



### Folge 3: Die Kräuterfarm aus Willich

## Rezepte von Christiane Thees

*Alle Mengenangaben für sechs Personen*

### Vorspeise: Salatblume mit Zucchinifrischkäseröllchen in Filoteig



#### **Zutaten:**

360 g gemischten Schnittsalat  
3 Zucchini (klein)  
Filoteig (aus dem Kühlregal)  
200 g Ziegenfrischkäse  
75 g Creme fraiche  
Öl, Essig,  
Agavendicksaft, etwas Honig  
Salz, Pfeffer  
Rosmarin

Essbare Blüten (z.B. Kapuzinerkresse,  
Schnittlauchblüten, Borretsch  
Blüten oder Zitronentages) 3 Himbeeren

#### **Zubereitung:**

Zucchini mit einem Schäler in 12 dünne