
Rainer Strobel Montag, 07.06.04

Gebratener Rettich aus dem Wok

200 g	Schweinefilet oder Schweinerücken
400 g	weißer Rettich
1	Frühlingszwiebel
etwas	frischer Ingwer
1	rote Chilischote
2	Knoblauchzehen
50 ml	Sake (Reiswein)
1/4 l	Fleischbrühe
2 EL	Zucker
5 EL	Sojasauce
1/2 Bund gezupft	frischer Koriander,
1 TL	dunkles Sesamöl Erdnussöl

Das Schweinefilet in feine Streifen schneiden. Den Rettich schälen und der Länge nach in 2 cm breite Spalten teilen und dann in ca. 4 cm lange Stücke, die Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden. Ingwer, Chili und Knoblauch fein hacken. Das Erdnussöl im Wok erhitzen, Frühlingszwiebel, Ingwer, Chili, Knoblauch und Schweinefilet zufügen und unter ständigem Rühren anbraten. Rettich zugeben und 2 Minuten mitbraten. Sake, Brühe, Zucker und Sojasauce zugeben. Alles 4-5 Minuten leicht köcheln. Sesamöl untermischen, mit frischem Koriandergrün bestreuen, abschmecken und servieren. Dazu passt sehr gut Duftreis.

Wochenthema: Geschnitzeltes
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 08.06.04

Kaninchengeschnitzeltes mit Salbei und Tomate

2	Schalotten
2	Tomaten
1 großer oder	
2 kleine	Kaninchenrücken (evtl. mit Leber und Niere)
1/2 Bund	Salbei,
gehackt	
40 ml	Geflügelbrühe
20 ml	Sahne
1 EL	kalte Butterflöckchen
evtl. 1	großer Thymianzweig
	Salz, Pfeffer,
	Olivenöl

Schalotten halbieren und in feine Scheiben schneiden. Tomaten häuten, achteln und entkernen. Den Kaninchenrücken in 1 cm dicke Scheiben schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit heißem Olivenöl die Fleischscheiben von beiden Seiten anbraten, aus der Pfanne nehmen und warm stellen. In der Fleischpfanne die Schalotten anbraten, Salbei und Tomaten dazugeben und alles durchschwenken. Mit Geflügelbrühe ablöschen, Sahne zufügen und abschmecken. Die Sauce mit kalter Butter binden. Das Fleisch wieder in die Sauce geben und anrichten. Die Kaninchenleber würfeln, die Nieren putzen und auf einen Thymianzweig spießen und auf jeder Seite 3 Minuten in einer Pfanne mit Olivenöl braten. Den Innereisenspieß zum Geschnietzelten reichen. Dazu passen sehr gut Bandnudeln.

Wochenthema: Geschnietzeltes

Vincent Klink

Mittwoch, 09.06.04

Whisky-Geschnietzeltes

350 g	Schweinefilet
2	Zwiebeln,
	fein gehackt
5 EL	kräftige Fleischbrühe
2 EL	Whisky
80 g	Champignons
1/4 Bund	Blattpetersilie,
	fein gehackt
1/4 l	Sahne,

geschlagen
Salz, Pfeffer,
Butterschmalz, Butter

Das Fleisch in feine Scheiben schneiden und bei großer Hitze in einer Pfanne mit Butterschmalz scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, aus der Pfanne nehmen und warm stellen. (Es macht nichts, wenn einige Stückchen noch etwas roh durchschimmern.) In der Pfanne mit etwas Butter die Zwiebeln goldbraun anschwitzen, mit Brühe und Whisky ablöschen und um die Hälfte einkochen lassen. Die Pilze in feine Scheiben schneiden und dazugeben. Den aus dem Fleisch ausgetretenen Fleischsaft hinzufügen und gut einkochen. Vor dem Anrichten Petersilie, Sahne und das Fleisch zugeben, kurz erhitzen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Es ist wichtig, dass das Fleisch nicht völlig durchgekocht wird. So bleibt es zart und saftig.
Zum Geschnietelten passen sehr gut Rösti, Nudeln oder Spätzle.

Wochenthema: Geschnieteltes
Vincent Klink Donnerstag, 10.06.04

Seeteufel-Curry-Gesnieteltes

100 g	Langkornreis
50 g	frische Erbsen
300 g	Seeteufelfilet
2	Frühlingszwiebeln, fein geschnitten
50 g	Champignons, in feine Scheiben geschnitten
1 TL	Mehl
1 EL	Curry
1/8 l	Weißwein
125 g	Sahne, geschlagen
1/4 Bund	Blattpetersilie, fein gehackt Salz, Pfeffer, Olivenöl, Butter

Den Reis in Salzwasser kochen, die Erbsen blanchieren. Seeteufelfilet waschen, trocken tupfen, in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl kurz und scharf anbraten, dann warm stellen.

In der gleichen Pfanne die Frühlingszwiebeln mit etwas Butter anschwitzen, Champignons zugeben und hell andünsten. Mit Mehl und Curry bestäuben und mit Wein ablöschen. Alles gut durchkochen, dann die Fischstücke wieder zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen, gut durchschwenken. Sahne und Petersilie untermischen und anrichten. Erbsen und gekochten Reis vermischen, abschmecken und dazureichen.

Wochenthema: Geschnetzeltes

Otto Koch

Freitag, 11.06.04

Filetspitzen Stroganoff

350g	Rinderfiletspitzen
1	Essiggurke
2	Schalotten,
fein geschnitten	
1/8 l	Rotwein (trocken)
1/8 l	Bratenfond (dunkel)
6 kleine Karotten,	
am Stück blanchiert	
150 g	Reis (gekocht)
20 g	Butter
1 EL	Crème fraîche
1/4 Bund	Petersilie,
fein gehackt	
Salz, Pfeffer, Zucker,	
Pflanzenöl zum Anbraten	

Rinderfiletspitzen in feine Scheiben, Gurke in Streifen schneiden.

In einer heißen Pfanne mit Öl die Filetspitzen anbraten, Schalotten und Gurkenstreifen zugeben. Dann alles in ein Sieb, das auf einer Schüssel liegt, geben und den Bratensatz in der Pfanne mit Rotwein ablöschen. Bratenfond zugeben und aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den in der Schüssel aufgefangenen Fleischsaft in die Sauce geben und nochmals aufkochen.

Die Karotten in etwas Butter glacieren, mit Zucker und Salz würzen. Den Reis erhitzen, Butter und Salz untermischen und in gebutterte Timbalförmchen pressen. Reistimbales auf die Tellermitte stürzen. Fleisch und die Sauce vermischen, um den Reis anrichten, mit Crème fraîche garnieren, mit Petersilie bestreuen und Karotten dazureichen.

Wochenthema: Gefüllte Gemüse
Rainer Strobel Montag, 14.06.2004

Gefüllte Paprikaschoten

4	rote Paprikaschoten
2	Schalotten
4	Knoblauchzehen
1	Zucchini
1	Aubergine
3	Tomaten
150 g	Schafskäse
2 EL	Tomatenmark
3 Zweige	Thymian
1 Zweig	Rosmarin
100 g	Reis (gekocht)
1/2 l	Gemüsebrühe
	Salz, Pfeffer,
	Olivenöl

Die Paprikaschoten waschen, die Deckel mit dem Stielansatz abschneiden, Kerne und Trennhäute entfernen.

Schalotten und Knoblauch fein hacken. Zucchini, Aubergine und Tomaten in 1 cm große Würfel schneiden, den Schafskäse ebenfalls würfeln.

Schalotten in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen, Knoblauch, Zucchini und Auberginen zugeben, Tomatenmark untermischen und 5 Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kräuter fein hacken und mit den Tomaten zugeben. Zuletzt Schafskäse und Reis untermischen, abschmecken und die Paprikaschoten damit füllen, die Deckel obenauf setzen. Paprikaschoten in eine feuerfeste Form setzen, mit Gemüsebrühe auffüllen und im 160 Grad heißen Ofen ca. 30 Minuten schmoren.

Zu den gefüllten Paprika schmeckt sehr gut Kräuterreis.

Wochenthema: Gefüllte Gemüse

Jacqueline Amirfallah

Dienstag, 15.06.04

Gefüllte Auberginen mit Lammfrikadellen

2 große Auberginen
1 Bund Blatt Petersilie
200 g Lammhackfleisch
1 Ei
1/2 Brötchen vom Vortag, in Wasser eingeweicht
1 Zwiebel, fein gehackt
1 Becher Naturjoghurt
1 Bund Minze, fein geschnitten
1 Knoblauchzehe, gepresst
Salz, Cumin,
Olivenöl

Eine Aubergine einstechen und im 180 Grad heißen Backofen ca. 20 Minuten garen, bis sie weich ist. Anschließend aufschneiden und mit einem Löffel das Fruchtfleisch herausnehmen.

Auberginenfruchtfleisch mit Petersilie, etwas Cumin, Olivenöl und Salz im Mixer zu Püree verarbeiten. Die zweite Aubergine längs in 1/2 cm starke Scheiben schneiden, diese einsalzen und Wasser ziehen lassen.

Das Hackfleisch mit Ei, eingeweichtem Brötchen, Zwiebel, Salz und Cumin gut vermischen. Zu Frikadellen formen und diese in einer Pfanne mit Olivenöl braten. Die Auberginenscheiben abspülen, trocken tupfen, in einer Pfanne mit wenig Olivenöl anbraten oder im Backofen grillen.

Auf die gebratenen Scheiben das Püree streichen und aufrollen. Joghurt mit Minze und Knoblauch vermischen und zusammen mit Frikadellen und Auberginenröllchen anrichten. Dazu passt gut Reis oder Fladenbrot.

Wochenthema: Gefüllte Gemüse

Vincent Klink

Mittwoch, 16.06.04

Gefüllte Zucchini mit Ziegenkäse

4 Zucchini
1 Zwiebel, fein geschnitten

1	Knoblauchzehe, gepresst
1-2	Brötchen vom Vortag, in etwas Milch eingeweicht
1	Peperoni, entkernt und fein gehackt
2 EL	Pinienkerne, geröstet
200 g	Ziegenfrischkäse
1	Tomate, gehäutet und gewürfelt
1 TL	Rosmarin, fein gehackt
1 EL	Petersilie, fein gehackt
1 EL	Schnittlauch, fein geschnitten

Salz, Pfeffer, Olivenöl, Backpapier

Die Zucchini halbieren, mit einem Löffel aushöhlen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben, mit Olivenöl bepinseln und im 150 Grad heißen Ofen ca. 15 Minuten schmoren. Zucchinistücke hacken.

In der Zwischenzeit die Zwiebel mit Knoblauch in Olivenöl andünsten, gehackte Zucchini zugeben. Vom Herd ziehen und mit eingeweichtem Brötchen, Peperoni, Pinienkernen, Käse, Tomatenwürfeln, Rosmarin, Petersilie und Schnittlauch vermischen. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Zucchinihälften mit der Masse füllen und nochmals ca. 10 Minuten in den Ofen geben, zum Schluss evtl. unter der Grillschlange gratinieren.

Wochenthema: Gefüllte Gemüse
 Vincent Klink Donnerstag, 17.06.04

Gefüllte Kohlrabi mit Bulgur

4	große Kohlrabi
80 g	Bulgur
3	Karotten
2	Schalotten, fein geschnitten
1 TL	Thymian, fein gehackt
1 TL	Petersilie, fein gehackt
1	rote Paprika, gewürfelt
1	Knoblauchzehe
1/4 l	Gemüsebrühe
1 TL	Kreuzkümmel,

80 ml	gemahlen
geschlagen	Sahne,
1 EL	Butterflocken
	Salz, Pfeffer,
	Olivenöl

Kohlrabi schälen, mit einem Parisien-Ausstecher vorsichtig aushöhlen und Kohlrabi, in Salzwasser weich kochen. Die Kohlrabistücke beiseite stellen, sie werden später nur gedünstet.
 Bulgur waschen und abtropfen lassen. In kochendem Salzwasser den Bulgur 10 Minuten garen, dann abgießen. Karotten in Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit Olivenöl eine fein geschnittene Schalotte anschwitzen, Karotten und die Kohlrabistückchen zugeben und dünsten. Thymian und Petersilie untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken, Bulgur darunter ziehen.
 Für die Sauce eine gewürfelte Schalotte in Olivenöl anschwitzen, Paprika und Knoblauch zugeben und mit Brühe ablöschen. Paprika weich kochen, Kreuzkümmel zugeben und die Sauce pürieren. Durch ein Sieb streichen, mit der Sahne aufmixen und abschmecken.
 Die ausgehöhlten Kohlrabi mit etwas Sauce und dann mit der Bulgur- Gemüse Mischung füllen. Butterflocken obenauf geben und unter der Grillschlange etwas bräunen.
 Zum Anrichten mit der übrigen Sauce umgießen.

Wochenthema: Gefüllte Gemüse
 Otto Koch Freitag, 18.06.04

Rote Zwiebeln mit Hähnchenragout gefüllt

2	große rote Zwiebeln
80 ml	Gemüsebrühe
300 g	Hähnchenbrustfleisch
1 TL	Mehl
100 ml	Geflügelfond
100 ml	Weißwein
250 g	Crème double
etwas	Zitronenabrieb
1/4 Bund	Petersilie,
	fein gehackt
	Salz, Pfeffer, Zimt,
	Butter

Die roten Zwiebeln schälen, Wurzelansatz abschneiden, sodass die Zwiebel nicht umfällt; den oberen Teil so abschneiden, dass er als Deckel verwendet werden kann; die Zwiebeln aushöhlen. Die Zwiebeln mit etwas Gemüsebrühe füllen (ca. 1 cm hoch) und den Deckel darauf geben. Im Backofen bei 200 Grad ca. 20 Minuten garen.
 Hähnchenbrust in kleine Würfel schneiden. Die roten Zwiebelstücke (das Ausgehöhlte) fein hacken und in Butter anschwitzen. Das Fleisch zugeben und anbraten, leicht mit Mehl bestäuben, mit Geflügelfond ablöschen, mit Weißwein und Crème double auffüllen. Mit Zitronenabrieb, Zimt, Salz und Pfeffer abschmecken.
 Die Zwiebeln mit dem Ragout füllen und den Deckel darauf setzen, mit Petersilie garnieren. Dazu passen sehr gut Bandnudeln.

Wochenthema: Grill-Spaß
Rainer Strobel Montag, 21.06.04

Gerollte Schweinelendchen vom Grill

300 g Schweinelende
3 kleine Zwiebeln
1 Zitrone, unbehandelt
1/2 Bund frischer Majoran, fein gehackt
100 g Frühstücksspeck, in Scheiben
Salz, Pfeffer, Kümmel,
Olivenöl,
Schaschlikspieße

Das Fleisch in 1 cm dicke Scheiben schneiden und zwischen einem Gefrierbeutel plattieren. Die Zwiebeln fein hacken. Aus Salz, Pfeffer, etwas gemahlenem Kümmel, Zitronenabrieb und Majoran eine Gewürzmischung herstellen. Das Fleisch damit würzen. In die Mitte der Fleischscheiben gehackte Zwiebeln geben und aufrollen. Die Röllchen abwechselnd mit aufgerollten Speckscheiben auf 4 Schaschlikspieße stecken. Auf dem Grill oder in einer Pfanne mit Olivenöl die Spieße langsam braten.

Dazu passt sehr gut ein frischer Salat oder Bratkartoffeln mit Zwiebeln.

Wochenthema: Grill-Spaß
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 22.06.04

Gegrillte Lachsforelle auf Fenchelsalat

1 Lachsforelle
1 Zitrone, unbehandelt
1 große Fenchelknolle
1/4 Bund Dill, fein gehackt
1 Tomate
1/2 Bund Schnittlauch, fein geschnitten
1-2 EL Forellenkaviar
Salz, Pfeffer, Zucker, Olivenöl, Alufolie

Die Forelle filetieren und entgräten. Die Filets mit Salz und Pfeffer würzen. Von der Zitrone zwei dünne Scheiben abschneiden. Auch den Fenchel der Länge nach in sehr dünne Scheiben schneiden. Das Fenchelgrün fein hacken.

Auf die Forellenfilets Zitronenscheiben und 2-3 Scheiben Fenchel legen, 1 EL Fenchelgrün, 1 EL Dill und 1 EL Olivenöl darauf geben und die Filets zusammenklappen, in geölte Alufolie einpacken und auf dem Grill garen.

Restlichen Fenchel mit etwas Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Zucker und Olivenöl mischen und 10 Minuten ziehen lassen. Die Tomate in Scheiben schneiden und mit Schnittlauch und Forellenkaviar unter den Fenchel geben.

Den Salat zur gegrillten Forelle servieren.

Wochenthema: Grill-Spaß
Vincent Klink Mittwoch, 23.06.04

Gegrillte Kaninchenkeulen

2 Schalotten, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
50 g Pfifferlinge oder Champignons, gehackt
1/2 Bund Petersilie, gehackt
1 EL Thymianblättchen
2 Kaninchenkeulen
6 Scheiben luftgetrockneter Speck
(hauchdünn aufgeschnitten)
Salz, Pfeffer,
Olivenöl

Die Schalotten in Olivenöl anschwitzen, Knoblauch und Pilze hinzufügen. Pfanne vom Herd ziehen, Petersilie und Thymian untermischen.

Die Kaninchenkeulen entbeinen, dann zwischen einem Gefrierbeutel dünn plattieren. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit der Pilzmasse bestreichen. Die Rouladen in die Speckscheiben einwickeln. Das geht am besten, wenn man jeweils 3 Scheiben Speck eng aneinander legt, eine Roulade darauf gibt und vorsichtig aufrollt. Evtl. mit Zahnstocher fixieren, etwas platt drücken und auf dem Grill garen.

Wochenthema: Grill-Spaß
Vincent Klink Donnerstag, 24.06.04

Gemüseschaschlik

1 Fenchelknolle
4 grüne Spargel
4 grüne breite Bohnen
2 große Kartoffel,

	gekocht
2	Fleischtomate
2	Kaffirlimettenblätter, fein gehackt
1/2 Stange	Zitronengras, fein gehackt
2 TL	Sojasauce
4 EL	Olivenöl
1	Knoblauchzehe, fein gehackt
1 EL	Thymian, fein gehackt
1 EL	Rosmarin , fein gehackt
1 EL	Petersilie, fein gehackt
1 EL	Balsamico
	Salz, Pfeffer, Schaschlikspieße

Fenchel in Salzwasser bissfest blanchieren, auf Küchenkrepp trocknen und in ca. 3 cm große und starke Stücke schneiden. Spargel ab dem unteren Drittel schälen, die Bohnen putzen und jeweils in Salzwasser bissfest blanchieren. Eine Tomate und Kartoffeln in 3 cm große Würfel schneiden. Kaffirlimettenblätter, Zitronengras, Sojasauce, Olivenöl und Knoblauch mit den Kräutern und etwas Pfeffer mischen. Das gewürfelte Gemüse in der Marinade ca. 20 Minuten einlegen. Mit einer Gabel das Gemüse herausnehmen und abtropfen lassen. Spargel und Bohnen in 3 cm lange Stücke schneiden Das Gemüse auf Schaschlikspieße stecken. Die Spieße auf Grill-Aluschalen garen. Die übrige Tomate enthäuten, entkernen und klein würfeln und unter die restliche Marinade mischen. Mit Balsamico, Salz und Pfeffer abschmecken und als Sauce zu den Spießen servieren.

Wochenthema: Grill-Spaß
Otto Koch Freitag, 25.06.04

Gegrillte Makrele mit Sauerrahmdip

2	ganze Makrelen à 250 – 300g
1/2 Bund	Petersilie, fein gehackt
2	Knoblauchzehen, zerdrückt
1/2	Zitrone (Saft)
etwas	Mehl
4	Kartoffeln (in der Schale etwas vorgekocht)
250 g	saure Sahne
1 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Olivenöl, Alufolie

Die Fische auswaschen und mit Küchenkrepp gut abtrocknen (auch innen). Aus etwas Olivenöl, Salz, Pfeffer, Petersilie und Knoblauch eine Marinade mischen. Die Fische innen und außen mit der

Marinade einreiben und mit Zitronensaft beträufeln. Dann in Mehl wenden und von beiden Seiten grillen. Die Kartoffeln in Alufolie einschlagen und auf den Grill geben. Saure Sahne mit Salz, Pfeffer und Schnittlauch abschmecken. Die Forellen entweder im Ganzen servieren oder die Filets auslösen. Die Kartoffeln auspacken, einschneiden und aufdrücken. In die Öffnung etwas von der Sauce gießen.

Wochenthema: Blütenküche
Rainer Strobel Montag, 28.06.04

Kalbsrücken mit Rucolasalat und Kapuzinerkresseblüten

200 g	Rucola
100 g	Kapuzinerkresseblüten mit Blättern
400 g	frische Pfifferlinge
1	Schalotte
5 EL	Balsamico
3 EL	Haselnussöl
3 EL	Traubenkernöl
4	Kalbsrückensteaks á 120 g
1/2 Bund	Schnittlauch,
fein geschnitten	Salz, Pfeffer, Zucker,
	Olivenöl

Rucola waschen und gut abtropfen lassen. Von der Kapuzinerkresse die Blüten abzupfen und die Blätter mit Rucola mischen. Pfifferlinge putzen. Die Schalotte fein hacken und in Olivenöl anschwitzen. Pfifferlinge zugeben und rasch anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit 2 EL Balsamico ablöschen.

Aus restlichem Balsamico, Haselnuss- und Traubenkernöl, etwas Zucker, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette mischen.

Die Kalbsrückensteaks mit Salz und Pfeffer würzen und in Olivenöl langsam braten.

Den Salat auf Tellern anrichten, die Pfifferlinge drumherum geben, alles mit Dressing überziehen, mit Blüten und Schnittlauch bestreuen und die Kalbsrückensteaks dazureichen.

Wochenthema: Blütenküche
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 29.06.04

Zucchinirahmsuppe mit Ringelblumen und Gänseblümchen

1	Zwiebel, fein geschnitten
50 g	Ricotta
75 g	Mehl
25 g	Parmesan, frisch gerieben
1	Ei
1	Eigelb
1/2 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
1/2 Strauß	Ringelblumenblüten, unbehandelt
1,5 l	Gemüsebrühe
1 kg	Zucchini
1	Knoblauchzehe, fein gehackt
etwas	Ingwer, frisch gerieben
2 EL	Sahne
1 Bund	Gartenkräuter (Petersilie, Dill, Liebstöckel usw.), fein gehackt
ein paar	Gänseblümchenblüten, unbehandelt
	Salz, Pfeffer, Muskat, Butter

Zwiebel in etwas Butter anschwitzen, die Hälfte davon mit Ricotta, Mehl, Parmesan, etwas Butter, Ei und Eigelb vermischen; mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Schnittlauch und einige gehackte Ringelblumen vorsichtig darunter ziehen. Von der Masse Klößchen abstechen und diese in einem halben Liter Gemüsebrühe gar ziehen lassen.

Zucchini halbieren, entkernen und klein schneiden. Zu der übrigen Zwiebeln im Topf geben, Knoblauch und Ingwer zufügen und gut anschwitzen. Mit 1 l Gemüsebrühe auffüllen und salzen. Zucchini weich kochen, Sahne zugeben, alles pürieren, passieren und abschmecken. Zum Schluss die Kräuter unterziehen und die Klößchen, Ringelblumenblüten und Gänseblümchen darauf geben.

Wochenthema: Blütenküche
Vincent Klink Mittwoch, 30.06.04

Risotto mit Kräuterblüten

4	Schalotten
2	Knoblauchzehen
200 g	Risottoreis
100 ml	Weißwein
500 ml	Geflügelbrühe

50 g Butter
80 g Parmesan,
frisch gerieben
2 Hand voll essbare Kräuterblüten (z.B. Schnittlauch-, Boretsch-, Salbei-, Basilikum-,
Thymianblüten),
unbehandelt
Salz, Pfeffer, Olivenöl

Schalotten und Knoblauch fein würfeln, in Olivenöl anschwitzen, den Risottoreis zugeben und ebenfalls mitrösten. Anschließend mit Weißwein ablöschen, nach und nach mit heißer Brühe aufgießen. Der Reis sollte immer mit Flüssigkeit bedeckt sein und leicht kochen. Nach 12 - 15 Minuten ist der Reis weich und hat noch Biss. Butter und Parmesan unterziehen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kräuterblüten untermischen und servieren. Dazu passt gut ein mit einer Kräuter-Vinaigrette angemachter Blattsalat.

Wochenthema: Blütenküche
Vincent Klink Donnerstag, 01.07.04

Rosenblüten-Kaiserschmarren mit Vanillecreme

Für die Vanillecreme

1/2 EL Speisestärke
300 ml Milch
1 Vanilleschote
2 EL Zucker
3 Eigelb
100 g Sahne,
geschlagen

Für den Kaiserschmarren

3 Eier
200 g Mehl
1/4l Milch
1/8l Sahne
1 Prise Salz

1 EL	flüssige Butter
30 g	Zucker
50 g	Mandeln, gehobelt
1 EL	Rosenwasser
1 Hand voll	Duftrosenblüten, ungespritzt Butterschmalz

Für die Vanillecreme Stärke mit 2 EL Milch anrühren. Vanilleschote aufschneiden und das Mark herausstreichen. Übrige Milch mit Vanillemark und ausgeschabter Schote aufkochen, die aufgelöste Stärke untermischen und unter stetigem Rühren 1 Minute aufkochen. Topf vom Herd ziehen, Zucker untermischen und Eigelbe unterrühren. Die Creme heiß durch ein Sieb passieren und abkühlen lassen, dabei immer wieder umrühren, damit sich keine Haut bildet. Zum Schluss geschlagene Sahne untermischen.

Für den Kaiserschmarren die Eier trennen. Mehl mit Milch, Sahne, Eigelb und einer Prise Salz gut verrühren. Langsam unter Rühren die flüssige Butter untermischen. Eiweiß zu Schnee schlagen, dabei 15 g Zucker nach und nach zugeben. Eischnee unter den Teig heben. In eine heiße Pfanne mit Butterschmalz den Teig ca. 1 cm dick hineingeben. Auf der Unterseite hellgelb backen, dann wenden, 1 Minute weitergaren und mit einer Gabel in Stücke zerreißen. Mandeln und etwas Zucker zugeben und unter häufigem Wenden etwa 5 Minuten bräunen. Das Rosenwasser und die Rosenblütenblätter untermischen und mit der Vanillecreme servieren.

Wochenthema: Blütenküche
Jörg Sackmann Freitag, 02.07.04

Sardinen mit gefüllten Zucchini Blüten

4	Zucchini mit Blüte
10	frische Sardinen
etwas	Zitronensaft
etwas	Mehl
1 kleine	Zwiebel, fein gehackt
2	Knoblauchzehen, fein gehackt
3	Champignons , fein gehackt
1/2 Bund	Rucola, fein gehackt Salz, Pfeffer, Olivenöl

Von den Zucchini Blüten den Zucchini Gemüseansatz schräg abschneiden und den an der Blüte verbleibenden Rest fächerförmig aufschneiden. Die Sardinen ausnehmen, waschen und trocken tupfen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen, in Mehl wenden und in einer Pfanne mit Olivenöl goldbraun braten. Zucchini fein hacken. In einer Pfanne mit Olivenöl Zwiebel, Knoblauch, gehackte Zucchini und Champignons anschwitzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Zucchini Blüten mit der Masse füllen und diese in Butter langsam von beiden Seiten braten.

Sardinen und gefüllte Zucchini Blüten anrichten und mit Olivenöl und Zitronensaft beträufeln; mit gehacktem Rucola bestreuen.

ARD-Bufferet Rezepte Juli 2004
Wochenthema: Sülzen

Rainer Strobel Montag, 05.07.04

Pfirsich-Vanille-Sülze

4 Blatt	Gelatine
4	reife Pfirsiche
40 g	Zucker
1 Spritzer	Zitronensaft
1	Vanilleschote
50 ml	Milch
3	Eigelb
100 g	Sahne geschlagen

Jeweils zwei Blatt Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Pfirsiche mit kochendem Wasser überbrühen, abschrecken und die Haut abziehen. Dann halbieren und den Stein herauslösen. Vier Pfirsichhälften mit 1 EL Zucker und Zitronensaft pürieren. Die übrigen Pfirsichhälften fein würfeln und in Dessertgläser füllen.

Zwei Blatt Gelatine auflösen und unter die Hälfte des Pfirsichpürees mischen. Über die Würfel geben und kalt stellen.

Die Vanilleschote aufschneiden und das Mark herausstreichen. Vanillemark mit Schote und Milch aufkochen, dann die Schote wieder herausnehmen. Eigelb und restlichen Zucker im Wasserbad cremig aufschlagen, Vanillemilch unterrühren und die restliche Gelatine darin auflösen. Auf Eiswasser kalt schlagen. Zuletzt das restliche Pfirsichpüree und die geschlagene Sahne unterheben. Die Creme auf die schon halb gefüllten Gläser geben und kalt stellen.

Vor dem Servieren nach Belieben mit Sahne und Pfirsichspalten garnieren.

Wochenthema: Sülzen
Steffen Kimmig Dienstag, 06.07.04

Gepresste Spanferkelsülze

Rezept für 1 Terrine (8-10 Pers.):

1 TL Kümmel, gehackt
3 Knoblauchzehen,
fein gehackt
3 EL scharfer Dijon-Senf
1 TL abgeriebene Zitronenschale
150 ml Pflanzenöl, geschmacksneutral
1 Spanferkelschulter mit Schwarte und Knochen (ca. 1,5 kg)
800 g Spanferkelbauch mit Schwarte und Knochen
1 Spanferkelkopf (Knochen und Maske)
3 Zwiebeln, in walnussgroße Stücke geschnitten
300 g Staudensellerie, in 2 cm große Stücke geschnitten
2 abgezogene Knoblauchzehen
je 1 Zweig Rosmarin, Thymian und Majoran
3 Blatt Gelatine
ca. 100 ml Weißweinessig
1 EL grober Senf
150 g saure Sahne
150 g Crème fraîche
1 EL süßer Senf
2 EL Honig
1 Prise Zucker
100 ml Olivenöl
20 ml Zitronen-Olivenöl
1 EL Kapern, gehackt
3 EL schwarze Oliven, gehackt
1 Zitrone, filetiert
je 1/2 EL glatte Petersilie und Basilikum, fein gehackt
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle,
frische Kräuter als Dekoration,
Klarsichtfolie

Kümmel, gehackten Knoblauch, 1 EL Dijon- Senf und Zitronenschale mit 50 ml Pflanzenöl mischen. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Spanferkelschulter, -bauch und -kopf damit einreiben. Mit der Schwartenseite nach unten in einen Bräter geben. Zwiebeln, Staudensellerie, Knoblauchzehen, Rosmarin, Thymian und Majoran hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Etwa 1/2 l Wasser angießen. Im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad (150 Grad Umluft) etwa 1 1/2 Stunden garen, nach 45 Minuten wenden. Aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen. Knochen auslösen. Gemüse und Bratensaft beiseite stellen.

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. In 100 ml Bratensaft die gut ausgedrückte Gelatine auflösen. Spanferkelfleisch und Fett unterhalb der Schwarte abzupfen, in eine Schüssel geben. Mit Salz, Pfeffer, etwa 10 ml Weißweinessig, grobem Senf und dem mit Gelatine verrührten Bratensaft abschmecken. In eine mit Klarsichtfolie ausgekleidete Terrinenform (1 l) füllen, mit Folie bedecken. Leicht beschweren, über Nacht im Kühlschrank gelieren lassen. Schwarte klein würfeln. Saure Sahne, Crème fraîche, je 1 EL süßen und scharfen Senf mit je 125 g Schwarte und gehacktem Bratengemüse verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. 1 EL scharfen Senf mit Weißweinessig, 100 ml Bratensaft und Honig verrühren. Mit Salz, Zucker und Pfeffer kräftig würzen. Unter ständigem Rühren je 100 ml Pflanzen- und Olivenöl einfließen lassen. Zitronen-Olivenöl einrühren. Kapern, Oliven, Zitronenfilets und gehackte Kräuter hinzufügen.

Terrine in dünne Scheiben schneiden. Angerührte Sahne auf Teller verteilen, Scheiben auflegen. Kurz unter dem Backofengrill erwärmen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit der Vinaigrette nappieren und mit frischen Kräutern garnieren.

Wochenthema: Sülzen

Vincent Klink

Mittwoch, 07.07.04

Tellersülze von der Rinderzunge

1	Schweinsfuß
1	Kalbsfuß
1	Petersilienwurzel, grob gewürfelt
1	Karotte, grob gewürfelt
1	Zwiebel, halbiert
1/4	Sellerieknolle, grob gewürfelt
1	Lorbeerblatt
1	Gewürznelke
1/8 l	Weinessig
1/8 l	Weißwein
2	Eiweiß
1/2	Rinderzunge, gekocht
1	Tomate, in dünne Scheiben geschnitten
1	Ei, gekocht, in dünne Scheiben geschnitten
1	Essiggurke, in dünne Scheiben geschnitten
	Salz und Pfeffer

Schweins- und Kalbsfuß in einen Topf mit 2 l Wasser geben, salzen, pfeffern und 2 Stunden kochen. Dann die Gemüsestücke, Lorbeerblatt, Gewürznelke, Essig und Weißwein zugeben und noch 20 Minuten weiterkochen. Anschließend die Brühe passieren und evtl. etwas einkochen lassen. Das Eiweiß schaumig schlagen und unter die Brühe rühren. Den Topf noch mal auf den Herd geben und bei sanfter Hitze das Eiweiß gerinnen lassen. Anschließend die so genannte Sulzbrühe vorsichtig durch ein Sieb passieren. (Als Alternative kann man auch 500 ml Fleischbrühe mit 6 Blatt aufgelöster Gelatine gemischt als Sulzbrühe verwenden.)

Von der abgekühlten, aber noch nicht erstarrten Sulz eine Bodendecke in zwei Suppenteller gießen und etwas anziehen lassen.

Die gekochte Rinderzunge in dünne Scheiben schneiden und in die Sulzbrühe einlegen. Mit Salz und Pfeffer würzen, wiederum mit etwas Sulz bedecken. Die nächste Schicht besteht aus Tomaten-, Ei- und Gurkenscheiben. Diese dann wieder mit Sulz bedecken und in den Kühlschrank stellen. Am besten über Nacht fest werden lassen.

Serviert wird die Sulz sehr kalt aus dem Kühlschrank, dazu passen gut Bratkartoffeln.

Wochenthema: Sülzen

Vincent Klink

Donnerstag, 08.07.04

Gemüsesülze mit Fenchel und Paprika

3 Stangen	Spargel
1/2	grüne Paprika
1/2	rote Paprika
1	Fenchelknolle
1/2 l	Gemüsebrühe

1/8 l	Weißwein
1 TL	Agar-Agar (pflanzliches Geliermittel)
2 EL	Petersilie, fein gehackt
2 TL	Thymian, fein gehackt
2 EL	Schnittlauch, fein geschnitten
150 g	saure Sahne
50 g	Naturjoghurt
1 Spritzer	Zitronensaft
	Pfeffer, Salz

Spargel schälen und in 3 cm lange Stücke schneiden. Paprikaschoten in 3 cm große Stücke und Fenchel zuerst in Scheiben schneiden, dann diese halbieren oder vierteln. Das gemischte Gemüse in der Gemüsebrühe weich kochen und herausnehmen. Den Weißwein mit Agar-Agar verrühren und zur kochenden Gemüsebrühe geben, zwei Minuten kochen lassen. Je 1 EL Petersilie, Schnittlauch und Thymian darunter mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gemüse in Kaffeetassen geben und mit Brühe aufgießen abfüllen. Diese über Nacht in den Kühlschrank stellen und die Sülze gelieren lassen.

Für den Dip saure Sahne mit Joghurt und den restlichen Kräutern mischen und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Zum Anrichten die Sülzen vorsichtig stürzen und mit Sauerrahmdip servieren. Dazu frisches Baguettebrot reichen.

Wochenthema: Sülzen
Otto Koch

Freitag, 09.07.04

Sülze von der Berliner Weißen mit Matjessalat

1/2 l	Berliner Weißbier
8-10 Blatt	Gelatine
Saft einer halben Zitrone	
2	Matjesfilets
2 kleine	Kartoffeln, gekocht
2	Cornichons
250 g	Natur-Joghurt
1	Schalotte, in feine Scheiben geschnitten
1 TL	Petersilie, fein gehackt
1	Zitrone
Salz, Pfeffer	

Das Weißbier einige Stunden vor der Zubereitung öffnen. Es sollte Zimmertemperatur haben. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Das Bier in einem Topf vorsichtig erhitzen und ständig abschäumen. Nicht aufkochen, sonst schäumt es zu stark. Die eingeweichte Gelatine gut ausdrücken und im erhitzten Weißbier auflösen, verrühren, abkühlen lassen und mit dem Zitronensaft würzen. Kurz vor dem Gellieren in Berliner-Weiße-Gläser (oder Eisbechergläser) füllen und im Kühlschrank fest werden lassen.

Matjesfilets, Kartoffeln und Cornichons in kleine Stücke schneiden. Mit Joghurt und Schalottenringen vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Matjessalat auf der Sülze anrichten, mit Petersilie bestreuen. Jedes Glas mit einer Zitronenspalte garnieren.

Wochenthema: Frisches aus dem Gemüsegarten
Lea Linster Montag, 12.07.2004

Knusprige Nudelpäckchen mit Mangold- und Ricottafüllung und frischer Tomatensauce

Rezept für 4 Personen

Für die Nudelpäckchen:

4-5 große Mangoldblätter
1 kleine Zucchini
25 g Butter
1 Bund Basilikum
350 g Ricotta
1-2 Eier
60 g Parmesan, frisch gerieben
250 g frischer Nudelteig
50 g gesalzene Butter
(ersatzweise ungesalzene Butter mit einer Prise Salz), flüssig

Meersalz, Pfeffer, Muskat

Für die Tomatensauce:

4 reife, feste Tomaten
1 kleine Zwiebel,
fein geschnitten
2 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen, geschält und halbiert
1 Zweig Thymian
2-3 EL extra natives Olivenöl
etwas Parmesan, frisch gerieben
Meersalz, Pfeffer, Zucker

Nudelpäckchen:

Für die Füllung den weißen Stiel der Mangoldblätter entfernen, Blätter waschen, trocknen und in dünne Streifen schneiden. Zucchini waschen und grob raspeln. Beide Gemüse zusammen in einer Pfanne bei milder Hitze in Butter ca. 3-4 Minuten weich dünsten. Leicht salzen und abkühlen lassen. Basilikumblätter von den Stängeln zupfen, waschen, trocknen und grob hacken. Ricotta, Eier, Mangold- und Zucchini Mischung, Basilikum und Parmesan gut miteinander vermischen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskatnuss würzen. (Die Masse soll nicht zu flüssig sein, deshalb je nach Bedarf 1-2 Eier verwenden.)

Den Nudelteig (mit Hilfe einer Nudelmaschine) in möglichst dünne, ca. 12 cm breite Teigbahnen ausrollen. Anschließend in 12 x 12 cm große Teigquadrate schneiden. Die Nudelblätter in reichlich kochendem Salzwasser in 2 Minuten bissfest kochen, in leicht gesalzenem Eiswasser abschrecken und gut abtropfen lassen. Die Nudelblätter nebeneinander auf ein Küchentuch legen, die Oberfläche trocken tupfen und jeweils 1 EL Ricotta-Füllung in die Mitte des Nudelblattes setzen. Drei Ecken überlappend über der Füllung zusammenfalten, sodass kleine Päckchen entstehen. Die vierte Ecke unter das Päckchen schlagen. Die Nudeln dicht aneinander in eine leicht gebutterte Auflaufform setzen und mit der flüssigen Salzbutters einpinseln.

Im 200 Grad heißen Backofen die Nudelpäckchen in 5-8 Minuten knusprig und goldbraun backen.

Tomatensauce:

Tomaten häuten, Stielansatz ausschneiden. Tomaten mit einem Stabmixer fein pürieren und durch ein Sieb passieren. Zwiebel in einem Topf in Olivenöl glasig anschwitzen. Tomatenpüree hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Knoblauch zusammen mit dem Thymian in den Topf geben. Alles bei milder Hitze 15-20 Minuten köcheln lassen, bis die Sauce etwas eingedickt ist. Knoblauch und Thymian entfernen, natives Olivenöl hinzufügen und die Sauce noch mal abschmecken.

Zum Anrichten jeweils 2-3 Nudelpäckchen auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit der Tomatensauce und frisch geriebenem Parmesan servieren.

Wochenthema: Frisches aus dem Gemüsegarten
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 13.07.04

Variationen vom Blumenkohl

1 Blumenkohl
1 Schalotte,
 fein geschnitten
150 ml Gemüsebrühe
20 ml Sahne
500 g Crème fraîche
3 Blatt Gelatine
2 Bund Schnittlauch,
 fein geschnitten
2 EL Weißweinessig
4 EL Olivenöl
1 EL Dijon-Senf
1 Bund Basilikum,
 fein geschnitten
1/2 Bund glatte Petersilie,
 fein geschnitten
Salz, Pfeffer, Muskat,
Butter,
Klarsichtfolie

Blumenkohl putzen und in Röschen zerteilen und die Hälfte in gesalzenem Wasser mit einer Butterflocke bissfest kochen. Die andere Hälfte klein schneiden. In einem Topf mit etwas Butter die Schalotte anschwitzen, geschnittenen Blumenkohl zugeben und mit Gemüsebrühe (2 EL Brühe zur Seite stellen) ablöschen und weich kochen. Sahne und Crème fraîche darunter ziehen. Alles pürieren, durch ein Sieb streichen und mit Salz und Muskat abschmecken. Die Gelatine in kaltem Wasser ein paar Minuten einweichen, ausdrücken und unter 2/3 der noch warmen Blumenkohlcreme ziehen, die Hälfte des Schnittlauchs zufügen. Von den gekochten Blumenkohlröschen die schönsten aussuchen und in eine mit Klarsichtfolie ausgelegte Terrinenform geben. Die Röschen mit der Blumenkohlcreme bedecken (einen Rest Creme aufbewahren) und 1-2 Stunden kalt stellen. Aus Weißweinessig, Olivenöl, Senf und 2 EL Gemüsebrühe eine Vinaigrette herstellen, restliche Kräuter zugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und die restlichen Blumenkohlröschen möglichst warm darin marinieren. Den Salat auf dem Teller anrichten, eine Scheibe von der Blumenkohlterrinenform zugeben, die restliche Blumenkohlcreme abschmecken und als Sauce zugeben.
Dazu passt dunkles Brot und kalt aufgeschnittenes Roastbeef.

Wochenthema: Frisches aus dem Gemüsegarten
Vincent Klink Mittwoch, 14.07.04

Gemüsesalat mit grüner Meerrettich-Vinaigrette

100 g breite Bohnen
1 Fenchelknolle
1 Zucchini

1	Kohlrabi
2	Kartoffeln
1	Fleischtomate
1	großes Meerrettichblatt
5 EL	Olivenöl
3 TL	Apfelessig
2 EL	Ahornsirup
1 Bund	Schnittlauch,
	fein geschnitten
100 g	Quark (20 % Fett)
1 EL	Tomatenwürfel
	Pfeffer, Salz

Die Bohnen putzen und in Salzwasser bissfest kochen, abschrecken und in Rauten schneiden. Fenchel in Scheiben schneiden, blanchieren und abschrecken. Zucchini und Kohlrabi in 1 cm starke Stifte schneiden, blanchieren und abschrecken..
 Kartoffeln kochen, pellen und in Scheiben schneiden. Fleischtomate ebenfalls in Scheiben schneiden. Für die Marinade das Meerrettichblatt in feine Streifen schneiden. Mit Öl, Essig und Ahornsirup gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und 2 EL Schnittlauch untermischen.
 Die Gemüsestücke in die Sauce geben und ca. 15 Minuten marinieren.
 Quark mit restlichem Schnittlauch mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
 Mit einer Gabel die Gemüsestücke aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und in einer Pfanne braten. Die restliche Marinade wird mit Tomatenwürfeln vermischt und als Sauce zum gebratenen Gemüse gereicht. Dazu den Schnittlauchquark und Baguettebrot servieren.

Wochenthema: Frisches aus dem Gemüsegarten
 Vincent Klink Donnerstag, 15.07.04

Gemüsepizza

1/2 Päckchen	Trockenhefe
ca. 250 g	Mehl
ca. 50 ml	Olivenöl
150 g	Karotten
150 g	Zucchini
150 g	Brokkoli
100 g	Blattspinat
4	Tomaten
1	Zwiebel,
fein geschnitten	
1	Knoblauchzehe, gepresst
1 EL	Thymian, fein gehackt
1 EL	Rosmarin, fein gehackt
250 g	Mozzarella
Salz, Pfeffer,	

Olivenöl, Backpapier

Die Hefe in 125 ml lauwarmem Wasser auflösen und mit Mehl, Olivenöl und einer Prise Salz zu einem glatten Teig verkneten. Der Teig ist fertig, wenn er sich gut von Hand und Schüssel löst. Ist er zu klebrig, etwas Mehl, ist er zu trocken, etwas Wasser zugeben. Den Teig abgedeckt ca. 40 Minuten gehen lassen.

Karotten und Zucchini putzen, in Scheiben schneiden. Brokkoli in Röschen teilen, in Salzwasser blanchieren, abschrecken und gut abtropfen lassen. Spinat putzen und waschen.

Die Tomaten häuten, entkernen und würfeln. Zwiebel in Olivenöl anschwitzen, Knoblauch und Tomatenwürfel und wenig später den Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Die Pfanne vom Herd ziehen. Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen und die restlichen Gemüsegewürfel untermischen. Ein Brett mit Mehl bestäuben und den Teig ca. 3 mm dick auswellen. Den Teigfladen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, mit einer Gabel einstechen und die Gemüsemischung darauf geben. Mit Thymian und Rosmarin bestreuen. Mozzarella in Würfel schneiden und über dem Gemüse verteilen. Im 220 Grad (Umluft) heißen Backofen ca. 15-20 Minuten backen.

Wochenthema: Frisches aus dem Gemüsegarten

Otto Koch

Freitag, 16.07.04

Schichtauflauf von Gemüse mit Rouille

100 g	rote Paprika
100 g	Zucchini
100 g	Kartoffeln
100 g	Kohlrabi
100 g	Karotten
100 g	Auberginen
2 EL	frische Kräuter (Thymian, Basilikum, Estragon, Petersilie, Rosmarin), fein gehackt
etwas	Mehl
80 g	Parmesan,
frisch gerieben	
4	Knoblauchzehen
1	Kartoffel,
gekocht	
1 TL	scharfer Senf
1 TL	Tomatenmark oder frische Tomatenwürfel
Olivenöl,	
Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer	

Paprika bei 160 Grad im Ofen ca. 15-20 Minuten mit etwas Olivenöl weich schmoren, abziehen und entkernen. Anschließend flach auslegen und in 5 cm große Quadrate schneiden. Zucchini und Aubergine in dünne Scheiben schneiden, in einer Pfanne mit Olivenöl die Scheiben von beiden Seiten anbraten, auf Küchentrepp das Fett abtropfen lassen. Kohlrabi und Karotten schälen, kochen und anschließend in dünne Scheiben schneiden. Die Kartoffeln kochen, pellen und in dünne Scheiben schneiden.

Eine kleine Glasform mit Olivenöl einfetten (oder ein Backblech mit einem runden kleinen Kuchenring), das Gemüse in Schichten einlegen. Jede Schicht mit Salz, Pfeffer und Kräutern würzen, mit Olivenöl beträufeln und mit Mehl leicht besträuben. Mit Parmesan abschließen und den Schichtauflauf im 180 Grad heißen Ofen ca. 20 Minuten backen.

Für die Rouille Knoblauch, Kartoffel, Senf und Tomatenmark gut mixen und nach und nach Olivenöl (ca. 150 ml) langsam zugeben und mit dem Schneebesen unterrühren (wie bei einer Mayonnaise). Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer die Sauce abschmecken.
Den Gemüseauflauf anrichten und die Sauce dazu reichen. Dazu passt frisches Baguette.

Wochenthema: Fast food auf die feine Art
Susanne Hornikel Montag, 19.07.04

Schnelles Mango-Scampi-Curry

6	große Scampi
1/2 Bund	Frühlingszwiebeln
1	kleine Mango (reif)
1	rote Paprika
100 ml	Kokosmilch
100 ml	Sahne
100 ml	Hühnerfond
1/2 TL	brauner Zucker
1 Stück	Galgant
2 TL	rote Currypaste
1 Stück	Zitronengras
1	Kaffirlimonenblatt
etwas	Limettensaft
etwas	Fischsauce
etwas	Sojasauce
1 Hand voll	Thai-Basilikumblätter

Die Scampi aus der Schale nehmen, längs halbieren und den Darm entfernen. Die Frühlingszwiebeln in ca. 3 cm lange schräge Stücke schneiden. Mango schälen und in ca. 4 cm große Stücke, Paprika in 4 cm große Rauten schneiden.

Kokosmilch, Sahne, Hühnerfond und Zucker zusammen mit Galgant, Currypaste, Zitronengras und Kaffirlimonenblatt in einen Wok oder eine Pfanne geben und ca. 5 Minuten köcheln lassen.

Dann Paprikarauten zugeben und ca. 3 Minuten kräftig kochen. Galgant, Zitronengras und Kaffirlimonenblatt wieder herausnehmen.

Scampi zusammen mit den Frühlingszwiebeln zugeben und ca. 2 Minuten garen. Vor dem Servieren die Mango kurz im Curry erhitzen, mit Limettensaft, Fischsauce und Sojasauce abschmecken. Die Sauce sollte jetzt cremig eingekocht sein. Wenn zu wenig Sauce vorhanden ist, noch mit Fond oder Sahne verlängern. Die Thai-Basilikumblätter untermengen und servieren. Dazu passt sehr gut Basmatireis.

Wochenthema: Fast food auf die feine Art
Vincent Klink Mittwoch, 21.07.04

Kalbshamburger mit Gurken

200 g	Kalbshackfleisch
50 g	Schalotten, fein geschnitten
3 EL	Olivenöl
2 EL	scharfer Senf
1 TL	Paprikapulver, edelsüß
3	Eigelb
1 TL	Kapern, fein gehackt
1/2 TL	Sardellen, fein gehackt
1 TL	Kapernsaft
ca. 150 ml	Sonnenblumenöl
4	kleine Brötchen
1/2	Salatgurke oder 2 Essiggurken
	Salz, Pfeffer, Butterschmalz

Kalbshackfleisch, Schalotten, Olivenöl, 1 EL Senf, Paprikapulver, 1 Eigelb, die Hälfte der Kapern und die Sardellen locker vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Masse kleine Frikadellen formen, diese leicht platt drücken und in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten jeweils etwa 3 Minuten braten. Dann warm stellen. Für die Mayonnaise restliche Kapern mit Kapernsaft, 1 EL Senf und 2 Eigelb verrühren. Das Sonnenblumenöl ganz langsam unter Rühren zugeben, bis die Mayonnaise die gewünschte Konsistenz hat. Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Gurken in dünne Scheiben schneiden. Die Brötchen aufschneiden, mit Mayonnaise bestreichen, mit Frikadellen und Gurkenscheiben belegen und genießen.

Wochenthema: Fast food auf die feine Art
Otto Koch Freitag, 23.07.04

Fish & Chips

300 g	Kartoffeln
300 g	Seelachsfilet
etwas	Mehl
2	Eier

etwas	Paniermehl
125 g	Magerquark
1	Eigelb
1 TL	scharfer Senf
Saft einer halben Zitrone	
ca. 125 ml	Olivenöl, kalt gepresst
1 EL	Schnittlauch, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer,
	Olivenöl zum Anbraten, Frittierfett
Zum Anrichten:	
2	Sektflöten oder Eisbecher
2 Bögen	Butterbrotpapier

Zuerst wird das Butterbrotpapier so gerollt, dass eine Spitztüte entsteht.

Diese wird in ein Glas gesteckt, sodass es wie ein Tütenhalter aussieht.

Die Kartoffeln schälen und in gleichmäßige Stifte schneiden. Alle Stäbchen in kaltes Wasser geben und vor der Zubereitung gut abtrocknen.

Dann im 165 Grad heißen Frittierfett ca. 3 Minuten lang portionsweise frittieren, zum Abtropfen auf Küchenkrepp legen. Vor dem Servieren das Frittierfett auf 180 Grad erhitzen. Die Kartoffeln darin noch mal 2 Minuten frittieren, bis sie goldbraun sind. Herausnehmen, abtropfen lassen und salzen.

Den Fisch in 3 cm breite und 5 cm lange Streifen schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen, in Mehl wenden, durchs verquirlte Ei ziehen und mit dem Paniermehl panieren.

Für die Sauce Quark, Eigelb, Senf und Zitronensaft gut verrühren, dann das Öl in dünnem Strahl mit dem Schneebesen unterziehen und zur Mayonnaise aufrühren.

Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken und den Schnittlauch zugeben.

In einer Pfanne mit Olivenöl die Fischstücke anbraten.

Fisch und Chips abwechselnd in die Tüten einfüllen und mit der Dipsauce servieren.

Wochenthema: Pasta satt

Susanne Hornikel Montag, 26.07.04

Pilz-Spinat-Lasagne

300 g	Blattspinat
300 g	Steinchampignons
1	Schalotte,
fein geschnitten	
1 EL	Mehl
300 ml	Milch
8	Lasagneblätter
4	Tomaten,
gehäutet und gewürfelt	
100 g	Mozzarella,
gewürfelt	
4 EL	Gruyère oder Parmesan,
frisch gerieben	
Salz, Pfeffer, Muskat, Zucker, Butter	

Den Spinat putzen, waschen und mit etwas Salz, Zucker und Muskat kurz in einer Pfanne zusammenfallen lassen, auf ein Sieb geben und gut abtropfen lassen.

Die Pilze putzen und blättrig schneiden. In einer Pfanne mit Butter Schalotte und Pilze mit einer Prise Zucker goldbraun braten, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In einem Topf 1 EL Butter schmelzen, Mehl unterrühren und mit der Milch auffüllen. Dabei immer gut rühren, damit sich keine Klümpchen bilden. Unter Rühren aufkochen und die Béchamelsauce mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Die Lasagneblätter bissfest vorkochen. Zwei flache Förmchen ausfetten, in jede Form etwas Béchamelsauce gießen und zwei Lasagneblätter darauf geben. Dann nacheinander Spinat, Pilze und Tomatenwürfel darauf verteilen. Einige Löffel Béchamelsauce darauf geben, mit Mozarella und geriebenem Käse bestreuen. Dann die zweite Lage Nudeln und die restlichen Zutaten in derselben Reihenfolge darauf geben. Mit Butterflöckchen belegen. Im Backofen bei 220 Grad ca. 15 Minuten gratinieren. Die Lasagne in den Förmchen servieren.

Wochenthema: Pasta satt
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 27.07.04

Kräuternudeln mit Piccata vom Kalb

Für die Nudeln:

100 g	Hartweizengrieß
100 g	Mehl
1	Ei
1 EL	Olivenöl
einige Blätter	Salbei
einige Blätter	Basilikum
einige Blätter	Thymian

Für die Piccata:

200 g	Kalbsrücken
etwas	Mehl
1	Ei
50 g	Parmesan, frisch gerieben
20 ml	Weißwein
50 g	kalte Butter Salz, Butterschmalz

Aus Hartweizengrieß, Mehl, Ei, Olivenöl, einer Prise Salz und so viel Wasser wie nötig einen Nudelteig herstellen, diesen gut durchkneten und ca. 1 Stunde in Folie eingeschlagen ruhen lassen. Dann den Teig mit der Nudelmaschine in Bahnen ausrollen und mit wenig Wasser bestreichen, die Kräuter zwischen zwei Nudelbahnen legen und diese noch mal durch die Maschine drehen. So oft wiederholen, bis daraus eine Bahn geworden ist. Aus den Teigbahnen breite Bandnudeln schneiden. Kurz vor dem Servieren die Nudeln in reichlich Salzwasser kochen.

Für die Piccata den Kalbsrücken in dünne Scheiben schneiden, salzen, pfeffern und in Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen. Das Ei verquirlen und mit dem Parmesan mischen. Die Fleischscheiben darin wenden und rasch in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten braten. Aus der Pfanne nehmen, das überschüssige Fett aus der Pfanne entfernen, den Bratensatz mit

Weißwein ablöschen und mit Butter binden. Die Sauce abschmecken und über die gekochten Nudeln geben.

Piccata mit Nudeln servieren. Dazu passt gut Tomatensalat.

Wochenthema: Pasta satt

Vincent Klink Mittwoch, 28.07.04

Spaghettini mit Zwergtomaten und Sardellen

300 g	Spaghettini
1	kleine Zwiebel, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
200 g	Zwergtomaten, halbiert
4	Sardellen, fein gehackt
1/2 Bund	Basilikum
	Olivenöl, Zucker, Salz, Pfeffer

Die Spaghettini in reichlich Salzwasser bissfest kochen.

Für die Sauce die Zwiebel mit Knoblauch in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen, Tomaten und Sardellen zugeben und bei großer Hitze ca. 5 Minuten einkochen. Mit einer Prise Zucker, Salz und reichlich Pfeffer würzen. Zuletzt frisch gehacktes Basilikum untermischen.

Die gekochten Spaghettini abschütten, mit der Sauce vermischen und anrichten.

Wochenthema: Pasta satt
Vincent Klink Donnerstag, 29.07.04

Feta-Tortellini

Für den Nudelteig

150 g	Weizenmehl
30 g	Hartweizenmehl
3	Eigelb
1	Ei
1 Msp	Salz
1 TL	Olivenöl

Für die Füllung

100 g	Feta
3	Eigelb
3 EL	Parmesan, frisch gerieben
1 TL	Kerbel, gehackt
1 TL	Basilikum, fein geschnitten
2 TL	Blattpetersilie, gehackt

Salz, Pfeffer

Für die Sauce

2	gelbe Paprika
100 ml	Gemüsebrühe
100 ml	Sahne
50 g	Butter

Salz, Pfeffer

Weizen- und Hartweizenmehl auf ein Nudelbrett häufen und in der Mitte eine Kuhle eindrücken. Eigelb, Ei, Salz und Olivenöl dazugeben und alles zu einem glatten Teig kneten. Der Teig sollte fest sein und darf ruhig an Knetmasse erinnern. Es ist von Vorteil, zuerst etwas weniger Mehl zu nehmen und den Teig weich anzukneten, um anschließend immer wieder so viel Mehl hinzuzugeben, bis die gewünschte Festigkeit erreicht ist. Den Teig in Frischhaltefolie einschlagen und 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Für die Füllung Feta mit einer Gabel zerdrücken, Eigelb, Parmesan und die Kräuter untermischen. Mit Pfeffer und Salz noch einmal abschmecken. Den Teig (mit einer Nudelmaschine) dünn auswellen und in ca. 6x6 cm große Quadrate schneiden. In die Mitte der Quadrate jeweils einen kleinen Klecks Fetapaste geben. Dann den Teig übereinanderschlagen, sodass ein Dreieck entsteht. Zwei Ecken zusammenschlagen und fest aneinander drücken, die Spitze umbiegen. Für die Sauce Paprika halbieren, entkernen und weich kochen. Dann schälen, pürieren und mit Gemüsebrühe und Sahne etwas köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und kalte Butter untermixen. In einem Topf mit kochendem Salzwasser die Tortellini ca. 5 Minuten kochen. Die Sauce auf dem Teller verteilen, die Tortellini darauf anrichten und mit der Petersilie bestreuen.

Wochenthema: Pasta satt
Otto Koch Freitag, 30.07.04

Spaghetti mit Scampi-Bolognese

250 g	große Crevetten oder Hummerkrabben mit Schale
30 g	Butter
1/8 l	Weißwein,
trocken	
300 g	Spaghetti
1	Schalotte,
fein geschnitten	
1	Knoblauchzehe,
gepresst	
1 Zweig	Thymian
1 Zweig	Rosmarin
100 g	Tomaten,
enthäutet, entkernt und gewürfelt	
50 g	Parmesan,

frisch gerieben
etwas frisches Basilikum
Olivenöl,
Salz, Pfeffer

Die Hummerkrabben schälen. Die Schalen in einem Topf mit Butter anbraten und mit Weißwein ablöschen, zugedeckt einige Minuten bei sanfter Hitze ziehen lassen.

Die Spaghetti in reichlich Salzwasser bissfest kochen.

Das Fleisch der Hummerkrabben in kleine Stücke schneiden. Schalotte in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen, Knoblauch, Krabbenfleisch, Thymian und Rosmarinzweig zugeben, kurz braten, dann die Tomatenwürfel zugeben und gut durchschwenken. Den Sud der Schalen über das Ragout sieben und gut verrühren. Die Kräuterzweige wieder herausnehmen und das Ragout mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die heißen Spaghetti in tiefen Tellern anrichten und mit dem Ragout begießen. Mit Parmesan bestreuen und mit Basilikum garnieren.

ARD-Buffer Rezepte August 2004
Wochenthema: Kochen mit Kapern und Oliven

Andrea Cassan, Feinschmecker

Montag, 02.08.04

Rosa gebratener Schwertfisch mit Oliven und Kapern,

Rezept für 4 Personen

200 g Topinambur,
geschält, gewürfelt und gekocht
50 g Sardellen, klein gehackt
3 Eier
100 ml Sahne
300 g Tomaten, geschält und entkernt
1 rote Zwiebel, in feine Streifen geschnitten
30 g schwarze Oliven, fein geschnitten
30 g gesalzene Kapern, gewässert
1 TL Oregano, fein gehackt
4 Schwertfischmedaillons à 160 g
200 g Spinat, geputzt
Salz, Pfeffer,
Olivenöl, Butter
4 Förmchen mit 6 cm Durchmesser

Topinambur in einer Pfanne mit etwas Olivenöl von allen Seiten anbraten. 20 g gehackte Sardellen hinzufügen und mitbraten. Anschließend mit Eiern, Sahne, etwas Salz und Pfeffer zu einer homogenen Masse pürieren. Die Formen mit Butter ausstreichen und die Böden mit je einer halben geschälten Tomate auslegen. Die Topinamburmasse einfüllen und bei 130 Grad im Wasserbad ca. 40 Minuten im Ofen garen. Zwiebelstreifen in Olivenöl anbraten. Oliven und restliche Tomaten zugeben. Kapern und Oregano zufügen und ca. 20 Minuten bei großer Hitze einkochen. Restliche Sardellen

untermischen und abschmecken. Die Schwertfischmedaillons mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit etwas Olivenöl von beiden Seiten jeweils 2-3 Minuten braten. Den gewaschenen Spinat in einer Pfanne mit etwas Butter zusammenfallen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schwertfischmedaillons mit den Törtchen, dem Spinat und der Sauce anrichten.

Wochenthema: Kochen mit Kapern und Oliven
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 03.08.04

Geschmorte Lammschulter mit Olivenfüllung

1 kleine Lammschulter mit Knochen
3 Schalotten,
fein gewürfelt
1 Bund Thymian
15 schwarze Oliven,
gehackt
15 grüne Oliven,
gehackt
1 Kartoffel,
gekocht
1 Eigelb
1 Gemüsezwiebel, in feine Scheiben geschnitten
2 Lorbeerblätter
150 ml Weißwein
500 ml Lammfond
1 TL kalte Butter
3 reife Tomaten
150 g Reis,
bissfest vorgekocht
ca. 250 ml Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer,
Olivenöl, Butterschmalz,
Küchengarn

Die Lammschulter entbeinen (bis auf den Haxenknochen) oder vom Metzger auslösen lassen. Für die Füllung zwei gewürfelte Schalotten in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen, ein paar Thymianblättchen zugeben. Die Pfanne vom Herd ziehen und zwei Drittel der Oliven untermischen. Die Kartoffel durch eine Presse drücken und hinzufügen. Zuletzt das Eigelb untermengen und kräftig abschmecken. Die Lammschulter mit der Olivenmasse füllen und mit Küchengarn gut verschnüren. In einem Bräter mit etwas Butterschmalz die Lammschulter von allen Seiten kräftig anbraten, die Zwiebelscheiben zugeben. Wenn alles schön Farbe genommen hat, Thymian und Lorbeerblätter zugeben und mit Weißwein ablöschen. Diesen einkochen lassen, etwas Lammfond angießen und bei geschlossenem Deckel ca. 1,5 Stunden schmoren lassen. Dabei immer wieder etwas Lammfond angießen und die Schulter wenden.

Die Lammschulter ist gar, wenn sich eine Fleischgabel leicht einstechen und wieder herausziehen lässt. Dann herausnehmen, kurz ruhen lassen, den Fond mit etwas kalter Butter aufmontieren und abschmecken.

Die Schulter aufschneiden und mit der Sauce servieren.

Dazu passt sehr gut ein Tomaten-Oliven-Reis. Hierfür die Tomaten würfeln, den Stielansatz herausschneiden. Restliche Schalottenwürfel in einem Topf mit Olivenöl glasig anschwitzen, Tomatenwürfel hinzufügen, dick einkochen und durch ein Sieb passieren. Den Reis in etwas Butterschmalz anschwitzen, Tomatenpüree und etwas Gemüsebrühe zufügen und den Reis weich dünsten. Zuletzt restliche Oliven untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Wochenthema: Kochen mit Kapern und Oliven
Vincent Klink Mittwoch, 04.08.04

Schweinefilet auf sizilianische Art mit Tomaten und Kapern

250 g	Kartoffeln, mehlig kochend
1-2 EL	Mehl
1	Ei
1	kleines Schweinefilet
500 g	reife Fleischtomaten
1	Zwiebel, grob gewürfelt
1	Knoblauchzehe, angedrückt
2 EL	Tomatenmark
1 TL	gesalzene Kapern, gewässert
1/2	Peperoni, entkernt und gehackt
	Pfeffer, Salz, Muskat, Zucker, Olivenöl, Butter, Butterschmalz

Für die Gnocchi die Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen. Wenn sie gar sind, das Wasser abgießen, zurück in den Topf auf den Herd geben und gut ausdampfen lassen. Dann mit einer Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken, Mehl und Ei zugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und gut verkneten. Aus der Masse kleine Gnocchi formen, mit einer Gabel Rillen einrücken und in siedendem Salzwasser die Gnocchi ca. 10 Minuten ziehen lassen. Herausnehmen und gut abtropfen lassen.

Das Schweinefilet in Medaillons schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Butterschmalz bei mittlerer Hitze von beiden Seiten ca. 5 Minuten braten. Dann aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

Die Tomaten kurz in kochendes Wasser geben, anschließend häuten, entkernen und würfeln. Zwiebel und Knoblauch in Olivenöl anschwitzen, Tomatenmark, Tomatenwürfel, Kapern und Peperoni zugeben. Alles köcheln, bis die Tomaten zu einer dicken Sauce eingekocht sind. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Die Gnocchi in einer Pfanne mit Butter anschwemmen.

Die Schweinemedallions anrichten, mit der Sauce umgießen und mit den Gnocchi servieren.

Wochenthema: Kochen mit Kapern und Oliven

Vincent Klink

Donnerstag, 05.08.04

Weißer Heilbutt mit grüner und schwarzer Tapenade

6	Sardellenfilets
1 EL	Kapern, in Salz eingelegt
100 g	schwarze Oliven, entsteint
100 g	grüne Oliven, entsteint
2	Knoblauchzehen
6 EL	Olivenöl
1	Peperoni, entkernt und grob gehackt
400 g	weißes Heilbuttfilet
	Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, Olivenöl zum Anbraten

Die Sardellenfilets eine Stunde wässern, die Kapern ebenfalls gut wässern, dabei das Wasser zweimal wechseln.

Die schwarzen Oliven mit jeweils der Hälfte Sardellen, Kapern, Knoblauch, Olivenöl und Peperoni in einen Mixer geben. Mit etwas Pfeffer würzen und nicht zu fein pürieren.

Anschließend die grünen Oliven mit den restlichen Zutaten und etwas Pfeffer pürieren.

Das Heilbuttfilet in Tranchen schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Olivenöl bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun braten, pro Zentimeter Dicke ca. 5 Minuten.

Die Fischstücke dann mit den beiden Tapenaden bestreichen und servieren. Dazu Baguette reichen.

Wochenthema: Kochen mit Kapern und Oliven
Otto Koch Freitag, 06.08.04

Forellenfilet mit Zitrone und Kapern

300 g kleine Kartoffeln
1 Forelle (ca. 400-500 g)
1 Zitrone
3 EL Kapern
2 EL Petersilie,
fein gehackt
Salz, Pfeffer, Butter

Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Abgießen und kurz vor dem Servieren in Butter schwenken.

Die Forelle filetieren, entgräten und die Haut abziehen. Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen, in Butter braten und warm stellen. Zitrone filetieren und die Filets mit den Kapern in einer Pfanne mit Butter anschwitzen und kurz durchschwenken. Den Fisch auf Tellern anrichten und mit der Zitronen-Kapernbutter übergießen. Mit den in Butter geschwenkten Kartoffeln garnieren und der gehackten Petersilie bestreuen.

Wochenthema: Olympisch-mediterrane Genüsse
Rainer Strobel Montag, 09.08.2004

Gyros mit Tsatsiki

400 g	Schweinerücken
5	Knoblauchzehen
1 TL	Paprikapulver,
scharf	
1 TL	Thymian
1 TL	Oregano
200 g	Salatgurke
200 g	Speisequark (20 % Fett)
200 g	Naturjoghurt
1	Zitrone (Saft)
1/2 Bund	Dill,
fein gehackt	
1	Zwiebel,
in feine Ringe geschnitten	
	Salz, Pfeffer,
	Olivenöl

Das Fleisch in 1 cm dicke und 4 cm lange Streifen schneiden, 3 Knoblauchzehen fein hacken. Anschließend Fleisch mit Knoblauch, Paprikapulver, Thymian, Oregano, Pfeffer und 2 EL Olivenöl gut vermischen. Dies kann auch schon am Vortag vorbereitet werden.

Die Gurke waschen, schälen, halbieren, die Kerne mit einem Löffel austreichen, dann auf einer Küchenreibe grob reiben. Gurkenraspel leicht salzen, kurz Wasser ziehen lassen und anschließend abgießen.

Quark, Joghurt und zwei gepresste Knoblauchzehen mit den Gurken mischen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen, 1 EL Olivenöl zugeben und gut durchmengen. Zum Schluss fein gehackten Dill untermischen.

Das Fleisch in einer heißen Pfanne mit etwas Olivenöl kurz anbraten und anrichten. Die rohen Zwiebelringe darüber geben oder kurz in der Fleischpfanne anschwitzen. Tsatsiki dazu reichen und servieren. Dazu passt gut Fladenbrot und ein Tomaten-Gurken-Salat.

Wochenthema: Olympisch-mediterrane Genüsse
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 10.08.04

Hühnerbrust in Retsina-Traubensauce mit gefüllten Weinblättern

1 Hand voll	weiße Trauben
1 Hand voll	blaue Trauben
2	Hühnerbrustfilets
1	Schalotte,
fein gewürfelt	
250 ml	Retsina
400 ml	Hühnerbrühe
6	frische Weinblätter
1	kleine Zwiebel,
fein geschnitten	
30 g	Couscous
1 EL	Koriander,
fein gehackt	
1 EL	Schnittlauch,
fein geschnitten	
1 EL	Rosinen
1 EL	Mandelstifte
1/2 EL	Speisestärke
	Salz,
	Butterschmalz, Olivenöl

Die Trauben halbieren und entkernen. Die Hühnerbrüste salzen und von allen Seiten in Butterschmalz anbraten. Schalottenwürfel und Trauben zugeben, Retsina und 200 ml Hühnerbrühe angießen. Die Hühnerbrüste ca. 10 Minuten garen.

Weinblätter waschen und mit der glatten Seite nach außen legen.

Zwiebel in etwas Öl anschwitzen, Couscous, Koriander, Schnittlauch, Rosinen und Mandeln zugeben. Alles kurz anbraten, ca. 100 ml Hühnerbrühe zugeben und kurz köcheln lassen. Anschließend auf die Weinblätter geben und diese zu Rouladen aufwickeln. Die gefüllten Weinblätter mit der Naht nach unten in einen Topf legen, restliche Brühe angießen und ca. 15 Minuten köcheln lassen.

Die gegarten Hühnerbrüste aus der Pfanne nehmen, warm stellen. Speisestärke mit wenig Wasser anrühren und die Sauce damit binden.

Die Weinblätter anrichten, den restlichen Fond zur Retsinasauce gießen. Die Hühnerbrüste aufschneiden, anrichten und mit der Sauce überziehen.

Wochenthema: Olympisch-mediterrane Genüsse
Vincent Klink Mittwoch, 11.08.04

Tintenfischsalat mit Limonendressing

300 g	Sepia
2	Limonen, unbehandelt
60 g	Puderzucker
1 TL	Instant-Bio-Gemüsebrühe
ca. 400 ml	Olivenöl, kalt gepresst
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, in feine Scheiben geschnitten
1 EL	schwarze Oliven, gehackt
3 Stangen	Staudensellerie, in kleine Würfel geschnitten
2	Fleischtomaten, entkernt und gewürfelt
1 Bund Basilikum, fein geschnitten	
	Salz, Pfeffer, Olivenöl

Falls noch nicht vom Fischhändler gemacht, Sepia küchenfertig vorbereiten und in Salzwasser mindestens eine Stunde lang weich kochen.

Von einer Limone die Schale abreiben und den Saft der beiden Limonen ausdrücken. Saft mit Abrieb, Puderzucker, Instant-Gemüsebrühe, Pfeffer und etwas Salz in einen Rührbecher geben und mit dem Handrührgerät gut vermischen. Das Öl unter Rühren nach und nach zugeben.

Gekochten Sepia in nicht zu große Stücke schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in Olivenöl kross braten. Aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen.

Dann in der Pfanne Schalotten und Knoblauch anschwitzen, Oliven und Sellerie zugeben. Zuletzt Tomatenwürfel, Sepia und Basilikum untermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Tintenfischsalat auf Tellern anrichten und mit Limonendressing beträufeln.

Wochenthema: Olympisch-mediterrane Genüsse
Vincent Klink Donnerstag, 12.08.04

Geschmortes Rindfleisch mit Tomaten und dicken Bohnen

Für das Fleisch:

400 g	Rindergulasch
1 große	Zwiebel, in feine Ringe geschnitten

2	Knoblauchzehen, grob gehackt
100 ml	griechischer Rotwein
350 g	Tomaten, gewürfelt
1	Lorbeerblatt
evtl. etwas	Gemüsebrühe
1 EL	Thymianblättchen
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Zucker, Olivenöl
Für die Bohnen	
150 g	getrocknete dicke weiße Bohnenkerne
1	Zwiebel, grob gewürfelt
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 EL	Tomatenmark
200 g	Tomaten, gewürfelt
600 ml	Gemüsebrühe
1 Zweig	Rosmarin
1 EL	Balsamico
1 EL	Thymianblättchen
4 Blätter	Salbei, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Olivenöl

Die Bohnen in reichlich Wasser (mindestens 5 Tassen) über Nacht einweichen.

Die Fleischwürfel in einem Topf mit Olivenöl von allen Seiten anbraten, Zwiebelringe und Knoblauch zugeben und anschwitzen. Mit Rotwein ablöschen, diesen etwas einkochen, dann Tomatenwürfel und Lorbeerblatt zugeben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und geschlossen bei geringer Hitze ca. 2 Stunden schmoren. Dabei immer wieder umrühren und eventuell noch etwas Gemüsebrühe angießen. Die Sauce soll allerdings nicht zu dünn, sondern eher dick werden. Kurz vor Schluss Thymian und Petersilie untermischen und abschmecken.

Für die Bohnen die Zwiebel in Olivenöl anschwitzen, Knoblauch und Tomatenmark zugeben. Die Bohnen abschütten und mit den Tomaten in den Topf geben. Mit der Brühe auffüllen und ca. 1 bis 1 1/2 Stunden zugedeckt leicht kochen lassen. 5 Minuten vor Ende der Garzeit den Rosmarinzweig einlegen und Balsamico hinzufügen. Alles mit Salz und Pfeffer würzen, Thymian und Salbei untermischen. Sollte der Bohneneintopf noch sehr flüssig sein, offen die Flüssigkeit etwas einkochen lassen. Das geschmorte Rindfleisch mit den Bohnen und Fladenbrot servieren.

Wochenthema: Olympisch-mediterrane Genüsse
Otto Koch Freitag, 13.08.04

Artischockenböden mit pochierten Eiern und Basilikum-Sauce

2	Artischockenböden, mit Zitronensaft eingerieben
1/8 l	Weißwein, trocken
1	Schalotte, fein gehackt
1 Spritzer	Weißweinessig
1	Eigelb
100 g	flüssige Butter
1/4 Bund	Basilikum, fein geschnitten
2	Eier

Salz, Pfeffer aus der Mühle, Essig

Die Artischockenböden je nach Größe in reichlich Zitronen-Salzwasser ca. 12 Minuten garen.

Für die Eier Wasser aufkochen und mit Salz und einem Spritzer Essig würzen.

Für die Sauce Weißwein, Schalotten und etwas Pfeffer mit einem Spritzer Weißweinessig stark einkochen und abpassieren. Dann den Sud zusammen mit dem Eigelb auf dem Wasserbad aufschlagen und anschließend die zerlassene Butter nach und nach unterrühren. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und Basilikum untermischen.

Die Eier einzeln in eine kleine Schüssel aufschlagen, vorsichtig ins vorbereitete Wasser gleiten lassen und ca. 5 Minuten pochieren (das Eigelb sollte noch weich sein). Eier herausnehmen und auf einem Tuch ablegen. Artischockenböden auf Tellern anrichten, je ein Ei darauf geben und mit der Sauce übergießen.

Tipp Artischockenböden vorbereiten:

Artischocken waschen und die Stiele abbrechen (dabei lösen sich auch die harten Fasern vom Blütenboden). Mit einem Messer oder einer Schere die oberen Blattspitzen abschneiden (große Artischocken werden so um ein bis zwei Drittel gestutzt). Die äußeren harten Blätter um den Blütenboden entfernen, die Blattansätze und harten Stellen am Rand und an der Bodenunterseite mit einem scharfen Küchenmesser abschälen. Die hellen Herzblätter, die über dem „Heu“ liegen, herausziehen oder abzupfen. Das „Heu“ mit einem Esslöffel entfernen. Die vorbereiteten Böden sofort in Zitronenwasser legen.

Wochenthema: Fruchtlige Spezialitäten
Rainer Strobel Montag, 16.08.04

Gebackener Ziegenkäse mit Feigenvariationen

6 frische Feigen
100 ml Johannisbeersaft
6 Ziegenfrischkäse à 40 g
4 EL Balsamico
6 Reisblätter (Durchmesser 15 cm)
6 Blätter Salbei
6 Zweige Thymian
Salz, Pfeffer, Zucker,
Olivenöl

Die Feigen waschen, schälen und die Hälfte in 1 cm große Würfel schneiden. Mit etwas Zucker und Johannisbeersaft (oder mit Johannisbeerlikör) marinieren und kalt stellen. Die restlichen Feigen in 1 cm dicke Scheiben schneiden.

Ziegenkäse mit Salz und Pfeffer würzen und mit Balsamico beträufeln.

Die Reisblätter anfeuchten und auf ein Küchentuch legen. Je eine Feigenscheibe in die Blattmitten legen, darauf Ziegenkäse, je ein Salbeiblatt und abgezupften Thymian geben. Zu Päckchen zusammenfalten und in heißem Olivenöl von jeder Seite 2 Minuten bei mittlerer Hitze braten. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und auf den marinierten Feigenwürfeln anrichten.

Wochenthema: Fruchtige Spezialitäten
Vincent Klink Mittwoch, 18.08.04

Salat von Pfirsich und Fenchel mit Räucherforellenmousse

2	Räucherforellenfilets
2	Kartoffeln,
gekocht	
1	Schalotte, fein gewürfelt
1/4 l	Sahne
1/2 EL	Koriander,
geschrotet	
2	Pfirsiche,
	nicht zu weich
1 EL	Preiselbeeren,
	roh
1 TL	Balsamico
1	Fenchelknolle
3 EL	Olivenöl,
	kalt gepresst
1	Zitrone (Saft)
je 1/4 Bund	Schnittlauch,
	Pimpinelle,
	Estragon und
	Petersilie,
	fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Zucker,
	Butter

Die Fischfilets grob würfeln, die Kartoffeln durch eine Presse drücken und alles zusammen mit Schalottenwürfeln, Sahne und Koriander in einen Topf geben und gut einkochen, sodass fast keine Flüssigkeit mehr im Topf ist. Dann alles durch ein Sieb streichen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Mousse abkühlen lassen, sie sollte lauwarm sein. Die Pfirsiche kurz in kochendes Wasser geben, herausnehmen und die Haut abziehen. Dann in Spalten schneiden und in Butter anbraten, 1 EL Zucker zugeben und karamellisieren lassen. Preiselbeeren und den Balsamico hinzufügen, alles gut durchschwenken und in eine Schüssel umfüllen.

Fenchelknolle putzen, fein hobeln und mit den gebratenen Pfirsichspalten vermengen.

Olivenöl und Zitronensaft mischen, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und die gehackten Kräuter unterziehen. Diese Sauce zu Fenchel und Pfirsich geben und gut durchmischen.

Den Salat anrichten und die Räucherforellenmousse dazu reichen.

Wochenthema: Fruchtige Spezialitäten
Otto Koch Freitag, 20.08.04

Geflügelleber mit glacierten Melonen

100 ml brauner Geflügelfond oder Bratenfond
100 ml Rotwein, trocken (Spanien)
1/2 reife Honigmelone
300 g Geflügelleber
30 g Schalotten, fein geschnitten
40 ml Portwein
1/4 Bund frische Minze, fein geschnitten
Salz, Pfeffer, Zucker, Butter

Geflügelfond und Rotwein in einen Topf geben und um die Hälfte einkochen.
Von der Melone mit einem Kugelausstecher gleichmäßige Kugeln ausstechen.
Die Geflügelleber parieren und in einer Pfanne mit Butter und den Schalotten scharf anbraten, mit Portwein ablöschen. Noch eine Minute schwenken und dann die Leber aus der Pfanne nehmen, in ein Sieb geben und den abtropfenden Bratensaft auffangen. Den entstandenen Bratensaft in der Pfanne mit der Geflügelfond-Rotweinreduktion aufgießen. Ein wenig einkochen lassen, mit dem abgetropften Saft der Geflügelleber aufgießen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Geflügelleber wieder in die Sauce geben und warm stellen.
Die Melonenkugeln in Butter und Zucker anschwanken und zum Schluss Minze zugeben. In einem tiefen Teller die warmen Kugeln kreisförmig am Rand anrichten und die Geflügelleber in die Mitte geben. Dazu passt sehr gut Kartoffelpüree, das mit einem Spritzbeutel über die Leber gegeben wird.

Wochenthema: Polenta-Variationen
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 24.08.04

Salbeipolenta mit Kalbsschulter in Zitronensauce

500 g Kalbsschulter
2 Zitronen,
unbehandelt

1 Gemüsezwiebel,
 in Scheiben geschnitten
 ca. 400 ml Kalbsfond
 15 Blätter Salbei
 2 Schalotten,
 fein geschnitten
 200 ml Gemüsebrühe
 200 ml Milch
 100 g Maisgrieß
 80 g Parmesan,
 frisch gerieben
 1 EL kalte Butter
 Salz, Pfeffer,
 Butterschmalz, Butter

Die Kalbsschulter in 3 cm große Würfel schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in Butterschmalz gut anbraten. Von einer Zitrone die Schale abreiben und untermischen. Dann die Zitrone schälen, sodass keine weiße Haut mehr dran ist, und in Stücke schneiden. Zitrone und Zwiebel zum Fleisch geben und Kalbsfond angießen. Ca. 40 Minuten köcheln, bis das Fleisch weich ist.

10 Salbeiblätter fein schneiden und zusammen mit den Schalotten in einem Topf mit Butter anschwitzen. Gemüsebrühe und Milch zugeben und aufkochen. Maisgrieß einrieseln lassen und unter Rühren aufkochen. Dann den Topf vom Herd ziehen, die restlichen Salbeiblätter und Parmesan unterrühren und die Masse 5-10 Minuten quellen lassen. In eine 2-3 cm hohe, gebutterte Form geben und im Backofen bei ca. 60 Grad warm halten.

Wenn das Fleisch weich ist, die Sauce mit kalter Butter binden, mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Die Polenta aus der Form stürzen und in Scheiben schneiden. Kalbsgulasch mit der Polenta anrichten.

Wochenthema: Polenta-Variationen
 Vincent Klink Donnerstag, 26.08.04

Polenta-Bruschette

Für die Polenta

1/2 l	Milch
60 g	Butter
1 TL	Rosmarin, fein gehackt
100 g	Maisgrieß
2	Eigelb
2	Fleischtomaten
1	Knoblauchzehe
1/2 Bund	Basilikum, fein geschnitten
Salz, Pfeffer, Muskat, Butter	

Für die Sauce

1	Schalotte, fein geschnitten
1 EL	Mehl
1/4 l	Milch
50 g	Gorgonzola,
gewürfelt	
Salz, Pfeffer, Muskat	

Milch mit Butter aufkochen, mit Salz, Pfeffer, Rosmarin und Muskat würzen. Den Grieß mit dem Schneebesen einrühren und mindestens 20 Minuten kochen (dabei immer wieder mit dem Holzlöffel umrühren). Ist die Masse zu fest, dann nochmals etwas Milch dazugeben. Schlussendlich sollte alles einen zähen Brei ergeben. Topf vom Herd ziehen und die Eigelbe unterrühren. Anschließend Polenta auf ein gefettetes Blech geben, glatt streichen und auskühlen lassen, dann stürzen und in 4 x 7 cm große Rechtecke aufschneiden.

Für die Sauce Schalotte in einem Topf mit Butter anschwitzen, mit Mehl bestäuben und der Milch aufgießen, mit dem Schneebesen glattrühren. 2-3 Minuten gut durchkochen. Topf vom Herd ziehen, Käsewürfel untermischen und schmelzen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Tomaten abbrühen, Haut abziehen, entkernen und in Würfel schneiden. Mit Salz, Pfeffer und fein gehacktem Knoblauch abschmecken und mit dem Basilikum vermischen. Die Polentastücke in einer Pfanne mit Butter von beiden Seiten kurz anbraten, die Tomatenmasse darauf geben und anrichten. Dazu die Sauce reichen.

ARD-Buffer Rezepte September 2004
Wochenthema: Kochen mit Senf

Rainer Strobel Montag, 30.08.04

Lammschulter mit Senfkruste

300 g	Wurzelgemüse (Sellerie, Karotten)
2	Zwiebeln
1 kleine	Lammschulter ohne Knochen
5	Knoblauchzehen, ungeschält
200 ml	Rotwein
200 ml	brauner Fond
3 Zweige	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
500 g	Kartoffeln
3 EL	Senf
2 EL	Semmelbrösel
	Salz, Pfeffer, Olivenöl

Das Wurzelgemüse und die Zwiebeln in 2 cm große Würfel schneiden.

Die Lammschulter mit Salz und Pfeffer würzen und in einem Schmortopf mit Olivenöl rundherum anbraten. Dann Gemüse-, Zwiebelwürfel und 3 Knoblauchzehen zugeben. Wenn alles schön Farbe hat, mit Rotwein ablöschen und etwas einkochen, Fond, 1 Zweig Rosmarin und Thymian hinzufügen. Im 190 Grad heißen Ofen die Lammschulter ca. 1 Stunde schmoren, dabei immer wieder mit etwas Bratensaft übergießen. In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen und in große Würfel oder Spalten schneiden. Dann in reichlich Olivenöl in einer Pfanne rundherum anbraten.

Auf einem Backblech verteilen und die Knoblauchzehen sowie den restlichen Rosmarin zwischen den Kartoffeln verteilen. Im 190 Grad heißen Backofen ca. 35 Minuten goldbraun backen. Mit Salz würzen und abschmecken.

Die weich geschmorte Lammschulter herausnehmen, mit Senf bestreichen, mit Semmelbröseln bestreuen und unter der Grillschlange ca. 10 Minuten bräunen. In der Zwischenzeit die Sauce einkochen, passieren und abschmecken.

Die Lammschulter aufschneiden, mit den Kartoffeln und der Sauce anrichten.

Wochenthema: Kochen mit Senf
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 31.08.04

Hähnchenbrust mit Senfrüchten und Sauce von violettem Senf

2	Hähnchenbrustfilets
1	Zwiebel, fein geschnitten
200 ml	Hühnerbrühe
1/2 Bund	Thymian
2 EL	violetter Senf (wird aus Traubenmost und Wein hergestellt)
50 g	kalte Butter
2 EL	Senfrüchte, klein geschnitten
	Salz, Pfeffer, brauner Zucker, Butterschmalz

Die Hähnchenbrüste waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten goldbraun braten. Dann aus der Pfanne nehmen und 7-8 Minuten im 200 Grad heißen Backofen fertig garen. In der Fleischpfanne die Zwiebel anschwitzen, mit Hühnerbrühe ablöschen, Thymian hinzufügen und um ein Drittel einkochen. Senf zugeben, die kalte Butter einrühren und die Sauce mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Sie sollte süß/scharf schmecken. Die Senfrüchte in die Sauce geben und mit den Hähnchenbrüsten servieren. Dazu passt Kartoffelpüree oder Baguette.

Saibling in Senf-Riesling-Sud mit Wurzelgemüse

Rezept für 4 Personen

600 g Kartoffeln, fest kochend
2 Schalotten, in Ringe geschnitten
3 Karotten, in feine Stifte geschnitten
2 Stangen Staudensellerie, in Stifte geschnitten
10 Frühlingszwiebeln, halbiert
300 ml Fischfond
300 ml Riesling von der Mosel
2 Saiblinge à 400 g
1 EL Dijon-Senf
3 EL Riesling-Senf
etwa 1 EL Zitronensaft
1 Prise Cayennepfeffer
Dillspitzen zum Garnieren
Salz, Butter

Kartoffeln schälen, waschen und Kugeln ausstechen. Diese in Salzwasser etwa 20 Minuten garen. Vor dem Anrichten in einer Pfanne mit Butter schwenken.
Schalotten in Butter anschwitzen. Karotten, Staudensellerie und Frühlingszwiebeln hinzufügen, kurz mit anbraten. Mit Fischfond und Riesling ablöschen.
Die Saiblinge filetieren und die Filets im Gemüsesud 2-3 Minuten pochieren, anschließend herausnehmen.
Senf in den Sud einrühren, mit 3 EL kalter Butter binden.
Mit Salz, Zitronensaft und Cayennepfeffer abschmecken.
Die Saiblingfilets auf dem Wurzelgemüse mit Senf-Riesling-Sud anrichten. Mit Dillspitzen garnieren und die Kartoffeln dazu reichen.

Wochenthema: Kochen mit Senf

Vincent Klink

Donnerstag, 02.09.04

Forellenfilet mit Senfkruste an grünem Salat

400 g	Kartoffeln
2	Schalotten, fein geschnitten
1/4 Stange	Lauch, fein geschnitten
1 EL	scharfer Senf
1 EL	Petersilie, fein gehackt
1 EL	Semmelbrösel, frisch gerieben
1 EL	weißer Balsamico
2 EL	Olivenöl
1/2 TL	Senf
1/2 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
4	Forellenfilets mit Haut
2 TL	Mehl
1/8 l	trockener Weißwein
1	Kopfsalat, geputzt
	Salz, Pfeffer, Butter, Butterschmalz

Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen.

In einer Pfanne mit etwas Butter, Schalotten und Lauch anschwitzen. Anschließend in eine Schüssel umfüllen, scharfen Senf, Petersilie und Semmelbrösel zugeben und gut vermischen.

Aus Essig, Olivenöl und Senf eine Vinaigrette mischen, mit Salz und Pfeffer würzen und Schnittlauch unterrühren.

Die Filets mit Salz und Pfeffer würzen. Die Fleischseite mit der Senfpaste bestreichen und ins Mehl drücken. Das Mehl etwas abklopfen und auf dieser Seite zwei Minuten lang in Butterschmalz bräunen, dann wenden und noch kurz auf der Hautseite braten.

Die Filets herausnehmen und warm stellen, Bratensatz mit Weißwein ablöschen, kurz einkochen und mit etwas Butter binden. Den Salat mit der Vinaigrette anmachen.

Fischfilets mit Kartoffeln und grünem Salat servieren.

Wochenthema: Kochen mit Senf

Otto Koch

Freitag, 03.09.04

Senfsuppe mit Kalbfleischklößchen

1/2 l	Kalbsfond (oder Rinderbrühe)
350 ml	Sahne
3-4 EL	mittelscharfer Senf
1 EL	scharfer Senf
200 g	rohes feines Kalbsbrät
1	Laugenstange
1/4 Bund	Petersilie, fein gehackt
	Salz, Pfeffer,
	Butterschmalz

Kalbsfond mit 250 ml Sahne langsam einkochen lassen. Senf nach Geschmack dazugeben, nochmals etwas kochen und abschmecken.

Kalbsbrät mit restlicher Sahne mischen und mit einem Teelöffel Nocken abstechen, diese in leicht kochendem Salzwasser ca. 2 Minuten pochieren.

Laugenstange in dünne Scheiben schneiden und in Butterschmalz goldbraun anbraten.

Die Suppe in tiefe Teller geben, die Klößchen einlegen, mit den gebackenen Laugenscheiben belegen und mit der Petersilie garnieren.

Wochenthema: Fleischlos glücklich
Rainer Strobel Montag, 06.09.2004

Tagliatelle mit Pilzen, Tomaten und Rucola

2 Schalotten, fein geschnitten
2 Knoblauchzehen, fein geschnitten
200 g Speisepilze (Steinpilze, Champignons, Pfifferlinge, Austernpilze)
100 g getrocknete Tomaten, in Öl eingelegt
250 g Cocktailtomaten
1 Bund Rucola
300 g frische Tagliatelle
60 g Parmesan, frisch gerieben
Salz, Pfeffer, Majoran
Olivenöl

Schalotten und Knoblauch in Olivenöl glasig anschwitzen, die geputzten Pilze zugeben, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Majoran würzen, getrocknete Tomaten in 1 cm breite Streifen schneiden und ebenfalls mit anschwitzen.

Die kleinen Tomaten halbieren. Rucola 2-3 mal durchschneiden. Die frischen Tagliatelle in reichlich Salzwasser 2-3 Minuten kochen und anschließend abgießen (getrocknete Tagliatelle ca. 8 Minuten kochen).

Die Nudeln mit den Pilzen, Tomaten und Rucola mischen und mit Salz und Pfeffer würzen. In tiefen Tellern die Nudeln anrichten, mit Olivenöl beträufeln und mit Parmesan bestreuen.

Wochenthema: Fleischlos glücklich

Jacqueline Amirfallah

Dienstag, 07.09.04

Strudel von Paprika, Tomaten und Schafskäse

500 g	Mehl
1	Ei
40 ml	Olivenöl
120 ml	Wasser
2	Fleischtomaten
je 1	gelbe und grüne Paprika
2	Lauchzwiebeln
2 Zweige	Rosmarin
100 g	Schafskäse
1	Knoblauchzehe, angedrückt
1/4	Fladen- oder Weißbrot vom Vortag, zerbröseln
	Salz, Pfeffer, Olivenöl zum Einpinseln und Anbraten, Frischhaltefolie

Mehl, Ei, Olivenöl, Wasser und eine Prise Salz zu einem glatten Teig verarbeiten. Diesen in Frischhaltefolie einschlagen und gekühlt mindestens 30 Minuten ruhen lassen.

In der Zwischenzeit die Tomaten häuten und grob würfeln. Paprika ebenfalls in Würfel, Lauchzwiebeln fein schneiden, Rosmarin hacken und den Käse grob zerbröseln.

Paprikawürfel und die angedrückte Knoblauchzehe in Olivenöl anbraten.

Den Strudelteig mit einem Nudelholz ausrollen oder auf dem Handrücken dünn ausziehen. (Das sollte auf einem mit Mehl bestäubten Geschirrtuch gemacht werden.)

Den Teig mit Olivenöl einpinseln, Brotbrösel, Gemüse, Käse und Rosmarin darüber streuen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Strudel mit Hilfe des Tuchs aufrollen. Von außen nochmals mit Olivenöl bepinseln und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und im 220 Grad heißen Ofen ca. 15 Minuten hellbraun backen.

Zum Strudel passt gut ein Romanasalat mit Vinaigrette und gerösteten Pinienkernen.

Wochenthema: Fleischlos glücklich
Vincent Klink Mittwoch, 08.09.04

Gemüse-Couscous-Gratin

1	Schalotte, fein geschnitten
100 g	Couscous
1/4 l	Gemüsebrühe
1	Zwiebel, fein geschnitten
1 Stange	Staudensellerie, gewürfelt
1	Fenchelknolle, gewürfelt
1	Zucchini, gewürfelt
2	Tomaten, gewürfelt
1	Eigelb
100 ml	Sahne
50 g	Parmesan, frisch gerieben
	Salz, Pfeffer,
	Olivenöl, Butter

Die Schalotte in Olivenöl anschwitzen, Couscous zugeben und gleich danach die Gemüsebrühe angießen. Einmal aufkochen und noch ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Die Zwiebel in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen, Staudensellerie, Fenchel und Zucchini zugeben. Alles gut anrösten und zuletzt die Tomatenwürfel untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Das Gemüse mit dem Couscous mischen und in eine gefettete Auflaufform füllen.

Eigelb mit Sahne verquirlen und den Parmesan untermischen. Über den Couscous geben und unter der Grillschlange gratinieren.

Wochenthema: Fleischlos glücklich
Vincent Klink Donnerstag, 09.09.04

Risotto mit Waldpilzragout

3	Schalotten
200 g	Risottoreis
100 ml	Weißwein
500 ml	Geflügelbrühe
50 g	Parmesan, frisch gerieben
300 g	Wald-Speisepilze
1	kleine Zwiebel, fein geschnitten
1/8 l	Kalbsfond
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Olivenöl, Butter

Schalotten fein würfeln, in Olivenöl anschwitzen, den Risottoreis zugeben und ebenfalls mitrösten. Anschließend mit Weißwein ablöschen, nach und nach mit heißer Brühe aufgießen. Der Reis sollte immer mit Flüssigkeit bedeckt sein und leicht kochen. Nach 15 bis 20 Minuten ist der Reis weich und hat noch Biss. 50 g Butter und Parmesan unterziehen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Pilze gut putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. In einer Pfanne mit etwas Butter die Zwiebel anschwitzen, die Pilze zugeben und 3-5 Minuten anbraten. Dann mit dem Kalbsfond ablöschen, diesen etwas einkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zuletzt Petersilie untermischen und das Pilzragout zum Risotto servieren.

Wochenthema: Fleischlos glücklich
Otto Koch Freitag, 10.09.04

Zwetschgen-Knödel

400 g	Kartoffeln
30 g	flüssige Butter
	Eigelb
3-4 EL	Mehl
2 EL	Weizengrieß
6-8	Zwetschgen
	Zuckerwürfel
50 g	Butter
50 g	Semmelbrösel
	Salz, Zucker

Die Kartoffeln weich kochen, pellen und noch warm durch eine Presse drücken. Mit flüssiger Butter, Eigelb, Mehl, einer Prise Salz und Grieß zu einem festen Teig vermischen. Den Teig einige Minuten ruhen lassen, dann eine Kochprobe machen und gegebenenfalls noch etwas Mehl zugeben, falls die Masse nicht gut halten sollte.

Die Zwetschgen anschneiden, Kerne auslösen und jeweils durch ein Stückchen Würfelzucker ersetzen.

Aus dem Teig zwetschhengroße Kugeln formen, diese flachdrücken, die Zwetschgen darin einpacken und zu Knödeln drehen. Die Knödel in kochendes Wasser legen und knapp 10 Minuten sieden lassen. In der Zwischenzeit Butter schmelzen lassen, die Semmelbrösel zugeben und mit Zucker abschmecken. Die Knödel aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen, anrichten und mit den Butterbröseln übergießen.

Wochenthema: Spießige Genüsse
Rainer Strobel Montag, 13.09.04

Kabeljauspieße

400 g	Kabeljaufilet
1/4 Bund	Petersilie
1/4 Bund	Basilikum
1/2 Bund	Schnittlauch
10 Blätter	Salbei
2	Knoblauchzehen
50 ml	kalt gepresstes Olivenöl
6 Scheiben	geräucherter Schinken, sehr dünn aufgeschnitten
	Salz, Pfeffer,
	Olivenöl,
	Schaschlikspieße

Kabeljaufilet vollständig entgräten und in sechs gleich große Stücke schneiden. Kräuter und Knoblauch im Mixer oder mit dem Messer sehr fein hacken und mit Olivenöl mischen. Die Fischstücke mit Pfeffer würzen, ins Kräuteröl legen und 2 Stunden ziehen lassen. Anschließend jedes Fischstück in eine Scheibe Räucherschinken einpacken, jeweils drei Stück auf einen Schaschlikspieß stecken. Die Spieße bei mäßiger Hitze in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten je 3-4 Minuten braten. Die Kabeljauspieße anrichten und Baguette dazu reichen.

Wochenthema: Spießige Genüsse
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 14.09.04

Gebratener Käsespieß

100 g	Manchego (spanischer Hartkäse)
100 g	mittelalter Gouda
1	großer Apfel
2	Feigen
1/4	Fladenbrot
200 ml	süßer Weißwein
50 g	Mehl
2	Eier
2	Chicorée
1 Hand voll	rote Trauben, halbiert und entkernt
	Salz, Pfeffer, Zucker, Olivenöl, Bratfett, Schaschlikspieße

Käse in 2 cm große Würfel schneiden. Apfel und Feigen in möglichst gleich große Stücke schneiden. Das Fladenbrot ebenfalls würfeln und in Olivenöl tunken. Jeweils Feigen und Manchego sowie Gouda und Apfel zusammen aufspießen, dazwischen die Brotwürfel verteilen.

Aus Weißwein, Mehl, 2 EL Olivenöl und Eiern einen Teig mischen. Die Spieße durch den Teig ziehen und in heißem Bratfett frittieren.

Chicorée der Länge nach halbieren und den bitteren Strunk entfernen.

Chicoréehälften in Olivenöl rundherum anschmoren. Mit Zucker bestreuen und kurz karamellisieren.

Traubenhälften untermischen, kurz durchschwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Chicorée zu den Käsespießen servieren.

Wochenthema: Spießige Genüsse
Fred Nowack Mittwoch, 15.09.04

Schweinefiletspieß in Paprikasauce

300 g	Schweinefilet
3	Schalotten, fein geschnitten
12	Salbeiblätter, fein gehackt
1/2 EL	scharfer Senf
1	Zwiebel, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1	Sardelle, fein gehackt
1	rote Paprika, fein gewürfelt
3	Tomaten, gehäutet und gewürfelt
	Salz, Pfeffer,
	Olivenöl,
	Schaschlikspieße

Schweinefilet in 4 cm große Würfel schneiden. Die Schalotten in einer Pfanne mit Olivenöl glasig anschwitzen, vom Herd ziehen, Salbei untermischen und die Fleischwürfel damit bestreichen. Dann mit Salz und Pfeffer würzen, mit etwas Senf bestreichen und auf zwei Schaschlikspieße aufstecken. In einer Pfanne mit Olivenöl die Spieße von allen Seiten kräftig anbraten, dann einen Deckel auf die Pfanne geben, diese vom Herd nehmen und das Fleisch ziehen lassen.

Für die Sauce Zwiebel und Knoblauch in Olivenöl anschwitzen, Sardelle zugeben. Wenn die Zwiebeln leicht Farbe genommen haben, Paprika und Tomaten zugeben und ca. 15 Minuten köcheln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Spieße in der Sauce nochmals aufwärmen und anrichten. Dazu passen gut Bandnudeln oder Kartoffelpüree.

Wochenthema: Spießige Genüsse
Frank Bundschu Donnerstag, 16.09.04

Birnenspieß mit Gorgonzola

300 g	neue Kartoffeln
3	Birnen
3 EL	Ahornsirup
1 EL	Rosmarin, fein gehackt
150 g	Gorgonzola
	Salz, Olivenöl, Schaschlikspieße

Die Kartoffeln waschen und kochen.

In der Zwischenzeit die Birnen schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in 4 cm große Würfel schneiden. Die Kartoffeln mit der Schale vierteln. Die Birnenstücke abwechselnd mit den Kartoffeln auf Schaschlikspieße stecken und in einer beschichteten Pfanne mit Olivenöl anbraten, mit Ahornsirup leicht karamellisieren und mit Rosmarin bestreuen. Dann in eine Auflaufform legen und mit Gorgonzola bedecken.

Die Spieße unter der Grillschlange kurz gratinieren und anrichten.

Lachsspieß mit Limone, Bohnenkernen, Ingwer und Karottenjus

300 g	Lachsfilet ohne Haut
1	Limette, unbehandelt (Schale)
ca. 100 g	Ingwer
50 g	Karotten
50 g	Ingwer
50 g	Lauch (grüner Teil)
80 g	frische grüne Bohnenkerne
100 ml	Orangensaft
20 g	Ingwer, fein gerieben
300 ml	Karottensaft
40 ml	Olivenöl
etwas	Zitronensaft
etwas	weißer Balsamico
	Chilifäden
	Kerbel zum Garnieren
	Meersalz, Pfeffer,
	Butter, Olivenöl zum Anbraten,
	kleine Holz-Spieße

Das Lachsfilet in Würfel von je 25 g schneiden. Mit Limonenschale, Meersalz, Pfeffer und 40 g Ingwerwürfeln würzen. Je zwei Lachswürfel auf 8 cm lange Holz-Spieße stecken. Karotten, 50 g Ingwer und Lauch in Rauten schneiden. Jeweils Bohnenkerne und Karotten in Salzwasser, Ingwer und Lauch in Wasser blanchieren, herausnehmen, abschrecken und abtropfen lassen.

Orangensaft und restlichen Ingwer (gerieben) in einen Topf geben und auf die Hälfte einkochen. Dann den Karottensaft hinzufügen und die Flüssigkeit auf ein Drittel einkochen. Durch ein feines Sieb passieren und mit Olivenöl aufmontieren. Den Sud mit Zitronensaft und Balsamico leicht säuerlich abschmecken.

Bohnen, Karotten, Ingwer und Lauch in einer Pfanne mit Olivenöl bei großer Hitze kurz anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Lachsspieße in einer Pfanne mit schäumender Butter eine Minute anbraten, kurz drehen und anrichten. Das Gemüse darüber und um die Spießchen anrichten. Die Chilifäden darüber streuen. Den Karottensud um die Spießchen gießen und mit Kerbel garnieren.

Wochenthema: Feines aus Poseidons Reich
Rainer Strobel Montag, 20.09.04

Dorschfilet mit Basilikumtomaten

400 g	Dorschfilet
3	große Tomaten
2 EL	Mehl
1/2 Bund	Basilikum
2 EL	Balsamico (gereift)
	Meersalz, Pfeffer aus der Mühle, Olivenöl

Das Dorschfilet vollständig entgräten, in vier gleich große Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Tomaten in 2 cm dicke Scheiben schneiden, in Mehl wenden. Fischstücke und Tomatenscheiben in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten 2 Minuten braten. Dann in der Reihenfolge Tomate-Dorsch-Tomate aufeinanderlegen, dabei zwischen Dorsch und Tomate jeweils 2 Basilikumblätter legen. Mit Meersalz bestreuen, mit Balsamico beträufeln und Pfeffer aus der Mühle darüber mahlen. Dazu passen Salzkartoffeln oder Kräuternudeln.

Wochenthema: Feines aus Poseidons Reich
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 21.09.04

Rotbarbe im Thymian-Safran-Sud

250 g	Zucchini
1 EL	weißer Balsamico
1/2 TL	scharfer Senf
2	Rotbarben
2	Fleischtomaten
1 Msp	Safranfäden
40 ml	Fischfond
1	Knoblauchzehe
1/2 Bund	Thymian
	Salz, Pfeffer, Olivenöl

Zucchini waschen, die Enden abschneiden und grob raspeln. Aus 3 EL Olivenöl, Balsamico, Senf, Salz und Pfeffer eine Marinade mischen. Diese unter die Zucchiniraspel mischen und ziehen lassen. Die Rotbarben schuppen, filetieren und entgräten. Die Tomaten häuten, entkernen, würfeln. 3 EL Olivenöl, Safran, Fischfond, 1 TL Tomatenwürfel, Knoblauch und eine Prise Salz in einen Mixbecher geben und fein pürieren. Dann einige Thymianblättchen untermischen. Die Fischfilets salzen und mit der Hautseite nach oben in einer Pfanne (mit feuerfestem Griff) in Olivenöl anbraten. Mit Thymianblättchen bestreuen, der Sauce umgießen, die Tomatenwürfel hinzufügen und unter der Grillschlange (oder Oberhitze) in 3-4 Minuten fertig grillen. (Achtung, Rotbarben werden sehr schnell trocken, deshalb nicht zu lange grillen.) Den Zucchini-Salat nochmals abschmecken und mit den Rotbarben servieren. Dazu passt gut Knoblauchbaguette.

Wochenthema: Feines aus Poseidons Reich
Vincent Klink Mittwoch, 22.09.04

Bunter Fischeintopf

500 g	Karkassen (Gräten) von fettarmen Fischen
1/2 l	Wasser
1/2 l	Weißwein
1	Fenchelknolle
1	Karotte
1 Stange	Staudensellerie
1	Petersilienwurzel
1/2 Stange	Lauch
2	Tomaten
1	Zwiebel, grob gewürfelt
1	Knoblauchzehe, gehackt
100 g	Kartoffeln, gewürfelt
1 Msp	Safranfäden
300 g	Fischfilet (z.B. Seeteufel, Rotbarbe, Dorade)
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
10 Blätter	Salbei, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Olivenöl

Die Karkassen grob zerkleinern, in reichlich Wasser wässern und gut durchspülen. Dann mit Wasser und Wein in einen großen Topf geben und aufkochen. Den entstehenden Schaum mit einem Esslöffel abheben. Das Gemüse putzen, in 1 cm große Würfel schneiden und die Gemüseabschnitte zum Fond geben. 25 Minuten köcheln, dann durch ein feines Sieb passieren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Zwiebel in einem Topf mit Olivenöl und Knoblauch goldbraun anschwitzen, Kartoffeln und die Fischbrühe zugeben, 5 Minuten köcheln lassen. Dann Fenchel, Karotte, Staudensellerie und Petersilienwurzel zugeben. Nach 10 Minuten Safran untermischen und die in 3 cm große Würfel geschnittenen Fischfilets zugeben. Anschließend den Lauch, Petersilie, Salbei und zuletzt die Tomaten zufügen. Das Ganze nochmals gut aufkochen, abschmecken und servieren. Dazu frisches Baguette reichen.

(Wichtig ist, dass die Fischstücke nicht länger als 3 - 4 Minuten kochen.)

Wochenthema: Feines aus Poseidons Reich
Alexander Kunz, Restaurant Kunz, St. Wendel Donnerstag, 23.09.04

Dorade en papillote

1	Dorade Royal (ca. 1000-1200 g)
ca. 200 ml	Olivenöl
4	Knoblauchzehen, in feine Scheiben geschnitten
6 Zweige	Thymian
3 Zweige	Rosmarin
20	Kirschtomaten, halbiert
ca. 500 g	Meersalz
4	mittelgroße frische Artischockenböden, in feine Scheiben geschnitten
	Salz, Pfeffer, Olivenöl zum Anbraten, Pergamentpapier, Küchenbindfaden

Die Dorade schuppen, die Flossen mit einer Schere abschneiden, und den Fisch ausnehmen. Das Pergamentpapier auslegen und die Hälfte des Olivenöls auf die Mitte des Papiers gießen.

Die Dorade von beiden Seiten leicht einschneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Dann in die Mitte des Pergamentpapiers legen. Die Hälfte des Knoblauchs, 2 Zweige Thymian und Rosmarin sowie 5 halbierte Kirschtomaten auf der Dorade verteilen, mit restlichem Olivenöl begießen.

Das Pergamentpapier von oben wie eine Tasche aufrollen und an den Enden mit Küchenbindfaden fest verschließen. (Tipp: Mit Büroklammern lässt sich die Tasche von oben gut verschließen.)

Den Fisch im Pergamentpapier auf ein mit Meersalz bestreutes Backblech setzen und im 200 Grad heißen Ofen 16-18 Minuten garen.

In einer Pfanne mit Olivenöl restlichen Knoblauch glasig anschwitzen. Restliche Tomaten, Artischockenböden, restliche Thymianzweige und Rosmarin dazugeben. Etwa 5 Minuten köcheln lassen. Die Kräuterzweige herausnehmen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Anrichten die Pergamenttüte aufschneiden, die Dorade filetieren, mit dem in der Tüte entstandenen Saft beträufeln. Das Artischocken-Tomatenragout dazu servieren.

Wochenthema: Kinder Leicht
Rainer Strobel Montag, 27.09.04

Cannelloni mit Gemüsefüllung und Tomatensauce

Rezept für 4 Personen

1	Zwiebel, fein gewürfelt
1	Knoblauchzehe, gepresst
800 g	Tomaten, gehäutet und gewürfelt
150 ml	Gemüsebrühe
1 Zweig	Thymian
1 Zweig	Rosmarin
1-2	Zucchini
1	gelbe Paprika
1	Karotte
1	Schalotte
1 EL	Thymianblättchen, fein geschnitten
1 EL	Basilikum, fein geschnitten
300 g	Frischkäse oder Ricotta
1	Eigelb
12	Lasagneblätter
3 EL	Parmesan,
gerieben	Pfeffer, Salz,
	Olivenöl

Für die Tomatensauce Zwiebel und Knoblauch in Olivenöl anschwitzen, Tomaten zugeben, Gemüsebrühe angießen, Thymian und Rosmarinzweig hinzufügen und zugedeckt ca. 20 Minuten köcheln lassen. Dann die Kräuterzweige wieder herausnehmen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zucchini, Paprika und Karotte fein würfeln. In einer Pfanne mit Olivenöl Schalotte anschwitzen, dann zunächst Karotte zugeben, etwas später Paprika und Zucchini. Das Gemüse goldbraun anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und etwas abkühlen lassen.

Thymian, Basilikum, Frischkäse und Eigelb untermischen.

Die Lasagneblätter in Salzwasser bissfest kochen, ausbreiten, trocken tupfen, mit der Gemüsefarce füllen und aufrollen.

Eine Auflaufform mit Olivenöl oder Butter einfetten, die gefüllten Nudelblätter hineingeben, mit der Tomatensauce übergießen und mit Parmesan bestreuen. Im 200 Grad heißen Backofen ca. 20 Minuten backen.

Dazu passt gut ein grüner Salat.

Wochenthema: Kinder Leicht
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 28.09.04

Gemüsereis mit Hähnchenspießen

Rezept für 4 Personen

2	Schalotten, fein gewürfelt
300 g	Langkornreis
2 EL	Tomatenmark
600 ml	Geflügelbrühe
200 g	Zucchini, in feine Streifen geschnitten
200 g	gelbe Paprika, in feine Streifen geschnitten
200 g	Karotten, in feine Streifen geschnitten
500 g	Hähnchenbrustfilet
	Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Olivenöl, Schaschlikspieße

Die Schalotten in Olivenöl anbraten, den trockenen Reis zugeben und mitbraten, bis er glasig ist. Dann das Tomatenmark unterrühren und mit der Geflügelbrühe ablöschen. Das in Streifen geschnittenen Gemüse zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Wenn die Flüssigkeit aufkocht den Topf mit einem Deckel verschließen und den Gemüsereis im Ofen bei 180 Grad (Ober-/Unterhitze) ca. 15 Minuten garen.

Die Hähnchenbrust in 4 cm große Würfel schneiden und auf Schaschlikspieße aufstecken. Mit Salz und Pfeffer würzen und Paprikapulver bestäuben. In einer Pfanne mit Olivenöl die Spieße rundum anbraten und zum Gemüsereis servieren.

Wochenthema: Kinder Leicht
Vincent Klink Mittwoch, 29.09.04

Hackfleisch-Kartoffelaufbau mit Karottensauce

Rezept für 4 Personen

800 g	Kartoffeln
4	Schalotten, fein geschnitten
400 g	Rinderhack
500 g	Tomaten, gehäutet und gewürfelt
80 g	Crème fraîche
600 g	Karotten
ca. 400 ml	Gemüsebrühe
	Salz, Pfeffer,
	Butter, Öl

Die Kartoffeln waschen, kochen, pellen, etwas abkühlen lassen und in Scheiben schneiden. Die Hälfte der Schalotten in etwas Öl anschwitzen, das Hackfleisch zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und anbraten.

Dann schichtweise Hackfleisch und Kartoffelscheiben in eine gefettete Auflaufform schichten. Mit Kartoffeln abschließen. Tomatenwürfel mit Crème fraîche vermischen, abschmecken und auf der letzten Schicht verteilen. Im Backofen bei 180 Grad ca. 30 Minuten überbacken. (Man kann auch alles schichtweise in Muffinsförmchen füllen und so den Auflauf portionsweise zubereiten. Die Garzeit verringert sich dann um ca. 10 Minuten.)

In der Zwischenzeit Karotten schälen und in Scheiben schneiden. Mit den restlichen Schalotten in einem Topf mit Öl gut anschwitzen. Gemüsebrühe aufgießen und bei geringer Hitze weich kochen. Dann pürieren und nach Bedarf durch ein Sieb streichen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und zum Auflauf servieren.

Wochenthema: Kinder Leicht
Vincent Klink Donnerstag, 30.09.04

Kürbispfannkuchen mit Apfelkompott

Rezept für 4 Personen

Für die Kürbispfannkuchen

350 g	Kürbisfruchtfleisch
2 EL	Zucker
1 Prise Zimt	
1/2 TL	Ingwer, frisch gerieben
150 ml Milch	
2	Eigelb
120 g	Mehl
etwas	Puderzucker
	Öl zum Anbraten

Für das Apfelkompott

600 g	Äpfel
3 EL	Zucker
300 ml	Wasser
1 Prise	Zimt

Kürbis in grobe Würfel schneiden und mit wenig Wasser (ca. 50 ml) zugedeckt ca. 20 Minuten weich kochen, dann im offenen Topf ca. 5 Minuten weiter garen, damit das Wasser vollständig verdampft. Anschließend Kürbis pürieren und in eine Schüssel umfüllen. Mit Zucker, Zimt und nach Geschmack mit Ingwer würzen. Milch, Eigelb und Mehl untermischen und den Teig zugedeckt ca. 30 Minuten quellen lassen.

Die Äpfel schälen, vierteln, das Kerngehäuse ausschneiden und dann grob würfeln.

Zucker in einem Topf schmelzen, Äpfel zugeben und mit Wasser aufgießen. Mit einer Prise Zimt würzen und zugedeckt bei schwacher Hitze die Äpfel weich kochen. Sie sollen nicht zerfallen.

In einer Pfanne mit etwas Öl aus dem Teig kleine Pfannkuchen goldgelb ausbacken.

Die Pfannkuchen anrichten, mit Puderzucker bestäuben und mit dem Apfelkompott servieren.

Wochenthema: Kinder Leicht
Otto Koch Freitag, 01.10.04

Matrosenschnitzel mit Kartoffelpüree

Rezept für 4 Personen

800 g	Kartoffeln, mehlig kochend
ca. 250 ml	Milch
1 EL	Butter
1 EL	Sahne
4	Seelachsfilets à 150 g
etwas	Zitronensaft
3	Tomaten
2 kleine	Zucchini
2	Schalotten, fein geschnitten
80 g	saure Sahne
2 EL	gemischte Kräuter (Schnittlauch, Petersilie, Thymian usw.), fein geschnitten
2 EL	Semmelbrösel
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Olivenöl

Für das Püree die Kartoffeln schälen, in große Stücke schneiden und in Salzwasser garen. Wenn sie weich sind abgießen und den Topf nochmals zurück auf den Herd stellen, damit die überschüssige Flüssigkeit verdampft. In einem kleinen Topf Milch erhitzen. Die Kartoffeln durch die Presse drücken und die Milch mit dem Schneebesen oder Rührgerät unterschlagen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Vor dem Servieren mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und Butter und Sahne unterziehen. Die Fischfilets waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Zitronensaft beträufeln. Tomaten kurz in kochendes Wasser geben, häuten und anschließend in Scheiben schneiden. Die Zucchini in feine Scheiben schneiden. Schalotten in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen, Zucchinischeiben zufügen und kurz anbraten. Dann in eine Auflaufform geben, die Tomaten darauf verteilen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Fischfilets auflegen. Saure Sahne mit den Kräutern mischen, mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Fischfilets mit der Kräuter-Sahne überziehen und mit Semmelbröseln bestreuen. Im 200 Grad heißen Backofen ca. 20 Minuten backen. Die Matrosenschnitzel mit dem Kartoffelpüree servieren.

ARD-Buffer Rezepte Oktober 2004
Wochenthema: Herbstgenüsse

Rainer Strobel Montag, 04.10.04

Zanderfilet auf Kürbisgemüse mit Pesto-Gnocchi

Rezept für 4 Personen

400 g	Kartoffeln (mehlig kochend)
150 g	Mehl
2	Eigelb

2 EL	Pesto
600 g	Kürbisfleisch (Muskatkürbis)
2	Schalotten, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, fein geschnitten
150 ml	Weißwein
4	Zanderfilets mit Haut à 200 g
1 EL	Kürbiskernöl
	Salz, Pfeffer, Muskat, Koriander, Zucker, Butter, Olivenöl

Für die Gnocchi die Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen, abgießen, dann mit dem Topf auf die noch warme Herdplatte stellen und gut ausdampfen lassen. Mehl in eine große Schüssel geben und die heißen Kartoffeln dazu pressen. Mit Salz und Muskat würzen. Eigelbe zugeben und alles gründlich verkneten. Die Masse zu einer Rolle mit 2 cm Durchmesser formen, mit einem Teigschaber 2 cm lange Stücke abstechen und eine Gabel aufdrücken. Die Gnocchi in siedendem Salzwasser 10 Minuten ziehen lassen. Danach mit 2 EL frischer Pestosauce und etwas Butter in einer Pfanne anschwanken.

Kürbisfleisch ohne Schale und Kerne in 1 cm große Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauch in einem Topf mit etwas Olivenöl anschwitzen. Kürbiswürfel zugeben und mit Weißwein auffüllen. Salz und Zucker zugeben und 10 Minuten dünsten. Zum Schluss mit frisch gemahlenem Koriander abschmecken.

Die Zanderfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit heißem Olivenöl zuerst auf der Hautseite ca. 2 Minuten braten, dann wenden und fertig garen.

Das Kürbisgemüse auf Tellern anrichten, ein paar Tropfen Kürbiskernöl darauf geben, den Zander mit der Hautseite nach oben auflegen und die angeschwenkten Gnocchi um das Gemüse verteilen.

Wochenthema: Herbstgenüsse
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 05.10.04

Entenkeule mit Walnüssen, Granatapfelkernen und roter Zwiebel geschmort, mit Sesampastinaken und Reisplätzchen

Rezept für 4 Personen

Für die Entenkeulen:

4 Entenkeulen
4 rote Zwiebeln
10 frische Walnusskerne
20 ml Granatapfelsirup
20 ml Cassislikör
ca. 300 ml Enten-oder Geflügelfond
2 Granatäpfel
Salz, Pfeffer,
evtl. Schmalz

Für die Sesampastinaken:

400 g Pastinaken
1 Schalotte, fein geschnitten
100 ml Gemüsebrühe
je 1 TL heller und dunkler Sesam
etwas Sesamöl zum Anbraten
Salz

Für die Reisplätzchen:

80 g Basmatireis
4 Eiweiß
Salz, Butterschmalz

Die Entenkeulen an der Haut leicht einritzen und an der Schnittstelle von Unterkeule und Oberkeule einstechen, sodass beim Braten überschüssiges Fett austreten kann. Die Zwiebeln halbieren und in feine Scheiben schneiden, Walnüsse grob hacken. In einem Brattopf (dieser sollte so groß sein, dass die Keulen gut nebeneinander liegen können, sonst aber nicht mehr viel Platz ist) von allen Seiten die Keulen gut anbraten (evtl. mit etwas Schmalz). Zwiebeln und Walnüsse zugeben, alles mit Salz und Pfeffer würzen. Wenn die Zwiebeln weich gedünstet sind, mit Granatapfelsirup und Cassislikör ablöschen. Den Entenfond zugeben, sodass die Keulen zu 2/3 bedeckt sind. Bei kleiner Hitze und geschlossenem Deckel die Keulen weich schmoren (ca. 45 Minuten). Einen Granatapfel drücken, bis die Frucht weich ist, dann quer durchschneiden und den Saft mit einer Zitruspresse ausdrücken. Den zweiten Granatapfel ebenfalls quer durchschneiden, auf die Schale klopfen, damit die Kerne herausfallen oder die Kerne auslöffeln. Den Saft und die Kerne in die Sauce geben, abschmecken und falls nötig mit etwas Stärke binden.

Die Pastinaken wie Möhren schälen und in dünne schräge Scheiben schneiden. Die fein geschnittene Schalotte in etwas Sesamöl anschwitzen, die Pastinaken zugeben, leicht salzen, Gemüsebrühe angießen und weich dünsten (ca. 10 Minuten). Kurz vor Schluss Sesam zugeben und abschmecken.

Für die Reisplätzchen den Reis in reichlich Salzwasser bissfest kochen, auf ein Sieb geben und gut abtropfen lassen. Eiweiß zu lockerem Schnee schlagen und unter den Reis mischen. Mit einem Löffel kleine Häufchen Reismasse in eine Pfanne mit Butterschmalz setzen, flach drücken und von beiden Seiten knusprig braten.

Die Entenkeulen mit der Sauce, Reisplätzchen und Sesampastinaken anrichten.

Wochenthema: Herbstgenüsse
Vincent Klink Mittwoch, 06.10.04

Sauerbraten von der Rehkeule mit Serviettenknödeln

Rezept für 4 Personen

Für den Braten:

1-1,5 kg	Rehkeule (küchenfertig)
2	Zwiebeln
2	Lorbeerblätter
1	Gewürznelke, angedrückt
1 TL	Wacholder, angedrückt
1 TL	Pimentkörner, angedrückt
1 TL	schwarze Pfefferkörner, angedrückt
1 l	kräftiger Rotwein
1/8 l	Weinessig
1-2	Karotten
1 TL	Mehlbuttermischung (weiche Butter und Mehl zu gleichen Teilen gemischt)
	Salz, Pfeffer, Butterschmalz

Für die Serviettenknödel:

1/2	Kastenweißbrot
1/4 l	Milch
1	Zwiebel, fein geschnitten
25 g	Bauchspeck, fein gewürfelt
2-3	Eier
2 EL	Petersilie, fein gehackt
	Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Butter
	hitzebeständige Frischhaltefolie, Alufolie

Die Rehkeule waschen und abtrocknen. In eine entsprechend große Glas- oder Porzellanschüssel legen. Eine Zwiebel schälen, in feine Ringe schneiden und mit Lorbeerblättern, Nelke, Wacholder, Piment- und Pfefferkörnern zufügen. Rotwein und Essig angießen, mit Klarsichtfolie abdecken und 2 – 3 Tage ziehen lassen.

Die übrige Zwiebel und die Karotte in grobe Würfel schneiden. Das Fleisch aus der Marinade nehmen und abtupfen, mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer einreiben. Dann in heißem Butterschmalz rundum kräftig anbraten. Zwiebel- und Karottenwürfel zugeben und kurz mitbraten. Dann mit der Marinade ablöschen, allerdings nicht mit der gesamten Menge, sondern nur den Bodensatz lösen. Bei schwacher Hitze die Keule ca. 2 Stunden zugedeckt schmoren. Immer wieder mit etwas Marinade ablöschen, allerdings sollte der Fond im Topf immer nur 1-2 cm hoch sein.

Der Braten ist fertig, wenn sich eine lange Fleischgabel leicht hineinstecken und sanft wieder herausziehen lässt. Den gegarten Braten aus dem Topf nehmen und warm stellen. Die Sauce durch ein Sieb passieren und wenn nötig, mit etwas Mehlbuttermischung andicken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Kastenweißbrot entrinden und in 1 cm große Würfel schneiden. Die Milch aufkochen, über die Brotwürfel geben, abdecken und ziehen lassen.

In der Zwischenzeit Zwiebel und Speck in einer Pfanne mit Butter anschwitzen. Die Eier verquirlen, zusammen mit den Speckzwiebeln und der Petersilie zum Brot geben. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und gut vermengen. Hitzebeständige Klarsichtfolie zurechtlegen, den Knödelteig länglich auf die Mitte geben und die Folie zu einer Rolle zusammenschlagen. Die Enden gut eindrehen und alles in Alufolie einwickeln. In einem Topf mit siedendem Wasser den Serviettenknödel ca. 40 Minuten garen. Herausnehmen, auspacken, in Scheiben schneiden, mit brauner Butter beträufeln und zum Braten reichen.

Wochenthema: Herbstgenüsse

Vincent Klink

Donnerstag, 07.10.04

Wildschweinroulade mit Maronen-Rotkraut und Schupfnudeln

Rezept für 4 Personen

Für die Rouladen

1 Zwiebel
1 Stange Staudensellerie
1/2 TL Wacholderbeeren, gemörsert
1/2 TL Pimentkörner, gemörsert
2 EL Petersilie, fein gehackt
4 Rouladenscheiben von der Wildschweinkeule
1 EL scharfer Senf
4 Scheiben Bauchspeck, dünn geschnitten
3 Schalotten, grob gewürfelt
100 ml Rotwein
200 ml Brühe
Salz, Pfeffer,
Butterschmalz,
Gefrierbeutel, Klarsichtfolie

Für das Maronen-Rotkraut

16 Esskastanien (Maronen)
1 kleiner Kopf Rotkohl
2 Schalotten
2 EL Balsamico
250 ml Rotwein
1 Lorbeerblatt
1/2 TL grüner Pfeffer, grob zerstoßen
1 Msp Wacholder, zerstoßen
1 Gewürznelke
1 Msp Piment, zerstoßen
1 EL Preiselbeerkonfitüre
1 EL Johannisbeerkonfitüre
Salz, Pfeffer, Butterschmalz

Für die Schupfnudeln

400 g Kartoffeln, mehlig kochend
3 Eigelb
1-2 EL Mehl
Salz, Pfeffer, Muskat, Butter

Die Zwiebel in feine Ringe schneiden, Staudensellerie fein würfeln. Beides in einer Pfanne mit Butterschmalz anschwitzen. Wacholder, Pimentkörner und Petersilie dazugeben. Die Fleischscheiben zwischen einer Gefriertüte sehr dünn klopfen, mit

Salz und Pfeffer würzen und auf einer Seite mit Senf bestreichen und die Zwiebelmasse darauf verteilen. Jeweils eine Speckscheibe unter die Fleischscheiben legen und aufrollen, sodass ein Teil Speck innen und der Rest außen ist. Die Rouladen in Klarsichtfolie wickeln und über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.

Die Rouladen aus der Folie packen, in einer Pfanne mit Butterschmalz von allen Seiten rundum anbraten, Schalotten zugeben und andünsten. Mit etwas Rotwein ablöschen, diesen einkochen lassen, dann restlichen Wein und etwas Brühe zugeben, sodass der Topfboden mit 1 cm Flüssigkeit bedeckt ist. Bei geringer Hitze mit Deckel die Rouladen ca. 45 Minuten schmoren, dabei immer wieder mit etwas Brühe ablöschen. Die Rouladen herausnehmen, die Sauce durch ein Sieb passieren oder mit dem Mixstab fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Kraut Kastanien kreuzweise einschneiden und 5 Minuten in kochendem Wasser garen. Herausnehmen und noch heiß die Schalen sauber entfernen. Den Rotkohl vierteln, den Strunk entfernen und das Kraut fein hobeln oder fein schneiden. (Je feiner der Kohl geschnitten wird, umso kürzer wird die Garzeit.) Die Schalotten in dünne Ringe schneiden und in einem Topf mit Butterschmalz (oder Gänseschmalz) anschwitzen. Kohl, Balsamico, Rotwein, Lorbeerblatt, grünen Pfeffer, Wacholder, Nelke, Piment und etwas Salz zugeben und ca. 20 Minuten zugedeckt garen, dabei immer wieder umrühren. Dann Preiselbeer- und Johannisbeerkonfitüre sowie Kastanien zugeben und weitere 15 Minuten garen. Im offenen Topf den entstandenen Saft einkochen und das Kraut abschmecken.

Für die Schupfnudeln Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen, abschütten und auf der noch warmen Herdplatte gut ausdampfen lassen. Heiße Kartoffeln durch die Presse drücken, schnell Eigelb untermengen. Wenn der Teig zu dünn ist, 1-2 EL Mehl untermischen. Die Kartoffelmasse mit Pfeffer, Salz und einer Messerspitze Muskat würzen. Daraus Schupfnudeln, ähnlich wie kleine Zigarren formen, in siedendem Salzwasser ein paar Minuten ziehen lassen, herausnehmen und abtropfen. Kurz vor dem Servieren in einer Pfanne mit Butter anschwanken.

Wochenthema: Herbstgenüsse

Otto Koch

Freitag, 08.10.04

Törtchen von Sauerkraut mit Blutwurst und Kartoffelrosette

Rezept für 4 Personen

1	kleine Zwiebel, fein geschnitten
500 g	frisches Sauerkraut
4	Wacholderbeeren

2 Nelken
 2 Lorbeerblätter
 1/8 l Fleischbrühe
 1/8 l Weißwein oder Apfelsaft
 1 kleine Kartoffel (mehlig kochend)
 500 g saftige Blutwurst
 1 EL Petersilie, fein gehackt
 4 mittelgroße Kartoffeln, dünn gehobelt
 150 ml dunkler Bratenfond
 150 ml trockener Rotwein
 Salz, Pfeffer, Schmalz, Butter, Olivenöl,
 4 Metallringe (mit 8 cm Durchmesser und 4 cm Seitenhöhe),
 Backpapier

Die Zwiebel in Schmalz anschwitzen. Kraut und Gewürze zugeben und kurz mitdünsten. Mit Fleischbrühe und Wein oder Saft aufgießen. Zugedeckt ca. 1 Stunde schmoren lassen und immer wieder umrühren. Kurz vor Schluss zur besseren Bindung die Kartoffel hineinreiben. Wenn das Kraut zu flüssig ist, im offenen Topf noch etwas einkochen lassen. Die Blutwurst enthäuten und in Scheiben schneiden. In einer beschichteten Pfanne mit etwas Butter anbraten bis die Stücke zerfallen, dann die Petersilie dazugeben.

Die Metallringe innen mit Butter einfetten und auf ein Blech mit Backpapier legen und dieses ebenfalls innerhalb des Ringes mit Butter einstreichen. Etwa 2 cm hoch Blutwurst in die Ringe füllen, sanft pressen, mit dem Sauerkraut auffüllen und nochmals zusammenpressen. Im Ofen bei 200 Grad 10 Minuten backen. In einer kleinen beschichteten Pfanne mit etwas Olivenöl die gehobelten Kartoffelscheiben zu einem schönen Ring (Rosette) einlegen, goldbraun braten, vorsichtig umdrehen und auch die andere Seite braten, insgesamt vier Kartoffelrosetten zubereiten.

Den braunen Fond mit dem Rotwein um 2/3 einkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit einer Palette die Ringe vorsichtig auf Teller heben, mit einem kleinen Messer den Rand lösen und den Ring abziehen. Auf die Törtchen jeweils eine Kartoffelrosette setzen und mit der Sauce umgießen.

Wochenthema: Kugelrundes – Klöße, Knödel und Co.
Rainer Strobel Montag, 18.10.04

Hirschgeschnetzeltes mit Preiselbeerknödeln

400 g	Kartoffeln, mehlig kochend
2	Eigelb
2 EL	Kartoffelstärke
4 EL	Preiselbeeren aus dem Glas
300 g	Hirschrücken ohne Knochen
100 g	Champignons
4 Scheiben	Frühstücksspeck
2	Schalotten, fein geschnitten
40 ml	Gin
100 ml	Sahne
200 ml	Wildfond
50 g	kalte Butter
	Salz, Pfeffer, Muskat, Wacholder, Olivenöl

Für die Knödel die Kartoffeln schälen, in Salzwasser kochen und anschließend gut ausdampfen lassen. Kartoffeln noch heiß durch die Kartoffelpresse drücken, Eigelb und Kartoffelstärke schnell darunter mischen und mit Salz und Muskat würzen. Aus der Masse kleine Klöße formen, die mit den Preiselbeeren gefüllt werden. Die Knödel in leicht kochendem Salzwasser ca. 10-15 Minuten gar ziehen lassen.

Vom Hirschrücken Fett, Haut und alle Sehnen entfernen. Dann in 4 cm lange und 1 cm dicke Streifen schneiden. Die Champignons in Scheiben, den Speck in feine Streifen schneiden.

In einer Pfanne mit etwas Olivenöl die Speckstreifen anbraten, Fleischstreifen zugeben, mit Salz, Pfeffer und fein gehacktem Wacholder würzen. Schalotten und Champignons zugeben und alles gut anbraten. Mit Gin ablöschen, mit Sahne und Wildfond auffüllen. Das Geschnetzelte 3-4 Minuten köcheln, zum Schluss die kalte Butter unterrühren und die Sauce damit binden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Geschnetzelte mit den Knödeln servieren.

Wochenthema: Kugelrundes – Klöße, Knödel und Co.
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 19.10.04

Reisbällchen mit Garnelen gefüllt und Ingwersauce

100 g	Klebereis
6	Riesengarnelen, ungeschält
1/2 Bund	Koriander, fein gehackt
etwas	frischer Ingwer, fein geschnitten
1	Zwiebel, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 Stängel	Zitronengras, fein geschnitten
1/2 l	Fischfond
ca. 1 EL	kalte Butter
50 g	Klebereismehl
20 ml	Kokosmilch
etwas	Sesam
	Salz, brauner Zucker, Öl zum Anbraten

Den Klebereis in Salzwasser sehr weich kochen.

Die Garnelen schälen (Schalen aufheben), den Darm entfernen und die Garnelen in kleine Stücke schneiden. In etwas Öl anbraten, salzen, gehackten Koriander darunter mischen und die Pfanne vom Herd ziehen.

Die Schalen in einem Topf mit etwas Öl anbraten, Ingwer, Zwiebel, Knoblauch und Zitronengras zugeben und alles anbraten. Mit wenig braunem Zucker bestäuben und kurz karamellisieren.

Fischfond aufgießen, halbe Stunde köcheln, anschließend durchs Sieb passieren und mit kalter Butter binden, mit Salz und Zucker abschmecken.

Das restliche Kochwasser vom Reis abgießen, Reis mit Reismehl mischen, Kokosmilch zugeben und alles zu einem Teig vermischen. Den Teig in gleich große Portionen aufteilen. Jede Portion auf der Handfläche zu einer dünnen Scheibe drücken, etwas Garnelenfüllung darauf geben, den Teig drüber schließen und zu einem Bällchen formen. In Sesam wälzen und 5 Minuten dämpfen.

Die Reisbällchen mit der Ingwersauce anrichten.

Wochenthema: Kugelrundes – Klöße, Knödel und Co.
Vincent Klink Mittwoch, 20.10.04

Lauch-Frischkäse-Knödel mit Käsesauce

1/4 Stange	Lauch, klein gewürfelt
30 g	weiche Butter
3	Eigelb
1/2 EL	Speisestärke
500 g	Ricotta, gut ausgedrückt
1-2	Brötchen, frisch gerieben
1/2	unbehandelte Zitrone (Schale)
1	Schalotte, fein geschnitten
1 EL	Mehl
1/4 l	Milch
50 g	Greyerzer Käse oder Gouda, gewürfelt
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Butter zum Anbraten

Den Lauch in einer Pfanne mit etwas Butter andünsten, auf ein Sieb geben und abtropfen lassen. Weiche Butter und Eigelbe schaumig schlagen und die Speisestärke darunter rühren. Gut ausgedrückten Ricotta (er sollte eine bröselige Konsistenz haben), Brötchen, abgeriebene Zitronenschale und angedünsteten Lauch zur schaumig gerührten Masse geben und alles gut miteinander vermischen. Zehn Minuten ruhen lassen, damit das Brot quellen kann. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu kleinen Knödeln formen, in siedendem Salzwasser ca. 15 Minuten ziehen lassen.

Für die Sauce Schalotte in einem Topf mit Butter anschwitzen, mit Mehl bestäuben und der Milch aufgießen, mit dem Schneebesen glatt rühren. 2-3 Minuten gut durchkochen. Topf vom Herd ziehen, Käsewürfel untermischen und schmelzen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Wochenthema: Kugelrundes – Klöße, Knödel und Co.
Vincent Klink Donnerstag, 21.10.04

Kalbsleberknödel mit Zwiebelsauce

250 g	Kastenweißbrot
1/8 l	Milch
25 g	gerauchter Bauchspeck
3	Zwiebeln
4	Eier
250 g	Kalbsleber
1 EL	Majoran
1 EL	Petersilie, fein gehackt
200 ml	Kalbsfond
	Salz, Pfeffer, Muskat, Butter, hitzebeständige Frischhaltefolie, Alufolie

Das Toastbrot entrinden und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Die Milch aufkochen, über die Brotwürfel geben, die Schüssel abdecken und Brot und Milch ziehen lassen.
Speck und eine Zwiebel in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit Butter anschwitzen.
Eier verquirlen, Kalbsleber durch den Fleischwolf drehen und zusammen mit Speck und Zwiebeln zu den Brotwürfeln geben. Kräuter hinzufügen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und gut vermischen.
Den Teig auf die Frischhaltefolie geben und aufrollen, die Enden gut eindrehen und mit Alufolie umwickeln. Im kochenden Wasser den Serviettenknödel ca. 40 Minuten garen.
Dann aus den Folien packen und in 2 cm dicke Scheiben schneiden.
In einer Pfanne mit Butter die Knödelscheiben von beiden Seiten kurz anbraten.
Für die Sauce die restlichen Zwiebeln in Ringe schneiden und in Butter anschwitzen. Mit Fond ablöschen, diesen um die Hälfte einkochen und abschmecken.
Die Knödel mit der Sauce anrichten. Dazu einen grünen Salat servieren.

Wochenthema: Kugelrundes – Klöße, Knödel und Co.
Otto Koch Freitag, 22.10.04

Königsberger Klopse von der Forelle

Für die Klopse:

1 Brötchen vom Vortag
ca. 100 ml Milch
300 g Forellenfilet ohne Haut und Gräten (oder Lachsfilet)
1 Ei
1 Schalotte, fein geschnitten
1/2 Bund Petersilie, fein geschnitten
evtl. Semmelbrösel
Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

1 Schalotte, fein geschnitten
1 TL Mehl
1/4 l Fischfond
1/4 l Sahne
2 EL feine Kapern mit Fond aus dem Glas
Salz, Pfeffer, Butter

Das Brötchen in kleine Würfel schneiden und in lauwarmer Milch einweichen.

Die Forellenfilets durch die feine Scheibe des Fleischwolfs drehen und mit dem eingeweichten Brötchen vermischen. Ei, Schalotte und Petersilie untermengen und die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Einen Probeklops machen und diesen in siedendem Salzwasser 10 Minuten gar ziehen lassen. Falls der Klops nicht hält, noch etwas Semmelbrösel unter die Masse mischen, dann zu Klopfen abdrehen, im Salzwasser pochieren.

Für die Sauce Schalotte in Butter anschwitzen und mit Mehl bestäuben. Mit dem Fischfond auffüllen, einige Minuten kochen, Sahne zugeben und nochmals etwas einkochen lassen. Die Kapern mit dem Fond zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Klopse anrichten, mit der Sauce überziehen und servieren. Dazu passt sehr gut Reis.

Wochenthema: Geflügel- Küche
Rainer Strobel Montag, 25.10.04

Landente mit gefülltem Wirsing

Für die Ente:

1 junge Landente (ca. 2 kg)
1 TL Majoran
1 Apfel
1 Zwiebel
1 ZweigBeifuß
Salz, Pfeffer,
Zahnstocher

Für die Wirsingbällchen:

1/2 Kopf Wirsing
50 g Frühstücksspeck
1 Zwiebel, fein geschnitten
150 g Champignons, fein geschnitten
100 ml Sahne
Salz, Pfeffer, Rosmarin, Butter

Die Ente waschen und danach 3-4 Stunden in Eiswasser legen. Dadurch wird sie später sehr knusprig. Hals und Flügelspitzen entfernen und die Ente gut abtrocknen.

Innen und außen mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen. Apfel und Zwiebel in 1 cm große Würfel schneiden und zusammen mit dem Zweig Beifuß in die Ente füllen. Mit einem Zahnstocher die Füllöffnung verschließen. Die Flügel und den Hals in einen Bräter legen, die Ente mit der Brust nach oben darauf legen. Ca. 1/4 l Wasser angießen und im 170 Grad heißen Backofen ca. 70 Minuten garen. Dabei immer mit dem entstehenden Bratfond und ausgelaufenen Fett übergießen.

Wenn die Ente gar ist, aus dem Bräter nehmen und warm stellen. Den Bratenfond mit etwas Wasser oder Brühe auffüllen und einkochen, anschließend passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vom Wirsing alle Blätter einzeln lösen, den inneren festen Kern in feine Streifen schneiden. Die Blätter in kochendem Salzwasser 2-3 Minuten blanchieren und anschließend in Eiswasser abschrecken. Den Speck in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne mit etwas Butter anbraten, Wirsingstreifen, Zwiebel und Pilze zugeben, anbraten und mit Sahne auffüllen. Alles mit Salz, Pfeffer und Rosmarin würzen und die Sahne einkochen.

Die Wirsingblätter einzeln auf einem Küchentuch auslegen und jeweils ca. 2 EL der Wirsing-Pilz-Masse daraufgeben. Mit Hilfe des Tuches zu kleinen Bällchen drehen. Diese in eine gefettete Auflaufform setzen, einige Butterflocken obenauf geben und im 160 Grad heißen Ofen ca. 10 Minuten garen.

Die Ente tranchieren, anrichten, mit der Sauce und den Wirsingbällchen servieren.

Wochenthema: Geflügel- Küche
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 26.10.04

Hühnerbrust im Pilzcrêpe

2 Hühnerbrustfilets
150 ml Sahne
1 Eiweiß
100 g Mehl
1 Eigelb
ca. 1/4 l Milch
1 Zweig Rosmarin
1/2 Bund Schnittlauch
100 g Speisepilze
Salz, Pfeffer,
Butter, Butterschmalz

Aus den Hühnerbrustfilets jeweils längs zwei Streifen herausschneiden, die ca. 2 cm dick sein sollten. Diese salzen und pfeffern und in einer Pfanne mit Butterschmalz ca. 5 Minuten braten. Aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier legen, damit das Fett abtropfen kann. Das restliche Fleisch in kleine Stücke schneiden und mit Sahne, Eiweiß und einer Prise Salz zu einer Farce cuttern bzw. fein pürieren (alle Zutaten sollen möglichst kalt sein).

Mehl, Eigelb, 2 EL Butterschmalz, Milch und eine Prise Salz zu einem glatten Teig mischen. Rosmarin und Schnittlauch fein schneiden und unter den Teig mischen. Die Pilze putzen, fein hacken und in etwas Butter gut anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, etwas auskühlen lassen und unter den Teig mischen.

In einer Pfanne mit Butterschmalz aus dem Teig nach und nach 4 Crêpes ausbacken, diese kurz auskühlen lassen. Dann jede Crêpe mit der Farce bestreichen, darauf die gebratenen Hähnchenbruststreifen legen und einrollen. In einer Pfanne mit feuerfestem Griff die Crêpesrollen nochmals anbraten, dann noch ca. 5 Minuten im 180 Grad heißen Ofen fertig garen.

Die Crêpesrollen schräg aufschneiden und servieren. Dazu passt sehr gut ein grüner Salat.

Wochenthema: Geflügel- Küche
Vincent Klink Mittwoch, 27.10.04

Geflügelroulade in Currysauce

1		Brötchen
3 EL		Sahne
150 g		Champignons
2		Schalotten, fein geschnitten
1		Knoblauchzehe, fein geschnitten
1/2 TL		abgeriebene Zitronenschale (unbehandelt)
1 EL		Thymianblättchen
1		Ei
evtl. 2 EL		Semmelbrösel
2		Hähnchenbrustfilets
200 ml	Riesling	
1 EL		mildes Currypulver
1-2 EL		Ahornsirup
30 g		kalte Butterstückchen
		Salz, Pfeffer, Muskat,
		Butter zum Anbraten,
		Küchengarn

Das Brötchen würfeln. Die Sahne erhitzen, über die Brotwürfel geben und die Schüssel abdecken, damit die Brötchenwürfel gut einweichen. Champignons putzen und in Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit etwas Butter eine gewürfelte Schalotte anschwitzen, Knoblauch und Pilze zugeben, alles ca. 2 Minuten dünsten und anschließend zu den Brötchenwürfeln geben. Mit Salz, Pfeffer, Muskat, Zitronenabrieb und Thymian würzen, das Ei zugeben und alles gut verrühren. Ist die Masse zu flüssig, evtl. noch Semmelbrösel hinzufügen.

Die Hähnchenbrustfilets waagrecht fast ganz durchschneiden, aufklappen, flach klopfen, leicht salzen und pfeffern. Die Champignonmischung darauf verteilen, das Fleisch aufrollen und die Roulade mit Küchengarn fixieren.

In einer Pfanne mit Butter die Rouladen von allen Seiten anbraten, in eine feuerfeste Form geben und im 180 Grad heißen Ofen noch ca. 15 Minuten weiter garen.

In der Fleischpfanne die restliche gewürfelte Schalotte anschwitzen, mit Riesling ablöschen, Curry und Ahornsirup untermischen und leicht einkochen. Die kalten Butterstückchen mit dem Schneebesen nach und nach darunter schlagen und die Sauce so binden.

Die Rouladen aus dem Ofen nehmen, den entstandenen Fond unter die Sauce mischen und abschmecken.

Die Rouladen schräg aufschneiden und mit der Sauce anrichten.

Dazu Reis oder Butternudeln servieren.

Wochenthema: Geflügel- Küche
Vincent Klink Donnerstag, 28.10.04

Geschnetzelte Entenbrust mit Weintrauben

4	Frühlingszwiebeln
2	Entenbrüste
100 g	Weintrauben, kernlos
1/2	Chilischote, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
1 EL	Sesam
2 EL	Waldhonig
2 EL	Apfelessig
	Salz, Pfeffer aus der Mühle, Olivenöl

Die Knollen der Frühlingszwiebeln fein schneiden, den Zwiebellauch in feine Ringe schneiden. Von den Entenbrüsten etwas Fett ablösen, dann das Fleisch schnetzeln und in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und warm stellen.

In der Fleischpfanne die Zwiebeln anschwitzen, Weintrauben, Chilischote, Knoblauch und Sesam zugeben und leicht anrösten. Honig hinzufügen und karamellisieren lassen. Mit Essig ablöschen, Zwiebelgrün und Entenfleisch darunter mischen und noch einmal gut durchschwenken. Mit Salz abschmecken und anrichten.

Dazu passen Schupfnudeln oder Reis.

Wochenthema: Geflügel- Küche
Susanne Hornikel Freitag, 29.10.04

Hähnchen-Fajitas

400 g	Hähnchenbrustfilet
3	Knoblauchzehen, gepresst
1 TL	Korianderkörner
2,5 EL	Limettensaft
2	rote Chilischoten, grob geschnitten
je 1/2	rote und grüne Paprika
1	rote Zwiebel
1	reife Avocado
2 EL	frischer Koriander, fein geschnitten
2	Fleischtomaten
1	Frühlingszwiebel, fein gehackt
4	weiche Weizen-Tortillas
8 Blätter	Eissalat, in Streifen geschnitten
4 EL	Crème fraîche
50 g	Hartkäse, grob gerieben
	Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, Olivenöl

Hähnchenbrust in Streifen schneiden.

2 gepresste Knoblauchzehen, Korianderkörner, 2 EL Limettensaft, Chili und ca. 4 EL Olivenöl mischen und die Fleischstreifen darin über Nacht marinieren.

Paprika und Zwiebel in Streifen schneiden. Die marinierten Hähnchenstreifen in einer Pfanne von allen Seiten anbraten und herausnehmen. Dann Zwiebel und Paprika darin braten. Vor dem Servieren das Hähnchen wieder zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Avocado halbieren, den Kern auslösen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel ausstreichen, anschließend pürieren, mit Salz, Pfeffer, restlichem Limettensaft und Knoblauch abschmecken.

Frischen Koriander untermengen.

Die Tomaten fein würfeln, mit der Frühlingszwiebel vermengen und mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Die Tortillas im Backofen oder in der Pfanne erwärmen.

Auf jede Tortilla Salat-Streifen geben, das Hähnchen darauf verteilen.

Je einen Klecks Avocadopüree, Tomatensalsa, Crème fraîche und etwas Käse darauf geben. Zusammenrollen und servieren.

ARD-Buffer Rezepte November 2004

Wochenthema: Kürbis- und Kartoffelköstlichkeiten
Rainer Strobel Montag, 01.11.2004

Kürbis-Kartoffel-Auflauf

400 g	Kartoffeln
400 g	Muskatkürbis

2	Schalotten, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, fein geschnitten
1 Stück frischer	Ingwer, fein gehackt
200 g	Sahne
3	Eier
2 EL	Semmelbrösel
1 EL	Butterflocken
etwas	Kürbiskernöl
	Salz, Pfeffer, Zucker, Muskat,
	Olivenöl

Kartoffeln und Kürbis in gleichgroße Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit Olivenöl Schalotten und Knoblauch anschwitzen. Ingwer, Kartoffeln und Kürbis zugeben und kurz durchschwenken. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und alles in eine gefettete Auflaufform geben. Sahne und Eier gut verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und über das Gemüse gießen. Mit Semmelbröseln und Butterflocken bestreuen und im 160 Grad heißen Ofen ca. 40 Minuten garen. Kürbis-Kartoffel-Auflauf anrichten und mit Kürbiskernöl beträufeln.

Wochenthema: Kürbis- und Kartoffelköstlichkeiten
 Jacqueline Amirfallah Dienstag, 02.11.2004

Kürbis-Curry-Tarte

Für den Teig:

200 g	Mehl
100 g	kalte Butter
1	Eigelb
1 Prise	Salz

Alufolie
 Linsen zum Blindbacken
 Frischhaltefolie

Für den Belag:

1/2	kleiner Hokkaido-Kürbis
1	Schalotte, fein geschnitten
20 ml	Gemüsebrühe
2	Eigelb
100 g	kleine Garnelen, gekocht

Salz, Pfeffer, englisches Currypulver,
Butterschmalz

Mehl, kalte Butterstückchen, Eigelb und eine Prise Salz zu einem glatten Mürbeteig kneten. Diesen in Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

In der Zwischenzeit den Kürbis schälen, halbieren, die Kerne auslösen und das Fruchtfleisch klein schneiden. (Sehr junge Hokkaidokürbise mit dünner Schale müssen nicht unbedingt geschält werden). Die Schalotte in etwas Butterschmalz anschwitzen, Kürbis zugeben, anbraten und mit Salz, Pfeffer und Curry würzen. Gemüsebrühe zugeben und alles weich dünsten. Wenn der Kürbis zerfällt, mit einem Pürrierstab fein mixen und nach Belieben durch ein Sieb streichen. Anschließend nochmals abschmecken.

Den Teig auf einer bemehlten Fläche dünn ausrollen und eine gefettete Tarteform damit auslegen (der Teig kann auch in kleine Muffinsförmchen gelegt werden).

Den Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen, mit Alufolie belegen und mit Linsen bestreuen. Im 220 Grad heißen Ofen ca. 5 Minuten den Teig blind vorbacken. Mit Hilfe der Alufolie die Linsen wieder vom Teig heben.

Eigelb (einen kleinen Rest zum Bestreichen zur Seite stellen) unter die Kürbismasse mengen, die Garnelen darunter mischen und auf dem vorgebackenen Teigboden verteilen. Mit dem restlichen Eigelb bestreichen und nochmals ca. 10 Minuten bei 200 Grad backen.

Zur Kürbistarte passt sehr gut ein Rucolasalat mit Garnelen.

Wochenthema: Kürbis- und Kartoffelköstlichkeiten

Wahabi Nouri, Restaurant Piment - Hamburg Freitag, 05.11.2004

Kürbissüppchen mit gebackenem Thunfisch

Rezept für 4 Personen

350 g	Muskatkürbis, in Würfel geschnitten
4	Schalotten, klein gewürfelt
2 EL	Honig
1 Msp	Chilipulver
1/2 TL	Raz el Hanout (milde marokkanische Gewürzmischung)
2 TL	gemahlener Ingwer
250 ml	Geflügelbrühe
150 ml	Milch
150 ml	Sahne
1 EL	Korianderblättchen
4	Thunfischwürfel à 30 g
1 EL	Sojasauce
1 EL	Mehl
1	Eiweiß
2 EL	Paniermehl
1-2 EL	Arganöl (Öl der Arganmandel aus Marokko, ersatzweise Sesamöl)
	Salz, Pfeffer,
	Pflanzenöl zum Frittieren

300 g Kürbiswürfel in Pflanzenöl bei 160 Grad ca. 3-4 Minuten goldgelb frittieren. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Schalottenwürfel in etwas Pflanzenöl glasig anschwitzen, frittierte Kürbiswürfel hinzufügen und mit Honig karamellisieren. Mit Chilipulver, Raz el Hanout, Salz und Ingwer würzen. 200 ml Geflügelbrühe, Milch und Sahne angießen und etwa 15 Minuten bei niedriger Hitze köcheln, bis der Kürbis weich ist. Kürbis und Fond mit 2/3 der Korianderblättchen in einen Mixer geben und schaumig aufmixen. Nach Bedarf mit restlicher Geflügelbrühe verdünnen. Thunfischwürfel mit Sojasauce, Salz und Pfeffer würzen. Restliche Kürbiswürfel fein reiben, in einem Küchentuch ausdrücken und mit Mehl und Eiweiß vermischen. Thunfischwürfel erst im Kürbisteig, dann im Paniermehl wenden, bei 170 Grad in Pflanzenöl ca. 1-2 Minuten frittieren. Die aufgeschlagene Kürbisschaumsuppe in vier vorgewärmten Tellern anrichten, mit Tropfen von Arganöl würzen, je einen frittierten Thunfischwürfel einlegen und mit restlichem Koriander dekorieren.

Wochenthema: Schmorgerichte
Rainer Strobel Montag, 08.11.2004

Wildschweingulasch

1 TL	Rosmarin, getrocknet
1 TL	Wacholder
1 TL	Thymian, getrocknet
1	Lorbeerblatt
1 TL	abgeriebene Schale einer unbehandelten Zitrone
600 g	Wildschweingulasch
100 g	Frühstücksspeck
2	Zwiebeln, gewürfelt
2	Knoblauchzehen, fein geschnitten
2 EL	Mehl
1/4 l	Rotwein
1/4 l	Wildfond
200 g	Speisepilze, grob gewürfelt
100 g	Crème fraîche
100 g	Preiselbeeren aus dem Glas
	Salz, Pfeffer, Öl zum Anbraten

Rosmarin, Wacholder, Thymian, Lorbeerblatt und Zitronenschale in einem Mörser gut zerstoßen. Die Fleischwürfel mit Salz, Pfeffer und der Gewürzmischung würzen.

Den Speck in Streifen schneiden und in einem Schmortopf mit etwas Öl anbraten, das Fleisch zugeben und rundum anbraten. Dann Zwiebeln und Knoblauch hinzufügen, mit Mehl bestäuben und mit Rotwein und Wildfond aufgießen. Das Gulasch im geschlossenen Topf ca. 30 Minuten schmoren, dann die Pilze zugeben. Noch ca. 10 Minuten weiter schmoren, bis das Fleisch weich ist. Crème fraîche und Preiselbeeren hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Gulasch Bandnudeln, Knödel oder Kartoffeln servieren.

Geschmorte Lammhaxen auf orientalische Art

2	kleine Lammhaxen
1	große Gemüsezwiebel
1 Stück	Ingwer, fein gehackt
1	Knoblauchzehe, fein gehackt
2	große Möhren
2	Zimtstangen
1 EL	Mandelstifte
1 EL	Rosinen
1/4 l	Lammfond
	Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, Butter, Bratfett

Die Lammhaxen mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel würzen, die Gewürze dabei gut in die Haxen einreiben. Die Zwiebel halbieren und in feine Ringe schneiden. In einem Schmortopf mit etwas Bratfett die Haxen von allen Seiten scharf anbraten. Die Zwiebel zugeben und mit anbraten. Ingwer und Knoblauch untermischen. Die Möhren in Scheiben oder Stifte schneiden und zugeben, wenn der Saft der Zwiebel reduziert ist. Zimtstangen, Mandeln und Rosinen hinzufügen. Immer wieder etwas Fond angießen und die Haxen wenden. Sie müssen ca. 40 Minuten schmoren, bis sie weich sind. Die Möhren nach ca. 10 Minuten herausfischen, damit sie nicht zerfallen und erst zum Schluss wieder zugeben.

Die geschmorten Haxen herausnehmen, den Fond mit Salz und Pfeffer abschmecken und nach Bedarf mit einem Esslöffel kalter Butter binden.

Die Haxen mit dem Fond und den Möhren anrichten. Dazu Basmatireis servieren.

Kalbsschulter mit Schwarzwurzelgemüse

ca. 800 g	Kalbsbraten aus dem Schulterblatt
2	Karotten, gewürfelt
1 Stange	Staudensellerie, gewürfelt
1/2 Stange	Lauch, gewürfelt
2	Zwiebeln, gewürfelt
1	Knoblauchzehe, zerdrückt
4	Tomaten, grob geschnitten
ca. 400 ml	Rotwein
4	Thymianzweige
2	Lorbeerblätter
1	Salbeizweig
2 TL	Pfefferkörner
3	Wacholderbeeren
600 g	Schwarzwurzeln
2	Schalotten, fein geschnitten
ca. 1/4 l	Gemüsebrühe
1 TL	Mehl
100 ml	Sahne
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Muskat,
	Essig, Butterschmalz, Butter

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in einem Schmortopf mit Butterschmalz von allen Seiten kräftig anbraten. Dann mit einem Deckel verschließen und im Backofen bei 220 Grad ca. 15 Minuten lang weiter braten, dabei zweimal wenden.

Karotten, Sellerie, Lauch, Zwiebeln und Knoblauch zugeben und im Backofen ohne Deckel weiter braten. Wenn das Gemüse leicht gebräunt ist, die Tomaten zugeben und mit etwas Wein ablöschen. Dabei darauf achten, dass lediglich so viel Flüssigkeit im Topf verbleibt, um ein Anbrennen zu verhindern. Bei Bedarf immer wieder etwas Wein nachgießen. Mit dem Deckel wieder verschließen und eine Stunde bei ca. 160 Grad schmoren lassen. Den Braten immer wieder wenden und mit der Schmorflüssigkeit begießen.

Thymian, Lorbeerblatt, Salbei und grob zerdrückten Pfeffer und Wacholderbeeren zugeben und den Braten weitere 15 Minuten im abgeschalteten Backofen ziehen lassen. Das Fleisch herausnehmen und die Sauce durch ein Sieb passieren.

Die Schwarzwurzeln schälen und gleich in Essigwasser legen. Die Schalotten in einem Topf mit Butter anschwitzen, die in 4 cm lange Stücke geschnittenen Schwarzwurzeln zugeben, mit Gemüsebrühe bedecken und ca. 15-20 Minuten weich kochen. Mehl und Sahne vermischen, unter das Gemüse ziehen und abbinden. Mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken und Petersilie zugeben.

Den Braten aufschneiden, mit der Sauce umgießen und die Schwarzwurzeln dazu reichen.

Ossobuco

2	Kalbshaxenscheiben à 300 g
1 Bund	Röstgemüse, gewürfelt
2	Tomaten, gewürfelt
1	Zwiebel, grob gewürfelt
1	Knoblauchzehe, zerdrückt
1 Zweig	Rosmarin, gehackt
1 Msp	abgeriebene Schale einer unbehandelten Zitrone
1/4 l	Rotwein
200 g	Karotten
200 g	Petersilienwurzeln
1 TL	Zucker
	Salz, Pfeffer, Butter, Olivenöl

Die Kalbshaxenscheiben mit Salz und Pfeffer würzen und in einem flachen großen Topf mit etwas Olivenöl von beiden Seiten anbraten. Dann das gewürfelte Röstgemüse, Tomaten, Zwiebeln, Knoblauch und Rosmarin zugeben und mit geschlossenem Deckel bei mittlerer Hitze langsam schmoren. Wenn das Fleisch zu sehr auf dem Topfboden ansetzt, immer wieder mit etwas Wasser ablöschen. Nach ca. 30 Minuten Schmorzeit Zitronenschale untermischen und mit Rotwein ablöschen. Mit geschlossenem Deckel weitere 20 Minuten schmoren. Dann das Fleisch herausnehmen. Die Sauce abschmecken und nach Belieben mit einem Pürierstab kurz anmischen. Karotten und Petersilienwurzeln schälen und in 5 mm dicke und 5 cm lange Stifte schneiden. In Salzwasser 10 Minuten blanchieren, dann kurz in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. In einer Pfanne mit Butter die Gemüsestifte anschwitzen, mit etwas Zucker bestreuen und karamellisieren. Mit Pfeffer würzen und das Gemüse zum Ossobuco reichen. Zum Gericht passen sehr gut Gnocchi oder Polenta.

Geschmortes Wintergemüse mit Pastinaken und Bamberger Hörnchen

1	Schalotte
100 g	Bamberger Hörnchen, ersatzweise Kartoffeln
40 g	Möhren
100 g	Petersilienwurzeln
1	Knoblauchzehe
1 TL	Ingwer, frisch gerieben
1 Prise	Curry
1 Prise	Muskat
1/2 l	Gemüsebrühe
50 g	Pastinaken
40 g	Lauch
30 g	Cashewnüsse
50 g	Naturjoghurt
1/4 Bund	Blattpetersilie
	Salz, Pfeffer, Butterschmalz

Schalotte, Bamberger Hörnchen, Möhren und Petersilienwurzeln putzen oder schälen und in kleine Würfel schneiden.

In einer Pfanne mit Butterschmalz die Gemüsewürfel anschwitzen, gepressten Knoblauch, Ingwer, Curry und Muskat zugeben. Mit der Gemüsebrühe aufgießen und zugedeckt alles bei mittlerer Hitze 10 Minuten kochen.

In der Zwischenzeit die Pastinaken und den Lauch putzen, klein schneiden und zum Schmorgemüse geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und weitere 10 Minuten schwach kochen.

Die Cashewnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis sie zu duften beginnen.

Joghurt unter das Schmorgemüse rühren und in tiefen Tellern anrichten. Mit den Nüssen bestreuen und mit Petersilie garnieren.

Wochenthema: Kochen mit Käse

Susanne Hornikel

Montag, 15.11.2004

Käse-Schinken-Pfannkuchen

100 g	Weizenmehl
2	Eier
1 Prise	Salz
1 Prise	Zucker
50 g	Butter
150 ml	Milch
1/4 Bund	Petersilie, fein geschnitten
1/4 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
100 g	gekochter Schinken, in dünnen Scheiben
100 g	geriebener Emmentaler
	Öl zum Anbraten

Das Mehl in eine Schüssel sieben, Eier, eine Prise Salz und Zucker zugeben. Die Butter zerlaufen lassen und hinzufügen. Mit Milch auffüllen und alles zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig 1 Stunde ruhen lassen, damit das Mehl quellen kann. Dann die Kräuter untermischen.

In einer beschichteten Pfanne aus dem Teig nach und nach goldgelbe Pfannkuchen ausbacken. Je eine Scheibe Schinken darauf geben, mit Käse bestreuen und aufrollen.

Die aufgerollten Pfannkuchen in eine feuerfeste Form geben und im Ofen warm stellen, bis alle Pfannkuchen ausgebacken sind.

Die Pfannkuchen anrichten und mit frischem Blattsalat servieren.

Wochenthema: Kochen mit Käse

Jacqueline Amirfallah

Dienstag, 16.11.2004

Ziegenkäse mit Thymian und Honig im Filoteig gebacken

200 g	Ziegenfrischkäse
3 EL	Honig
1/2 Bund	Thymian
2 Blätter	Filoteig (hauchdünner Strudelteig aus dem türkischen Lebensmittelgeschäft)
2 EL	flüssige Butter
2 EL	Balsamico
1 EL	Senf
4 EL	Olivenöl
4	frische Feigen
1 TL	brauner Zucker
1/4 l	Johannisbeersaft
1	Lorbeerblatt
80 g	Feldsalat
	Salz, Pfeffer, Backpapier

Den Ziegenkäse mit Honig und einigen Thymianblättchen vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Filoteig mit flüssiger Butter einstreichen, Ziegenkäse darauf geben, zu einem Päckchen wickeln und außen ebenfalls mit Butter einstreichen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech oder in eine feuerfeste Form geben und bei 220 Grad rasch im Ofen goldgelb backen. Aus Balsamico, Senf und Öl eine Vinaigrette mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zwei Feigen in kleine Würfel schneiden und mit dem braunen Zucker, Johannisbeersaft, Lorbeerblatt und restlichem Thymian aufkochen. Durch ein Sieb passieren und abschmecken. Die restlichen Feigen in jeweils 8 Spalten schneiden, im Johannisbeersud marinieren. Feldsalat mit der Vinaigrette anmachen, die Feigenspalten darauf legen und zusammen mit den Käsepäckchen servieren.

Wochenthema: Kochen mit Käse
Vincent Klink Mittwoch, 17.11.2004

Rigatoni mit Mangold-Gorgonzolasauce

150 g	Mangoldblätter
100 g	Gorgonzola
150 ml	Sahne
300 g	Rigatoni
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
1/2 TL	Mehl
	Salz, Pfeffer, Muskat, Olivenöl

Mangold gut waschen, abtropfen lassen und die Blattrippen herausschneiden, die Mangoldblätter in grobe Streifen schneiden.

Gorgonzola würfeln und mit der Sahne mischen.

Die Rigatoni in kochendem Salzwasser bissfest garen.

In einer hohen Pfanne die Schalotte in Olivenöl anschwitzen, Knoblauch und Mangoldstreifen zugeben und zusammenfallen lassen. Alles mit wenig Mehl bestäuben und die Käse-Sahne hinzufügen, gut verrühren und kurz aufkochen. Die Sauce mit Muskat und Pfeffer abschmecken, nur vorsichtig salzen, da der Käse sehr würzig ist.

Die Nudeln abschütten, mit der Sauce vermischen und anrichten. Nach Belieben mit grobem Pfeffer übermahlen.

Wochenthema: Kochen mit Käse
Vincent Klink Donnerstag, 18.11.2004

Käsetarte

200 g	Butter
300 g	Mehl
5	Eier
3	kleine Zwiebeln
1 TL	Kümmel, gehackt
200 g	Crème fraîche
200 g	Schweizerkäse, gerieben
	Salz, Pfeffer, Zucker, Muskat, Butter, Frischhaltefolie

Kalte Butter in Würfel schneiden und mit Mehl, 2 Eiern, einer Prise Salz und Muskat rasch zu einem glatten Teig kneten. Den Teig in Frischhaltefolie einpacken und im Kühlschrank mindestens 30 Minuten ruhen lassen.

Die Zwiebeln in dünne Ringe schneiden und in einer Pfanne mit Butter goldgelb anschwitzen. Kümmel untermischen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

Crème fraîche mit den restlichen Eiern und dem geriebenen Käse mischen und unter die Zwiebeln heben.

Den Teig auf einer bemehlten Fläche dünn ausrollen und in eine gefettete Tarteform legen. Darauf die Käse-Zwiebelmasse geben und im 180 Grad heißen Ofen (Ober-Unterhitze) auf der unteren Schiene ca. 30 - 40 Minuten backen.

Zur Käsetarte passt sehr gut Feldsalat.

Wochenthema: Kochen mit Käse
Otto Koch Freitag, 19.11.2004

Krautwickel mit Käse überbacken

1	Brötchen vom Vortag
350 ml	Milch
50 g	Zwiebel, fein geschnitten
50 g	geräucherter Bauchspeck, fein gewürfelt
1/2 Bund	Petersilie, fein gehackt
200 g	Schweinehackfleisch
1	Ei
1	Knoblauchzehe, gepresst
4	hellgrüne Wirsingblätter (ersatzweise Spitzkohl)
100 ml braune	Bratensauce
1/8 l	trockener Rotwein
4 Scheiben	Käse (Emmentaler oder Edamer nach Geschmack)
300 g	Kartoffeln, mehlig kochend
30 g	Butter
	Salz, Pfeffer, milder Paprika, Muskat, Butterschmalz

Brötchen in dünne Scheiben schneiden und mit 1/4 l heißer Milch begießen.

Zwiebel und Speckwürfel in einer Pfanne mit Butterschmalz anschwitzen, Petersilie untermischen und zu den Brötchenscheiben geben. Alles zusammen gut mit Hackfleisch und Ei vermischen und mit Knoblauch, Salz, Pfeffer und Paprika würzen.

Die Wirsingblätter in kochendem Salzwasser kurz blanchieren, herausnehmen, abtropfen lassen, mit der Hackfleischmasse füllen und kleine Röllchen formen.

Die gefüllten Krautwickel eng in eine feuerfeste Form schichten und mit Bratensauce und Rotwein übergießen. Mit Pfeffer und Salz würzen, den Käse darauf geben und im 200 Grad heißen Ofen ca. 30 Minuten garen.

In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen, in Salzwasser weich kochen, durch die Kartoffelpresse drücken. Die restliche Milch erhitzen und mit der Butter unter die Kartoffeln mischen. Das Püree mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Die Krautwickel mit dem Kartoffelpüree servieren.

Wochenthema: Köstlichkeiten mit Nuss und Mandelkern
Rainer Strobel Montag, 22.11.2004

Nussrösti mit Entenbrust und Wirsinggemüse

400 g	Kartoffeln
1	kleine Zwiebel, fein geschnitten
30 g	Frühstücksspeck, gewürfelt
30 g	Walnusskerne
50 g	Bergkäse, gerieben
1	Ei
1/4	Wirsing
200 ml	Sahne
etwas	Zitronensaft
1	Entenbrust
	Salz, Pfeffer, Muskat, Butterschmalz

Die Kartoffeln halb gar kochen, pellen, reiben und mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebelwürfel zusammen mit dem Speck anschwitzen und dann zu den Kartoffeln geben. Die Nüsse hacken und zusammen mit Käse und Ei zu den Kartoffeln geben. Alles gut vermischen. In einer Pfanne mit Butterschmalz aus der Masse ca. 1 cm dicke kleine Rösti ausbacken.

Den Wirsing blanchieren, abschrecken, abtropfen und in sehr feine Würfel schneiden. Wirsing mit Sahne in einen Topf geben und einkochen, mit Zitronensaft, Salz und Muskat abschmecken.

Die Entenbrust in einer heißen Pfanne zuerst auf der Hautseite anbraten, dann wenden, rosa braten und aufschneiden.

Die Rösti anrichten, jeweils einen Löffel Rahmwirsing und eine Scheibe rosa gebratene Entenbrust darauf geben.

Wochenthema: Köstlichkeiten mit Nuss und Mandelkern
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 23.11.2004

Ingwerkekse

ca. 20 g	frischer Ingwer
1	Vanilleschote
250 g	Butter
200 g	Zucker
2	Eier
1 TL	Backpulver
500 g	Mehl

Backpapier

Ingwer schälen und sehr fein hacken, Vanilleschote aufschneiden und das Mark herausstreichen. Die weiche Butter und Zucker schaumig rühren, Vanillemark, Ingwer und Eier unterrühren. Langsam das mit Backpulver vermischte Mehl unterarbeiten.

Die Teigmasse in einen Spritzbeutel geben und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech kleine Häufchen aufdressieren.

Im 180 Grad heißen Ofen die Plätzchen ca. 15 Minuten backen.

Früchtebrot

ca. 20 g	frischer Ingwer
125 g	getrocknete Aprikosen
125 g	getrocknete Feigen
125 g	getrocknete Datteln
125 g	Rosinen
3	Eier
60 g	Zucker
125 g	Mehl
125 g	Mandeln, gerieben
1	Zitrone, unbehandelt

Backpapier, Butter

Ingwer schälen und fein hacken. Die getrockneten Früchte in 1 cm große Stücke schneiden. Eier und Zucker schaumig rühren, Mehl, Mandeln, abgeriebene Zitronenschale und Ingwer unterrühren, mit den getrockneten Früchten und Rosinen vermischen. Die Teigmasse eine Stunde im Kühlschrank ruhen lassen. Dann mit Hilfe eines gefetteten Backpapiers zu einer Art Brotlaib formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Bei 220 Grad ca. 25-30 Minuten backen.

Macadamia-Knuspertaler

90 g	Zucker
40 g	Honig
90 ml	Sahne
40 g	Butter
15 g	Pistazien, gehackt
15 g	Belegkirschen, gehackt
150 g	Macadamia-Nüsse, gehackt
ca. 50 g	Kuvertüre
	Backpapier

Zucker, Honig, Sahne und Butter in einen kleinen Topf geben und ca. 5 Minuten durchkochen, bis zum schwachen Faden (115 Grad). Um die Temperatur zu prüfen, gibt man etwas gekochten Zucker auf den Kochlöffel und nimmt diesen dann zwischen Zeigefinger und Daumen. Wenn man die Finger dann auseinander nimmt, bildet sich ganz kurz ein dünner Faden.

Pistazien, Belegkirschen und Macadamia-Nüsse vermischen und unter die gekochte Zuckermasse heben. Mit einem Teelöffel kleine Häufchen der Masse auf ein Backpapier setzen. Die Knuspertaler im 200 Grad heißen Ofen ca. 8 Minuten backen.

Nach dem Backen kann man mit einem größeren runden Ausstecher den Talern (solange sie noch warm sind) eine Form geben. Auf einem Kuchengitter die Taler auskühlen lassen.

Die Kuvertüre im Wasserbad erwärmen und den Boden der Taler damit bestreichen.

Knuspersternchen

190 g	Butter
75 g	Puderzucker
1	Ei
1 Prise	Salz
1 Msp	Vanillemark
250 g	Mehl
etwas	Macadamia-Knuspermasse (Rezept siehe oben)
	Frischhaltefolie,
	Backpapier

Butter, Puderzucker, Ei, eine Prise Salz und etwas Vanillemark glatt arbeiten und das gesiebte Mehl unterkneten. Den Teig in Frischhaltefolie einpacken und ca. 2 Stunden kalt stellen.

Den Mürbeteig 2-3 mm dick auf einer bemehlten Fläche ausrollen, Sterne ausstechen, diese auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen und mit einem kleinen runden Ausstecher in der Mitte einen Kreis ausstechen. Etwas von der Macadamia-Knuspermasse (Rezept siehe oben) darauf geben. Achtung nicht zu viel einfüllen, sonst läuft die Masse über das Gebäck. Die Plätzchen im 200 Grad heißen Ofen ca. 8-10 Minuten backen.

Forelle mit Nuss-Sauce und geröstetem Weißkohlgemüse

2	Forellen
2	kleine Zwiebeln
1/2	Karotte, grob gewürfelt
1	Knoblauchzehe
1	Lorbeerblatt
300 g	Weißkohl
1/2 TL	Kümmel
1/2 TL	Koriander
1	Schalotte fein geschnitten
1/8 l	trockenen Weißwein
1 EL	Walnusskerne, grob gehackt
2 Blätter	Salbei, fein geschnitten
1 EL	kalte Butterflocken

Salz, Pfeffer, Butterschmalz, Butter

Die Forellen mit einem scharfen Messer filetieren. Die Karkassen in einen Topf geben, mit Wasser bedecken, mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Zwiebel grob würfeln und mit Karotte, Knoblauchzehe und Lorbeerblatt zugeben und 20 Minuten köcheln. Anschließend durch ein feines Sieb passieren. Vom Kohl den Strunk ausschneiden. Die Kohlblätter in feine Streifen schneiden. Die Zwiebel halbieren und in feine Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit Butter die Zwiebel anschwitzen, die Kohlstreifen zugeben und goldbraun braten. Kümmel und Koriander im Mörser fein zerstoßen und zum Kohl geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Der Kohl darf noch Biss haben, sollte aber nicht mit Wasser abgelöscht werden.

Die Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten jeweils eine Minute braten. Dann aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen.

Die Schalotte in der Fischpfanne mit etwas Butter glasig anschwitzen, mit 3 EL Forellensud ablöschen, diesen vollständig einkochen und Weißwein angießen. Den Weißwein um die Hälfte einkochen. In der Zwischenzeit die Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Walnüsse zusammen mit Salbei zur Sauce geben, diese abschmecken und mit kalten Butterflocken binden, bis sie sämig ist. Die Filets mit der Hautseite nach oben in die Sauce legen, einmal aufkochen und anrichten.

Wochenthema: Köstlichkeiten mit Nuss und Mandelkern
Otto Koch Freitag, 26.11.2004

Gebratene Walnuss-Spätzle

400 g Mehl
ca. 1/4 l Milch oder Wasser
4 Eier
100 g Walnüsse, frisch gemahlen
1 Spritzer Walnussöl
1 Zwiebel, in feine Ringe geschnitten
50 g Parmesan, frisch gerieben
1/2 Bund Schnittlauch, fein geschnitten
Salz, Muskat, Butter

Mehl, Milch, eine Prise Salz und Eier zu einem glatten Spätzleteig vermischen, zuletzt die gemahlene Walnüsse zugeben. Ist der Teig zu trocken, noch etwas Milch oder Wasser zugeben und mit Walnussöl und Muskat abschmecken.

Den Teig auf ein Holzbrett streichen und in kochendes Salzwasser die Spätzle schaben. Aufkochen lassen, in kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.

Die Zwiebelringe in einer Pfanne mit Butter anschwitzen.

Die Spätzle vor dem Servieren in einer Pfanne mit Butter erwärmen, anrichten und mit Parmesan, gerösteten Zwiebelringen und Schnittlauch bestreuen.

Zu den Walnuss-Spätzle passt sehr gut Feldsalat.

Nachlieferung:Rezepte Kocholymp 2004

Kaninchenrücken in Ysopmantel mit Kürbispüree und Kernölpesto

Wolfgang Hofbauer, Reichertshofen, Montag, 11.10.2004

1 Bund Lauchzwiebeln
1 Kaninchenrücken (möglichst mit Bauchlappen)
1 Hand voll Ysop (Essigkraut)
1 Hand voll Petersilie
1 Hand voll Basilikum
300 g Muskatkürbisfruchtfleisch, gewürfelt
150 g Kartoffeln, geschält und gewürfelt
250 ml Gemüsebrühe
1 EL Kürbiskerne
1 EL Kürbiskernöl
Salz, Pfeffer,
Alufolie

Den weißen und hellgrünen Teil der Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden und mit allen Kräuterblättern mischen.

Den Kaninchenrücken mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas mehr als der Hälfte der Kräuter und Lauchzwiebeln fest in Alufolie einpacken. In siedendem Wasser, je nach Größe 25 – 30 Minuten garen. Die Kürbisstücke und Kartoffeln in der Brühe im offenen Topf weich kochen und anschließend pürieren.

Die übrigen Kräuter, Kürbiskerne und Kürbiskernöl im Mixer nicht zu fein pürieren. Nach Geschmack mit Salz, Pfeffer und etwas Brühe abschmecken.

Den Kaninchenrücken aus der Folie packen, aufschneiden und anrichten. Das Püree dazureichen und mit Pesto überziehen.

Gebratene Entenbrust auf weißen Bohnen in Knoblauch-Sahne-Sauce

Friedlinde Mattern, Minfeld, Dienstag, 12.10.2004

1 Entenbrust (ca. 300 g)
1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin
3 Knoblauchzehen
1 Zwiebel, fein geschnitten
6 EL Rotwein
1/8 l Entenfond
20 g Mehl
200 g weiße Bohnenkerne, am Vortag gekocht
125 ml Bohnenkochsud
6 EL Sahne
1 EL Petersilie, fein geschnitten

Salz, Pfeffer, Mehlbutter,
Butter, Öl zum Anbraten

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Die Entenbrust enthäuten (Haut beiseite legen), mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit etwas Öl und Butter von beiden Seiten kurz anbraten. Dann zusammen mit Thymian, Rosmarin und einer Knoblauchzehe in eine feuerfeste Form geben und noch ca. 20 Minuten im Backofen garen. In der Fleischpfanne Zwiebel und eine angedrückte Knoblauchzehe anschwitzen, mit Rotwein ablöschen und einkochen. Mit Entenfond aufgießen und alles gut durchkochen. Nach Belieben die Sauce mit etwas Mehlbutter binden.

In einem Topf 1–2 EL Butter zerlassen, Mehl untermischen und unter Rühren mit dem Bohnensud ablöschen. 5 Minuten köcheln und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die vorgekochten Bohnen in der Sauce erwärmen, Sahne und eine gepresste Knoblauchzehe hinzufügen.

Die Entenhaut fein würfeln, in einer Pfanne kross braten und anschließend auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Die Bohnen auf Tellern anrichten, die Entenbrust aufschneiden, auf die Bohnen geben. Mit den Grieben und Petersilie bestreuen und die Sauce angießen.

Dazu Salzkartoffeln oder Bauernbrot servieren.

Lammkarree mit Curry-Brombeer-Sauce mit Kartoffel-Physalis-Gratin

Dr. Corinna von Au, Frankfurt, Mittwoch, 13.10.2004

5	kleine Kartoffeln, mehlig kochend (ca. 450 g)
12	Physalis
70 g	weicher Ziegenkäse (z.B. Chèvrechon)
50 g	harter Ziegenkäse, gerieben (z.B. Tomme Chèvre Muscadet)
300 ml	Lammfond
1/2 TL	rote Thai-Currypaste
8 - 10	Brombeeren
1	Vanillestange
1 EL	Honig
50 g	kalte Butterstückchen
2	Knoblauchzehen
6 Scheiben	vom Lammkarree

Salz, Pfeffer, Muskat,
Pflanzenöl zum Anbraten

zusätzlich zur Dekoration:

2	Physalis
4	Brombeeren

Den Backofen auf 170 Grad vorheizen. Eine ofenfeste Auflaufform mit Öl fetten. Kartoffeln in feine Scheiben hobeln, Physalis ohne Blätter halbieren. Die Hälfte der Kartoffeln in die Form schichten und mit Muskat, Pfeffer und Salz würzen. Die Hälfte der Physalis mit der Schnittfläche nach unten auf die Kartoffeln legen. Den weichen Ziegenkäse in Stücke zupfen. Die Hälfte davon darüber geben. Den Vorgang wiederholen. Gratin im Ofen ca. 25 Minuten backen. Geriebenen Käse darüber streuen und so lange weiter backen, bis eine goldbraune Kruste entstanden ist.

In einem Topf Lammfond und Currypaste aufkochen und ca. 5 Minuten reduzieren. Brombeeren zugeben und ca. 15 Minuten weiter köcheln lassen. Anschließend die Sauce durch ein Sieb passieren. Das Mark einer Vanillestange untermischen, ca. 5 Minuten weiterköcheln und die Sauce mit Honig und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren mit kalter Butter aufmontieren.

In einer Pfanne mit Öl die ungeschälten und halbierten Knoblauchzehen angehen lassen. Die Lammkarrees darin auf beiden Seiten kurz scharf anbraten, anschließend pfeffern, aus der Pfanne nehmen und warm halten.

Gratin portionsweise aus der Auflaufform heben und auf vorgewärmten Tellern anrichten. Sauce daneben verteilen, Lammkarreescheiben oben auf den Saucenspiegel legen. Zum Garnieren je eine der Vanilleschotehälften und einige Früchte anlegen.

Entenbrüstchen mit Rote Beete-Lebkuchen-Sauce

Rolf Mehler, Hannover, Donnerstag, 14.10.2004

2	Brötchen vom Vortag
2	Eier
250 g	Sahne
1	Rote Bete (ca. 100 g)
2	Schalotten, fein geschnitten
200 ml	trockener Rotwein
25 g	Saucenlebkuchen
150 ml	Entenfond
100 g	Pak Choi
10 g	Pinienkerne, geröstet
1	Entenbrust (ca. 300 g)
	Salz, Pfeffer, Muskatblüte, Butterschmalz

Die Brötchen in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz rösten und in eine große Schüssel geben. Eier, 20 g Sahne und etwas Wasser verquirlen, mit Salz würzen, alles über die Brötchenwürfel geben und ca. 15 Minuten ziehen lassen.

Für die Sauce eine Schalotte in einem Topf mit Butterschmalz anschwitzen, geschälte und gewürfelte Rote Bete zugeben, kräftig anbraten, mit Rotwein aufgießen und ca. 20 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen. Den Lebkuchen zerbröseln, mit restlicher Sahne und Entenfond aufgießen und gut vermengen.

Pak Choi waschen, gut abtropfen, in Streifen schneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz kurz dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskatblüte abschmecken.

Eine Alufolie mit Butterschmalz einfetten und den Brötchenteig auf einer Breite von ca. 15 cm aufstreichen. In der Mitte gleichmäßig Pak Choi und die Pinienkerne verteilen, zu einer Rolle aufrollen und die Enden gut verdrehen. Die Rolle im siedenden Wasser ca. 20 Minuten gar ziehen lassen. Vor dem Servieren auspacken und in Scheiben schneiden.

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen. Die Entenbrust waschen, trocken tupfen mit Salz und Pfeffer würzen und die Hautseite rautenförmig einschneiden. Die Entenbrust mit der Hautseite nach unten in die heiße Pfanne legen und ca. 6 Minuten braten, wenden und weitere 6 Minuten braten, anschließend aus der Pfanne nehmen und im Backofen halbgar (rosa) ziehen lassen. Kurz vor dem Servieren, die Haut bei starker Oberhitze knusprig grillen.

Bis auf 2 EL das Fett aus der Pfanne abgießen, darin eine Schalotte anschwitzen, Rote Bete und Saucenlebkuchen zugeben, kurz aufkochen, pürieren, dann durch ein Sieb streichen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Anrichten in der Tellermitte einen Saucenspiegel platzieren, die in Scheiben aufgeschnittene Entenbrust links davon drapieren und rechts 3 Scheiben vom Serviettenknödel.

Kalbsragout mit Jakobsmuscheln und Früchtecurry

Bernd Felski, Edemissen, Freitag, 15.10.2004

125 g	Jasminreis
200 g	Jakobsmuscheln
1/2 TL	Zimt, gemahlen
200 g	Kalbsfilet, gewürfelt
400 ml	Kokosmilch
1 TL	milde rote Thai-Currypaste

3	Karotten, in Rauten geschnitten
80 g	Bambusstreifen
100 g	Zuckerschoten, in Rauten geschnitten
1	Papaya, gewürfelt
1	Mango, gewürfelt
1 Hand voll	Thaibasilikum
	Salz, Pfeffer,
	Rapsöl

Backofen auf 80 Grad vorheizen. Reis nach Packungsangabe kochen.

Muscheln in Öl mit wenig Zimt 1-2 Minuten anbraten. Mit Salz würzen und in einer Form im Ofen warm stellen. In derselben Pfanne das Fleisch mit restlichem Zimt anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, herausheben und zu den Muscheln geben. Pfannensud mit 250 ml Kokosmilch 3-4 Minuten einkochen, abschmecken und über Muscheln und Fleischwürfel gießen.

Restliche Kokosmilch mit Currypaste aufkochen, Karotten, Bambusstreifen und Zuckerschoten zugeben, nach 3 Minuten Papaya und Mango hineingeben und weiter 4-6 Minuten bei milder Hitze garen.

Basilikumblätter klein schneiden, unter das Gemüse wenig unter den Reis heben.

Ragout, Gemüse und Reis nebeneinander anrichten.

ARD-Buffer Rezepte Dezember 2004

Wochenthema: Kochen mit Honig

Andreas Ufertinger, Gasthaus Herzog Ludwig, Friedberg

Montag, 29.11.04

Gebratene Kräutergambas mit Honigchicorée,

Rezept für 4 Personen

4	Chicorée
100 ml	Apfelsaft
10	Kirschtomaten,
	geviertelt
1 Bund	Rucola,
	grob geschnitten
3 TL	flüssiger Bienenhonig
etwa 1 kg	geschälte Gambas (ca. 24 Stück)
3 Zweige	Thymian,
	fein gehackt
2 Zweige	Rosmarin,
	fein gehackt
	Salz, Pfeffer, Butter, Olivenöl

Chicorée halbieren, den Strunk ausschneiden und die Chicoréeblätter in 2 cm große Stücke schneiden. Apfelsaft erhitzen, Chicorée hinzufügen, etwa 1 Minute köcheln lassen und mit

Salz und Pfeffer würzen. 3 EL Butter dazugeben, etwa 1 Minute weiterköcheln lassen, bis alles leicht sämig ist. Kirschtomaten und Rucola hinzufügen, kurz schwenken und den Honig einrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Gambas zugeben und von jeder Seite etwa 1 Minute anbraten. Thymian und Rosmarin hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und 1 EL kalte Butter einschwenken.

Honigchicorée auf vorgewärmten Tellern anrichten und fächerförmig mit den Gambas umlegen.

Wochenthema: Kochen mit Honig

Jacqueline Amirfallah

Dienstag, 30.11.04

Rouladen vom Wildschweinerücken in Honigsauce

300 g	Wildschwein- oder Frischlingsrücken
1 EL	Senf
ca. 2 EL	Tannen- oder Waldhonig
4 –6 Scheiben	Speck, dünn aufgeschnitten
2	kleine Zwiebeln, fein geschnitten
10	ingelegte Perlzwiebeln
200 ml	Fleischbrühe
1	Lorbeerblatt
50 g	kalte Butter
	Salz, Pfeffer,
	Bratfett,
	Küchengarn

Das Fleisch in ca. 1/2 cm dünne, möglichst großflächige Scheiben schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen, auf einer Seite mit Senf bestreichen. Dann auf der Senfseite ein wenig Honig verteilen, den Speck darauf legen und eine fein geschnittene Zwiebel darüber streuen. Die einzelnen Fleischscheiben zusammenrollen und mit Küchengarn fixieren. In einer Pfanne mit Bratfett die Rouladen von allen Seiten scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen und im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad ca. 20 Minuten fertig garen. In der Pfanne die restliche Zwiebel anschwitzen, Perlzwiebeln und 1 EL Honig zugeben, mit Fleischbrühe aufgießen, das Lorbeerblatt zugeben und 5 Minuten köcheln lassen. Dann die Pfanne vom Herd ziehen und die kalte Butter untermischen. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken. Rouladen mit der Sauce anrichten. Dazu passen sehr gut Spätzle.

Wochenthema: Kochen mit Honig
Vincent Klink Mittwoch, 01.12.04

Hähnchen mit Honig und Ingwer gebraten

50 g	Reis
1	kleines Hähnchen
2	Zwiebeln, fein geschnitten
1 TL	Ingwerpulver
2 EL	Honig
1/2	Chilischote, fein geschnitten
1 Msp	Kreuzkümmel
1 Msp	Piment
1 EL	Ingwer, frisch gerieben
1	Ei
100 g	Mehl
50 ml	Milch
1/4 Bund	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Olivenöl, Butterschmalz

Den Reis in reichlich Salzwasser kochen, abspülen und auf ein Sieb geben.
Vom Hähnchen die Keulen und Brüste auslösen. In einem Topf mit Olivenöl die Zwiebeln anschwitzen, die Keulen zugeben und von allen Seiten kräftig anbraten, mit Salz, Pfeffer und Ingwerpulver würzen. Nach ca. 5 Minuten die Hähnchenbrüste zugeben und diese ebenfalls würzen und von allen Seiten gut anbraten. Im Backofen bei 180 Grad die Geflügelstücke in ca. 8-10 Minuten fertig garen.
In der Zwischenzeit Honig mit Chili, Kreuzkümmel, Piment und Ingwer mischen.
Ei, Mehl und Milch zu einem Teig vermischen. Den gekochten, gut abgetropften Reis mit dem Pfannkuchenteig und der Petersilie mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kleine Reisplätzchen mit einem Esslöffel in eine Pfanne mit Butterschmalz geben und von beiden Seiten ausbacken.
Die Haut der Hähnchenbrüste und -keulen mit dem Würzhonig bestreichen und kurz unter der Grillschlange karamellisieren.
Hähnchen mit den Reisplätzchen servieren.

Wochenthema: Kochen mit Honig

Vincent Klink

Donnerstag, 02.12.04

Schweinelendchen mit süß-saurer Honigsauce

1	kleine Schweinelende
2	Schalotten, fein geschnitten
2 EL	Honig
1/8 l	Gemüsebrühe
1/4	Mango, fein gewürfelt
1 TL	Curry
1 TL	abgeriebene Schale einer unbehandelten Zitrone
1 Spritzer	Zitronensaft
1/4 Bund	Blattpetersilie, fein gehackt

Salz, Pfeffer, Butterschmalz, Butter

Schweinelende in Medaillons schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit Butterschmalz von jeder Seite ca. 5 Minuten braten, herausnehmen und warm stellen. In der Pfanne die Schalotten anschwitzen. Honig untermischen und mit Gemüsebrühe ablöschen. Mangowürfel, Curry, Zitronenschale und Zitronensaft hinzufügen und den Fond um die Hälfte einkochen. Die Sauce mit 1 EL kalter Butter montieren und abschmecken. Kurz vor dem Anrichten Petersilie untermischen und die Medaillons in der Sauce anrichten. Mit Basmatireis servieren.

Wochenthema: Kochen mit Honig

Otto Koch

Freitag, 03.12.04

Ricotta-Lebkuchen-Soufflé mit Honig-Sauce

Rezept für 4 Personen

100 g	weicher Ricotta
80 g	Zucker
3	Eigelb
100 g	trockene Lebkuchen (natur oder gezuckert), fein gerieben
3	Eiweiß
ein Spritzer	Rum
ein Tropfen	Bittermandelöl
125 g	Honig
125 g	Crème double
100 g	Himbeermark

Zimt, Zucker und Butter für die Formen,
Holzspieß

Ricotta mit Zucker und Eigelb gut verrühren. Die geriebenen Lebkuchen unterrühren. Eiweiß zu Schnee schlagen und vorsichtig unterheben. Die Masse mit Zimt, Rum und Bittermandelöl abschmecken. Dann in gebutterte und gezuckerte Souffléförmchen füllen und im Ofen bei 190 Grad etwa 12 Minuten backen.

In der Zwischenzeit für die Sauce Honig und Crème double vermischen. Auf Desserttellern die Sauce kreisförmig verteilen, am Rand entlang Himbeermark aufspritzen und mit einem Holzspieß ein Muster durch Honigsauce und Himbeermark zeichnen.

Das Soufflé in die Mitte des Tellers stürzen und sofort servieren.

Kasselerrücken mit Rübchengemüse

500 g Kasselerrücken ohne Knochen
2 Zwiebeln,
grob gewürfelt
1 Lorbeerblatt
2 Gewürznelken
6 Pfefferkörner
500 g weiße Rübchen
20 g Butter
1 EL Mehl
1/4 l Gemüsebrühe
1/4 Bund Petersilie,
fein geschnitten

Salz, Pfeffer, Zucker

Den Kasselerrücken mit ca. 1/4 l Wasser, Zwiebeln, Lorbeerblatt, Nelken und Pfefferkörnern in einen Bräter geben und bei 170 Grad ca. 30 Minuten im Ofen garen. Dann herausnehmen und etwas ruhen lassen.

Die Rübchen schälen und je nach Größe vierteln oder achteln. In einem Topf mit Salzwasser und einer Prise Zucker die Rübchen bissfest dünsten, anschließend in einem Sieb abtropfen lassen.

In einer heißen Pfanne 2 EL Zucker karamellisieren, Butter und Mehl zugeben, mit Gemüsebrühe auffüllen und gut verrühren. Die Rübchen zugeben und weich dünsten, dabei vorsichtig umrühren. Mit Petersilie bestreuen, mit Salz und Zucker abschmecken.

Den Kasselerrücken aufschneiden und mit dem Rübchengemüse servieren.

Rehgeschnetzeltes mit Pastinaken

600 g	Pastinaken
1	Zwiebel, fein geschnitten
400 g	Kartoffeln (mehlig kochend), gewürfelt
ca. 1/4 l	Milch
300 g	Oberschale vom Reh (ersatzweise Rehrücken)
1	Schalotte, in feine Ringe geschnitten
40 ml	Wildfond oder Fleischbrühe
20 ml	Sahne
1-2 EL	Majoranblättchen
	Salz, Pfeffer, Muskat,
	Butter, Butterschmalz

Pastinaken schälen, ein Viertel davon in feine Scheiben schneiden und beiseite stellen, den Rest grob würfeln.

Zwiebel in einem Topf mit Butterschmalz anschwitzen, die grob gewürfelten Pastinaken und Kartoffeln zugeben. Mit Milch aufgießen, bis die Gemüsewürfel knapp bedeckt sind. Mit Salz würzen, 1 EL Butter zugeben und ca. 20 Minuten kochen lassen, dabei immer wieder umrühren. Wenn die Gemüsewürfel weich sind, mit einem Pürierstab fein mixen und mit Salz und Muskat abschmecken.

Das Fleisch in Scheiben schneiden und in einer heißen Pfanne mit Butterschmalz rasch von beiden Seiten scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. In der Pfanne die Schalotte und die fein geschnittenen Pastinaken anbraten, mit dem Fond ablöschen und köcheln lassen. Sahne, 1 EL Butter und Majoranblättchen zugeben. Die Sauce aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und vom Herd ziehen. Das Fleisch zugeben und einmal durchschwenken.

Das Geschnetzelte mit der Sauce anrichten und das Püree dazu reichen.

Wochenthema: Wurzelgemüse, Vitamine für den Winter
Vincent Klink Mittwoch, 08.12.04

Schweinsvögel mit glacierten Ingwer-Möhren

4	dünne Schweineschnitzel à 80 g
1 TL	Orangenmarmelade
8	Salbeiblätter
2	Schalotten, in hauchdünne Scheiben geschnitten
1 TL	scharfer Senf
1 EL	Grand Marnier
1/8 l	Orangensaft
1/8 l	kräftige Fleischbrühe
1/2 TL	Speisestärke
4	Karotten
1	kleine Zwiebel, fein geschnitten
1 EL	Ahornsirup
ca. 200 ml	Gemüsebrühe
1 EL	Ingwer, gerieben
1/4 Bund	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Butter, Butterschmalz, Zahnstocher

Die Schnitzel zwischen einem Gefrierbeutel hauchdünn plattieren. Dann mit Salz und Pfeffer würzen und auf einer Seite mit Orangenmarmelade bestreichen. Mit Salbeiblättern belegen. Schalotten in einer Pfanne mit Butter anschwitzen, mit Senf mischen und auf den Fleischscheiben verteilen. Diese eng zusammenrollen und mit einem Zahnstocher fixieren.

In einer Pfanne mit Butterschmalz die Röllchen goldbraun braten, einen Deckel auf die Pfanne geben und alles 10 Minuten zur Seite stellen. Dann die Röllchen aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Den Bratensatz in der Pfanne mit Grand Marnier, Orangensaft und Fleischbrühe lösen. Die Flüssigkeit um die Hälfte einkochen. Stärke in wenig Wasser lösen und die Sauce damit binden. Anschließend abschmecken und zu den Röllchen servieren.

Die Karotten schälen und in feine Scheiben schneiden. Zwiebel in Butter anschwitzen, Ahornsirup und Karotten hinzufügen und mit Gemüsebrühe ablöschen. Ca. 10 Minuten köcheln lassen, bis die Karotten weich sind. Dann bei großer Hitze die Flüssigkeit fast einkochen. Ingwer und Petersilie untermischen und abschmecken.

Die Karotten zu den Schweinsvögeln mit der Sauce servieren.

Wochenthema: Wurzelgemüse, Vitamine für den Winter
Vincent Klink Donnerstag, 09.12.04

Selleriecremesuppe mit Lachscroutons

200 g	Sellerie
1	Zitrone
4 Scheiben	Kastenweißbrot
4-6 Scheiben	Räucherlachs
3/4 l	Geflügelbrühe
2 EL	Madeira
30 ml	Sahne, geschlagen
	Salz, Pfeffer,
	Butter, Olivenöl

Sellerie waschen, schälen, in kleine Stücke schneiden und sofort mit etwas Zitronensaft einreiben. In einem Topf mit Butter kurz anschwitzen, etwas Wasser zugeben und weich dämpfen. Anschließend im Mixer sehr fein pürieren.

Die Brotscheiben entrinden und anschließend in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten braun rösten. Zwei Scheiben mit Lachs belegen, mit den beiden anderen Scheiben abdecken.

Die Geflügelbrühe (2 EL zurückbehalten) erhitzen. Das Püree mit der Geflügelbrühe auffüllen und langsam zum Kochen bringen, dabei ständig mit dem Schneebesen schlagen. Madeira und restliche Geflügelbrühe zugeben, abschmecken. Die Sahne untermischen und die Suppe anrichten. Die belegten Brote in Würfel schneiden und diese als Einlage zur Suppe servieren.

Wochenthema: Wurzelgemüse, Vitamine für den Winter
Fred Nowack Freitag, 10.12.04

Gebratener Zander mit gefüllter Rote Bete und Meerrettich

4 mittelgroße Rote Bete
2 Kartoffeln, mehlig kochend
1 Spritzer Himbeeressig
1 Msp Chilipulver
1 TL braune Butter
2 Schalotten, fein geschnitten
250 ml Fischfond
600 g Zanderfilet mit Haut
2 EL Crème fraîche
1 Spritzer Zitronensaft
2 Zweige Kerbel
1 Stück frischer Meerrettich

Salz, Pfeffer, Kümmel, Mehl, Butter, Öl

Rote Bete am Vortag in Salzwasser mit etwas Kümmel weich kochen.

Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Die gekochten Rote Bete schälen, einen Deckel abschneiden und mit einem Löffel vorsichtig aushöhlen. Die Abschnitte fein hacken oder pürieren. Die Kartoffeln durch die Presse drücken und mit dem Rote Bete-Püree gut vermischen. Mit Himbeeressig, Chili, etwas brauner Butter und Salz abschmecken. Die Masse in die ausgehöhlten Rote Bete füllen, den Gemüsedeckel obenauf geben und bei 120 Grad im Ofen wärmen.

Die Schalotten in einem kleinen Topf mit etwas Butter anschwitzen, mit Fischfond auffüllen und diesen um die Hälfte einkochen.

Fischfilet entgräten und in vier gleich große Stücke schneiden. Mit Salz würzen, mit Mehl bestäuben und in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten goldgelb braten.

Zuletzt Crème fraîche unter den Fischfond mischen und mit Zitronensaft, Pfeffer und gezupftem Kerbel abschmecken.

Rote Bete mit Fisch anrichten und die Sauce angießen. Erst jetzt den Meerrettich frisch reiben und darüber streuen.

Wochenthema: ARD-Buffer Weihnachtsmenü
Rainer Strobel Montag, 13.12.04

Winterlicher Salat mit Rehrückenfilet und Nusskruste

500 g	Rehrücken, ohne Knochen
1 Zweig	Rosmarin
60 g	Butter
50 g	Haselnüsse, gemahlen
50 g	Walnüsse, gehackt
200 g	Feldsalat, geputzt
4 EL	Olivenöl, kalt gepresst
2 EL	Walnussöl
3 EL	Weißweinessig
2 EL	Preiselbeeren, aus dem Glas
	Salz, Pfeffer, Zucker, Olivenöl zum Anbraten

Den Rehrücken von allen Sehnen befreien und in vier gleich lange Teile schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. In heißem Olivenöl von beiden Seiten 2 Minuten anbraten, dabei einen Rosmarinzweig ins Bratfett legen. Fleisch herausnehmen und abkühlen lassen.

Aus Butter, Haselnüssen und Walnüssen eine homogene Masse rühren, mit einer Prise Salz und Pfeffer würzen und auf die abgekühlten Rehrückenstücke ca. 1/2 cm dick aufstreichen.

Den Feldsalat gut waschen und abtropfen lassen. Aus Olivenöl, Walnussöl, Essig und den Preiselbeeren ein Dressing herstellen, mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken.

Backofen auf 160 Grad vorheizen und den Rehrücken in einer gefetteten Form 6-8 Minuten rosa braten, danach etwas ruhen lassen.

Feldsalat auf Teller verteilen, mit der Vinaigrette überziehen, den Rehrücken in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und um den Salat anrichten.

Pot au feu von Gemüse und Entenbrust

1	Entenbrust
1 l	Entenfond
1	Zwiebel, geviertelt
1	Lorbeerblatt
5	Pfefferkörner
2	Schwarzwurzeln
4	Spitzkohlblätter
1 kleine Stange	Lauch
1-2	Kartoffeln
8	Maronen, geschält und gekocht
1/2 Bund	Petersilie, fein gehackt
	Salz, Pfeffer

Die Entenbrust mit Salz und Pfeffer würzen und von beiden Seiten anbraten, zuerst auf der Hautseite. Dann den Entenfond angießen, Zwiebel, Lorbeerblatt, Pfefferkörner zugeben und 10 Minuten gar ziehen lassen (nicht stark kochen, sondern nur leicht sieden lassen). Die Entenbrust aus dem Fond nehmen, die Haut abziehen und das Fleisch in Scheiben schneiden oder würfeln. Den Fond durch ein Küchentuch passieren und abschmecken. Schwarzwurzeln schälen, in mundgerechte Stücke schneiden und in Salzwasser weich dünsten. Spitzkohlblätter und Lauch ebenfalls in Stücke schneiden, blanchieren und abschrecken. Kartoffeln würfeln und weich kochen, Maronen vierteln. Zuerst die Kohlblätter in tiefen Tellern anrichten, darauf die Gemüsestücke und das Fleisch geben. Mit Petersilie bestreuen und den heißen Entenfond angießen. (Tipp: Entenfond und Fleisch können auch schon am Vortag zubereitet werden.)

Wochenthema: ARD-Buffer Weihnachtsmenü
Vincent Klink Mittwoch, 15.12.04

Hechtklößchen mit Rote Bete-Nocken und grünen Nudeln

Für die Rote Bete-Nocken

400 g Rote Bete
2 Scheiben Orange, unbehandelt
1 TL Kümmel
1 Zwiebel, fein geschnitten
 Pfeffer, Salz,
 Butter

Für die Hechtklößchen:

400 g Hechtfilet ohne Haut
1/2 TL Koriander, gemahlen
1/4 l Sahne
 Salz, weißer Pfeffer

Für die Sauce:

2 Schalotten,
 fein geschnitten
500 g Fischgräten, gehackt
1 Lorbeerblatt
1/4 l Weißwein
2 Eigelb
1 EL kalte Butterflocken
1/4 Bund Dill, fein geschnitten
 Salz, Pfeffer, Butter

zusätzlich:

200 g grüne dünne Bandnudeln

Rote Bete waschen und in Salzwasser mit den Orangenscheiben ca. 20 Minuten kochen. Rote Bete schälen und in Würfel schneiden. Den Kümmel mit Butter fein hacken, zusammen mit der Zwiebel in etwas Butter andünsten. Rote Bete dazugeben und alles in einem Cutter pürieren. Mit Pfeffer und Salz würzen. Kurz vor dem Servieren alles noch mal erwärmen und mit einem Suppenlöffel Nocken ausstechen.

Alle Zutaten für die Hechtklößchen sollten sehr kalt sein.

Das Hechtfilet in Streifen schneiden, mit Koriander, Pfeffer und etwas Salz in einen Cutter geben und zerkleinern. Dann die kalte Sahne zugeben und weiter cuttern, bis die Masse glatt ist und glänzt. Dies sollte alles sehr schnell gehen, damit die Masse nicht zu warm wird. (Tipp: Ist die Farce zu dick, so gibt man etwas Sahne hinzu, ist sie zu dünn, so muss man den Cutter ein bisschen länger laufen lassen.) Aus der Farce mit einem Suppenlöffel Nocken ausstechen. (Es empfiehlt sich, den Löffel zuvor in kaltes Wasser zu tauchen.) In siedendem Salzwasser die Klößchen ca. 15 Minuten ziehen lassen.

Schalottenwürfel und die Fischgräten in einem Topf mit etwas Butter andünsten. Lorbeerblatt zufügen und mit Weißwein auffüllen. Ca. 15 Minuten köcheln, dann durch ein Sieb passieren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Eigelbe unter den abgekühlten Fond rühren, dann bei mittlerer Hitze schaumig schlagen. Die Sauce darf nicht kochen. Zuletzt kalte Butter unterrühren, abschmecken und Dill untermischen.

Die Nudeln in Salzwasser kochen.

Abwechselnd Hechtklößchen und Rote Bete-Nocken anrichten, mit der Sauce umgießen und grüne Nudeln dazu reichen.

Perlhuhn mit Pilzen gefüllt in Balsamicosauce, Rosenkohl und Kartoffelknödel

Für das Perlhuhn:

2 Schalotten, fein geschnitten
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
150 g Champignons, fein gewürfelt
1 EL Blattpetersilie, fein gehackt
1/8 l Sahne
1 Thymianzweig
2 Ei
2 Scheiben Toastbrot ohne Rinde, fein gewürfelt
1 Perlhuhn
200ml Rotwein
3 EL Balsamico
1 EL kalte Butterflocken
Pfeffer, Salz,
Butterschmalz

Für die Knödel:

500 g Kartoffeln, mehlig kochend
40 g Grieß
2 Eier
Salz, Pfeffer, Muskat,
hitzebeständige Frischhaltefolie

Für den Rosenkohl:

400 g Rosenkohl
Salz, Muskat,
Butter

Schalotten, Knoblauch und Pilze anschwitzen, die Petersilie untermischen und vom Herd nehmen. Sahne, Thymianblättchen, Eier und Brotwürfel untermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Finger oder einem Löffelstiel zwischen Fleisch und Haut der Perlhuhnbrust fahren und so die Haut vom Fleisch lösen. Die Füllung zwischen Haut und Fleisch schieben.

Das Perlhuhn mit Salz und Pfeffer würzen und in Butterschmalz von allen Seiten rundum goldgelb anbraten. Dann im 160 Grad heißen Backofen ca. 40 Minuten lang garen. Zwischendurch mehrmals mit dem Bratfett überpinseln. Sollte das Perlhuhn zu dunkel werden, mit Alufolie abdecken.

Für die Knödel Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Die gekochten Kartoffeln abschütten und zurück auf die noch warme Herdplatte stellen und gut ausdampfen lassen. Heiße Kartoffeln durch die Presse drücken, schnell Grieß und Eier untermengen. Die Masse mit Muskat, Pfeffer und Salz würzen und zu kleinen Knödeln formen. Die Knödel in hitzebeständige Folie wickeln, die Enden gut verschließen und ca. 15 Minuten in kochendem Wasser garen.

Rosenkohlröschen von unschönen Blättern befreien, sauber waschen und am Stielansatz einschneiden. In einem Liter kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten gar kochen. In kaltem Wasser kurz abschrecken. Vor dem Servieren in einer Pfanne mit Butter ein paar Minuten schwenken und mit Muskat und Salz abschmecken.

Wenn das Perlhuhn gar ist, herausnehmen, ruhen lassen und den Bratensatz entfetten. Dann mit Rotwein und Balsamico aufgießen und aufkochen. Langsam Butter unterarbeiten und abschmecken. Das Perlhuhn tranchieren und mit der Sauce anrichten. Dazu Knödel und Rosenkohl reichen.

Wochenthema: ARD-Buffer Weihnachtsmenü
Otto Koch Freitag, 17.12.04

Williamsbirne mit weihnachtlichen Gewürzen mariniert, Vanilleschaum und Cassis-Sauce

8 Blatt	Gelatine
2	Vanilleschoten
1/2 l	Milch
4	Eigelb
ca. 250 g	Zucker
250 g	Sahne, halb steif geschlagen
4	Birnen (Williams Christ)
1	Zitrone (Saft)
1 Flasche	Weißwein (Riesling)
3	Nelken
etwas	Zimt, gemahlen
4 cl	Cassislikör

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Vanilleschoten aufschneiden und das Mark herausstreichen. Milch mit Vanillemark, Eigelb und 100 g Zucker im Wasserbad aufschlagen. Wenn die Masse heiß ist, die Gelatine ausdrücken und in der Milch auflösen. Alles auf Eiswasser kalt rühren. Bevor die Masse fest wird, die Sahne unterheben und kalt stellen.

Die Birnen schälen, sodass der Stiel dran bleibt, Kerngehäuse ausstechen und die Birnen mit etwas Zitronensaft beträufeln. Den Weißwein aufkochen und mit restlichem Zucker nach Geschmack, Nelken und Zimt abschmecken. Die Birnen in den Sud einlegen, aufkochen und vom Herd ziehen. Anschließend kalt stellen.

Zum Anrichten mit einem heißen Löffel aus der Vanillecreme Nocken ausstechen und mit den Birnen garnieren. Mit Cassislikör umgießen.

Kalbsrouladen mit Selleriepüree und Rosenkohl

2	Kalbsschnitzel aus der Oberschale à 180 g
70 g	Speck, gewürfelt
1	Zwiebel, fein geschnitten
2	Gewürzgurken, in Streifen geschnitten
1/4 Bund	Petersilie, fein gehackt
1-2 EL	scharfer Senf
2 Scheiben	gekochter Schinken
350 ml	Sahne
200 ml	Fleischbrühe
1	Sellerieknolle
400 g	Rosenkohl
1	Schalotte, fein geschnitten

Salz, Pfeffer, Zucker, Muskat,
Butterschmalz, Butter,
Küchengarn

Die Schnitzel zwischen einem Gefrierbeutel so dünn wie möglich plattieren, dann mit Salz und Pfeffer würzen.

50 g Speckwürfel in einer Pfanne auslassen, Zwiebel und Gurke zugeben und anschwitzen, Petersilie untermischen.

Die Fleischscheiben auf einer Seite dünn mit Senf bestreichen, jeweils eine Scheibe Schinken darauf legen, die Speck-Gurken-Zwiebeln darauf verteilen und zusammenrollen. Mit Küchengarn oder Zahnstochern fixieren.

In einem Schmortopf mit Butterschmalz die Rouladen von allen Seiten anbraten, mit 150 ml Sahne und der Brühe auffüllen, einen Deckel darauf geben und im Ofen bei 170 Grad ca. 1 Stunde schmoren lassen. Dann die Rouladen herausnehmen, die Sauce durch ein Sieb passieren und mit 1 EL kalter Butter binden, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Sellerieknolle waschen, schälen und in 2x2 cm große Stücke schneiden. In einem Topf mit Butter Sellerie anschwitzen, mit restlicher Sahne auffüllen, mit Salz und Zucker würzen und bei geschlossenem Deckel ca. 15 Minuten leicht köcheln lassen. Zuletzt Muskat zugeben und mit einem Zauberstab oder im Mixer alles fein pürieren.

Den Rosenkohl putzen, in kochendem Salzwasser 3-5 Minuten blanchieren, anschließend in kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen.

In einer Pfanne restlichen Speck und Schalotte anschwitzen, den Rosenkohl zugeben und kurz schwenken. Mit Salz, Muskat und Zucker abschmecken.

Die Rouladen mit der Sauce, Selleriepüree und Rosenkohl anrichten.

Wochenthema: Rouladen-Variationen
Vincent Klink Mittwoch, 22.12.04

Pfannkuchenrouladen mit Spinat und Pilzen

150 g	Mehl
6	Eier
1 EL	flüssige Butter
600 ml	Milch
100 g	Blattspinat
1	Schalotte, fein geschnitten
150 g	Champignons, gewürfelt
1/2 Bund	Petersilie, fein gehackt
1	Brötchen vom Vortag, fein gerieben
2	Eigelbe
60 g	Parmesan, frisch gerieben
	Salz, Pfeffer,
	Butterschmalz zum Ausbacken

Mehl, 3 Eier, eine Prise Salz und flüssige Butter in eine Schüssel geben, verquirlen und dann 350 ml Milch unterrühren. In einer Pfanne mit Butterschmalz aus dem Teig goldbraune Pfannkuchen ausbacken.

Den Spinat in Salzwasser blanchieren, gut abtropfen bzw. ausdrücken und fein hacken. In einer Pfanne mit Butter die Schalotte anschwitzen, Pilze zugeben und dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen, Petersilie untermischen.

Spinat, Pilze, das geriebene Brötchen und Eigelbe in eine Schüssel geben und gut vermischen, abschmecken.

Die Spinat-Pilzmasse auf die Pfannkuchen streichen, aufrollen und eng nebeneinander in eine gefettete Auflaufform legen.

Restliche Milch, 3 Eier und Parmesan gut verquirlen, über die Pfannkuchen gießen und im Backofen bei 180 Grad ca. 20 Minuten backen.

Wochenthema: Rouladen-Variationen
Vincent Klink Donnerstag, 23.12.04

Lachs-Wirsing-Roulade mit Champagnersauce und Wildreis

100 g	Wildreis
4	große Wirsingblätter
1	kleine Zwiebel, fein geschnitten
50 g	Champignons, fein gehackt
1 TL	Estragon, fein geschnitten
400 g	Lachsfilet
1	Eiweiß
ca. 200 ml	Sahne
1	Schalotte
1/4 l	Fischfond
1 EL	Crème fraîche
150 ml	Champagner oder Sekt
	Salz, Pfeffer, Butter

Den Wildreis in Salzwasser weich kochen.

Die Wirsingblätter in Salzwasser blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen. Den Strunk aus den Blättern schneiden und diese zwischen Küchenkrepp nochmals gut trocken tupfen.

Zwiebel in etwas Butter anschwitzen, Champignons zugeben und dünsten. Estragon untermischen, alles auf ein Sieb geben und den Bratensaft abtropfen lassen.

Lachs in vier ca. 2 cm breite und 5 cm lange Streifen schneiden. Den Rest in groben Stücken zusammen mit Eiweiß, Sahne und etwas Salz im Küchenmixer zu einer Farce verarbeiten (die Zutaten müssen sehr kalt sein). Die Lachsstreifen würzen und ganz kurz von beiden Seiten in Butter anbraten. Die Farce auf die Wirsingblätter streichen, Pilzmischung und jeweils einen Lachsstreifen darauf verteilen. Die einzelnen Blätter aufrollen, in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten anbraten, dann in eine feuerfeste gefettete Form legen und im Ofen bei 180 Grad ca. 10 Minuten garen.

Für die Sauce Schalotte in Butter anschwitzen, Fischfond zugeben und diesen um die Hälfte einkochen lassen. Crème fraîche untermischen, aufkochen und mit dem Pürierstab aufmixen. Mit Champagner oder Sekt auffüllen und abschmecken.

Die Rouladen mit der Sauce und dem Wildreis anrichten.

Gemüsequiche

250 g	Weizenmehl
125 g	Butter
2	Eigelb
200 g	Gemüse (Karotte, Kohlrabi, Blumenkohl, Brokkoli)
1	Zwiebel, fein geschnitten
50 g	Emmentaler, gerieben
1 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
100 ml	Sahne
2	Eier
	Salz, Pfeffer, Muskat, Butter, Mehl,
L	insen zum Blindbacken, Alufolie, Frischhaltefolie

Für den Mürbeteig das Mehl auf die Arbeitsplatte häufen, in die Mitte die weiche Butter, Eigelb etwas Salz und einen Spritzer Wasser geben. Alles zu einem glatten Teig kneten, in Frischhaltefolie einschlagen und ca. 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Den Teig auf einer bemehlten Fläche dünn ausrollen, in eine gefettete Springform geben, mit Alufolie abdecken und darauf Linsen schütten. Im Ofen bei 180 Grad den Teig ca. 15 Minuten blind vorbacken. Gemüse putzen, in 1 cm große Stücke schneiden und in Salzwasser bissfest kochen, herausnehmen und gut abtropfen. Zwiebel in einer Pfanne mit Butter glasig dünsten. Das Gemüse mit dem Käse, den Zwiebelwürfeln und dem Schnittlauch vermischen. Alles auf den vorgebackenen Teig geben (zuvor die Alufolie mit den Linsen herunternehmen). Besonders gut eignet sich auch gekochtes Gemüse vom Vortag.

Sahne, Eier und 10 g Mehl verrühren, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und über das Gemüse geben, bei 180 Grad ca. 20 Minuten backen.

Die Quiche lauwarm servieren, dazu passt sehr gut Feldsalat mit einer Vinaigrette.

Wochenthema: Leichtes nach den Festtagen
Jacqueline Amirfallah Dienstag, 28.12.04

Geflügelleber gebraten mit Radicchio, Orangen und Nüssen

1	rote Zwiebel
2 EL	gemischte Nüsse
1 Kopf	Radicchio
2	Mandarinen
200 g	Hühner- oder Gänseleber
2 EL	Himbeeressig
3 EL	Haselnussöl
50 g	Feldsalat, geputzt
1	Orange, filetiert
	Salz, Pfeffer, brauner Zucker, Butterschmalz

Die rote Zwiebel halbieren und in feine Ringe schneiden, die Nüsse grob hacken, Radicchio putzen und die Hälfte davon in grobe Streifen schneiden. Die Mandarinen schälen und quer in Scheiben schneiden. Die Leber putzen, entseihen und von beiden Seiten kurz in Butterschmalz anbraten. Aus der Pfanne nehmen, salzen und warm stellen. In der Fleischpfanne Zwiebel anschwitzen, die Hälfte der Nüsse mitbraten. Dann Radicchiostreifen zugeben, kurz braten, mit braunem Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Mandarinen hinzufügen, alles durchschwenken und mit wenig Himbeeressig ablöschen.

Aus Essig, Haselnussöl, Salz, Pfeffer und Zucker eine Marinade mischen und damit restlichen Radicchio und Feldsalat marinieren.

Den gebratenen Salat anrichten, die Leber darauf geben, den frischen Salat hinzufügen, mit den restlichen Nüssen bestreuen und die Orangenfilets dazu reichen.

Wochenthema: Leichtes nach den Festtagen
Otto Koch Freitag, 31.12.04

Gemüse-Geflügeleintopf mit asiatischen Kräutern

2	Kartoffeln
1	Karotte
100 g	Sellerie
1/2 l	Geflügel- oder Gemüsebrühe
1/4 l	Kokosmilch, ungesüßt
1 Stange	Zitronengras
1	Zucchini
8	Champignons
1	Schalotte
100 g	Lauch
2	Hähnchenbrustfilets, gewürfelt
1	Tomate, geschält und gewürfelt
1 Spritzer	thailändische Fischsauce
1 TL	Ingwer, frisch gerieben
1 TL	Thaicurry
1 Bund	Thaibasilikum, fein geschnitten
1 Bund	Koriander, fein geschnitten

Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden, Karotte und Sellerie schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Brühe mit der Kokosmilch aufsetzen und aufkochen lassen. Kartoffeln, Karotten und Sellerie dazugeben. Zitronengras fein schneiden und zugeben. In der Zwischenzeit Zucchini, Champignons und Schalotte in feine Scheiben, Lauch in feine Ringe schneiden und alles zugeben, fast weich kochen, dann die Fleischwürfel und Tomatenstücke zugeben und noch einige Minuten ziehen lassen.

Den Eintopf mit Fischsauce, Ingwer und Thaicurry abschmecken und zuletzt die Kräuter untermischen.

Index:

A

Artischockenböden mit pochierten Eiern und Basilikum-Sauce, 165

B

Baguette mit selbst gebeiztem Lachs, 106
Bärlauch-Garnelen-Suppe, 72
Berliner Kartoffelsuppe, 20
Birnenspieß mit Gorgonzola, 185
Blumenkohl mit Schnittlauchbrösel-Kartoffeln, 95
Bratwurstschnecke mit Apfel-Blaukraut, Stampfkartoffeln und, 98
Brik a'l oeuf mit Harrisa-Mayonnaise, 70
Bunter Fischeintopf, 189
Bunter Frühlingskartoffelsalat, 85

C

Cannelloni mit Gemüsefüllung und Tomatensauce, 191
Cocktail von Spargelmousse und Spargelsalat, 103
Cordon bleu vom Schwein mit Kroketten und Rucola-Dip, 91
Curryfrikadelle mit Mayo und dicken Fritten, 96
Curry-Soufflé mit Orangen-Ingwer-Ragout, 45

D

Dorade en papillote, 190
Dorschfilet mit Basilikumtomaten, 187

E

Englische Teesandwiches, 104
Entenbrüstchen mit Rote Beete-Lebkuchen-Sauce, 240
Entenfrikadellen mit Blaukraut, 53
Entenkeule mit Walnüssen, Granatapfelkernen und roter Zwiebel geschmort, mit Sesampastinaken und Reisplätzchen, 197
Entenragout mit Kartoffelkroketten, 22

F

Feta-Tortellini, 151
Filetspitzen Stroganoff, 117
Fish & Chips, 147
Fladenbrot mit gebratenem Lammhackfleisch, 108
Forelle mit Nuss-Sauce und geröstetem Weißkohlgemüse, 235
Forellenfilet mit schwedischer Senfsauce, 19
Forellenfilet mit Senfkruste an grünem Salat, 175
Forellenfilet mit Zitrone und Kapern, 159
Forellentatar im Reisblatt gebraten, 81
Früchtebrot, 233

G

Gebackener Ziegenkäse mit Feigenvariationen, 166
Gebackenes Sesamknusperei auf Blattspinat mit Parmaschinken-Spargel-Vinaigrette, 68
Gebratene Entenbrust auf weißen Bohnen in Knoblauch-Sahne-Sauce, 238
Gebratene Kräutergambas mit Honigchicorée, 242
Gebratene Walnuss-Spätzle, 236
Gebratener Käsespieß, 183
Gebratener Rettich aus dem Wok, 113
Gebratener Zander mit gefüllter Rote Bete und Meerrettich, 252
Gedämpfter Rotbarsch mit Ingwer und Zitronengras, 44
Gedeckter Sauerkrautkuchen, 38

Geflügelleber gebraten mit Radicchio, Orangen und Nüssen, 5, 264
Geflügelleber mit glacierten Melonen, 168
Geflügelroulade in Currysauce, 213
Geflügelsalat mit jungen Erbsen, 86
Gefüllte Auberginen mit Lammfrikadellen, 119
Gefüllte Kartoffelknödel, 23
Gefüllte Kohlrabi mit Bulgur, 121
Gefüllte Kürbisse, 219
Gefüllte Paprikaschoten, 118
Gefüllte Zucchini mit Ziegenkäse, 120
Gefüllter Chicorée im Schweinenetz, 51
Gegrillte Kaninchenkeulen, 125
Gegrillte Lachsforelle auf Fenchelsalat, 124
Gegrillte Makrele mit Sauerrahmdip, 127
Gemüse-Couscous-Gratin, 179
Gemüse-Fisch-Lasagne, 39
Gemüse-Geflügeleintopf mit asiatischen Kräutern, 265
Gemüse-Kräuter-Suppe unter der Blätterteighaube, 43
Gemüsequiche, 263
Gemüsereis mit Hähnchenspießen, 192
Gemüsesalat mit gekochter Rinderwade und Zitronendressing, 87
Gemüsesalat mit grüner Meerrettich-Vinaigrette, 142
Gemüseschaschlik, 126
Gemüsesülze mit Fenchel und Paprika, 137
Gepresste Spanferkelsülze, 134
Gerollte Schweinelendchen vom Grill, 123
Geschmorte Lammhaxen auf orientalische Art, 223
Geschmorte Lammschulter mit Olivenfüllung, 155
Geschmortes Rindfleisch mit Tomaten und dicken Bohnen, 163
Geschmortes Wintergemüse mit Pastinaken und Bamberger Hörnchen, 226
Geschnetzelte Entenbrust mit Weintrauben, 214
Gestürzter Reispudding mit Rhabarberkompott, 77
Glarner Knöpfe mit gerösteten Birnen, 56
Gulasch mit Pilz-Semmelknödel, 97
Gyros mit Tsatsiki, 160

H

Hackfleisch-Kartoffelauflauf mit Karottensauce, 193
Hähnchen mit Honig und Ingwer gebraten, 244
Hähnchenbrust mit Senfrüchten und Sauce von violetter Senf, 173
Hähnchenbrustfilet mit Spinat und Gorgonzola gratiniert, Tomatenspaghetti, 99
Hähnchenbrust-Panini mit Kräuter-Mayonnaise, 107
Hähnchencurry Madras, 31
Hähnchen-Fajitas, 215
Hechtklößchen mit Rote Bete-Nocken und grünen Nudeln, 255
Hirschgeschnetzeltes mit Preiselbeerknödeln, 204
Hühnerbrust im Pilzcrêpe, 212
Hühnerbrust in Retsina-Traubensauce mit gefüllten Weinblättern, 161

I

Ingwerhähnchen, 46
Ingwerkekse, 233

J

Jüdische Entensuppe, 47

K

Kabeljauspieße, 182
Kalbshamburger mit Gurken, 146
Kalbsleberknödel mit Zwiebelsauce, 209
Kalbsragout mit Jakobsmuscheln und Früchtecurry, 241
Kalbsrouladen mit Selleriepüree und Rosenkohl, 260
Kalbsrücken mit Rucolasalat und Kapuzinerkresseblüten, 128
Kalbsschnitzel mit Parmesan-Croustillant, 82

Kalbsschulter mit Schwarzwurzelgemüse, 224
Kaninchengeschnetzeltes mit Salbei und Tomate, 114
Kaninchenrücken in Ysopmantel mit Kürbispüree und Kernölpesto, 237
Karlsruher Wildschweinpastete mit Backpflaumen, 27
Kartoffelauflauf mit gratinierten Kräutern, 83
Käse-Schinken-Pfannkuchen, 227
Käsetarte, 230
Kasselerrücken mit Rübchengemüse, 248
Kichererbsencurry, 33
Knieperkohl, 11
Knuspersternchen, 234
Knusprige Nudelpäckchen mit Mangold- und Ricottafüllung und frischer Tomatensauce, 139
Königsberger Klopse, 49
Königsberger Klopse von der Forelle, 210
Kräuter-Frischkäse-Ravioli, 54
Kräuternudeln mit Piccata vom Kalb, 148
Kräuterquarkmousse mit Rohkostsalat, 55
Kräutersuppe mit Kartoffeln, 61
Krautwickel mit Käse überbacken, 231
Kürbis-Curry-Tarte, 217
Kürbis-Kartoffel-Agnolotti, 218
Kürbis-Kartoffel-Auflauf, 216
Kürbispfannkuchen mit Apfelkompott, 194
Kürbissüppchen mit gebackenem Thunfisch, 220

L

La Ped vom Hähnchen, 48
Lachs in Sauerampfersauce, 62
Lachsröllchen mit Spargel gefüllt auf Sauce Bernaise, 101
Lachsspieß mit Limone, Bohnenkernen, Ingwer und Karottenjus, 186
Lachs-Wirsing-Roulade mit Champagnersauce und Wildreis, 262
Lackierter Schweinebraten auf Spitzkohl, 80
Lammcurry, 34
Lammkarree mit Curry-Brombeer-Sauce mit Kartoffel-Physalis-Gratin, 239
Lamm-Mandel-Pilaw, 78
Lammschulter mit Senfkruste, 171
Landente mit gefülltem Wirsing, 211
Lauch-Frischkäse-Knödel mit Käsesauce, 207
Linsencurry mit Tofu in Sesamkruste, 32
Linseneintopf mit Mett-Enden, 93

M

Macadamia-Knuspertaler, 234
Matrosenschnitzel mit Kartoffelpüree, 195
Mediterrane Artischockentarte, 110
Miesmuscheln im Gemüsesud mit Senfsauce, 17
Mit Knoblauch und Thymian geschmorte junge Artischocken, 109
Morchel-Royal mit Croustade, 64
Moussaka, 36

O

Ofenschlupfer vom Osterzopf, 75
Orangen-Reis mit Mandel-Hackbällchen, 50
Ossobuco, 225

P

Panierter Rotbarsch mit Speckkartoffeln und roter Remoulade, 94
Parfait von grünem Spargel mit Tomaten-Spargel-Vinaigrette, 59
Perlhuhn mit Pilzen gefüllt in Balsamicosauce, Rosenkohl und Kartoffelknödel, 257
Pfannengerührtes aus dem Wok mit gebackenen Hähnchenbruststreifen, 90
Pfannkuchenauflauf, 37
Pfannkuchenrouladen mit Spinat und Pilzen, 261
Pfirsich-Vanille-Sülze, 133
Pilz-Spinat-Lasagne, 148

Piroschki, 26
Pochierter Romanasalat in Gesellschaft von jungem Gemüse, Frühlingskräutern und Trompetenpilzen, 88
Polenta-Bruschette, 170
Pot au feu von Gemüse und Entenbrust, 254
Provenzalischer Lammbraten mit Bohnen-Tomaten-Pot-au-feu, 73

R

Rahmsuppe von Süßkartoffeln und Ingwer, 21
Rehgeschnetztes mit Pastinaken, 249
Reisbällchen mit Garnelen gefüllt und Ingwersauce, 205
Ricotta-Lebkuchen-Soufflé mit Honig-Sauce, 246
Rigatoni mit Mangold-Gorgonzolasauce, 229
Rinderrücken Strindberg, 18
Rindsroulade mit Rotkraut, 13
Risotto alla milanese mit Saltimbocca vom Seeteufel, 76
Risotto mit Kräuterblüten, 130
Risotto mit Waldpilzragout, 180
Risotto vom Schwarzen Reis, 79
Rosenblüten-Kaiserschmarren mit Vanillecreme, 131
Rotbarbe im Thymian-Safran-Sud, 188
Rotbarschküchle im Wirsingblatt, 42
Rote Bete-Salat mit Honig-Schalotten, 12
Rote Zwiebeln mit Hähnchenragout gefüllt, 122
Rouladen vom Wildschweinrücken in Honigsauce, 243

S

Saibling in Senf-Riesling-Sud mit Wurzelgemüse, 174
Salat von jungen Kräutern mit gebratenem Kaninchen, 63
Salat von Pfirsich und Fenchel mit Räucherforellenmousse, 167
Salattempura mit Soja-Vinaigrette, 89
Salbeipolenta mit Kalbsschulter in Zitronensauce, 169
Sardinen mit gefüllten Zucchini Blüten, 132
Sauerbraten von der Rehkeule mit Serviettenknödeln, 199
Scampi im Kartoffelstroh, 24
Schälrippchen mit Speck-Kraut-Salat, 10
Schichtauflauf von Gemüse mit Rouille, 144
Schinkenpastete, 29
Schnelles Mango-Scampi-Curry, 145
Schnittlauch-Rührei mit Forellenkaviar im Räucherlachs, 66
Schweinebäckchen in Olivenöl geschmort auf Kohl und Rüben, 7
Schweinebraten mit Malzbierkruste, 9
Schweinebraten mit Zwiebel-Kräuterkruste, 35
Schweinefilet auf sizilianische Art mit Tomaten und Kapern, 157
Schweinefiletspieß in Paprikasauce, 184
Schweinelendchen im Knusperpäckchen, 84
Schweinelendchen mit süß-saurer Honigsauce, 245
Schweinsvögerl mit glacierten Ingwer-Möhren, 250
Seelachsfilet mit Tomaten und pürierten Artischocken, 112
Seeteufel-Curry-Geschnetztes, 116
Selleriecremesuppe mit Lachscroutons, 251
Senfsuppe mit Kalbfleischklößchen, 176
Sesam-Lamm-Bällchen, 52
Spaghetti al Ragu, 92
Spaghetti mit Scampi-Bolognese, 152
Spaghettini mit Zwergtomaten und Sardellen, 150
Spanische Crostadas mit Manchego und italienische Bruschette, 105
Spargel-Erdbeer-Dessert mit weißer Schokoladenmousse, 100
Spargelgratin, 102
Spargelsalat mit Maispouardenbrust, 71
Spinat-Maultaschen, 41
Strudel von Paprika, Tomaten und Schafskäse, 178
Sülze von der Berliner Weißen mit Matjessalat, 3, 138

T

Tafelspitz mit Senfkruste, 16

Tagliatelle mit Pilzen, Tomaten und Rucola, 177
Tellersülze von der Rinderzunge, 136
Terrine von Lachs und Hecht, 25
Tintenfischsalat mit Limonendressing, 162
Tiroler Faschingskrapfen, 40
Topfenknödel mit Bergkäse, 57
Topinambursuppe mit Käsewürfeln, 14
Törtchen von jungem Spinat auf Spinatsalat, 60
Törtchen von Sauerkraut mit Blutwurst und Kartoffelrosette, 4, 203

V

Variationen vom Blumenkohl, 141

W

Warme Sauerkrautpastetchen mit Zander, 30
Weißer Bohneneintopf mit geräuchertem Aal, 15
Weißer Heilbutt mit grüner und schwarzer Tapenade, 158
Whisky-Geschnetzertes, 115
Wildschweingulasch, 222
Wildschweinroulade mit Maronen-Rotkraut und Schupfnudeln, 201
Williamsbirne mit weihnachtlichen Gewürzen mariniert, Vanilleschaum und Cassis-Sauce, 259
Winterlicher Salat mit Rehrückenfilet und Nusskruste, 253

Z

Zanderfilet auf Kürbisgemüse mit Pesto-Gnocchi, 196
Zanderfilet in Zitronenschaumsauce mit Lauchgemüse, 67
Ziegenfrischkäseflan mit Kartoffel-Paprika-Sauce, 58
Ziegenkäse mit Thymian und Honig im Filoteig gebacken, 228
Zucchinirahmsuppe mit Ringelblumen und Gänseblümchen, 129
Zwetschgen-Knödel, 181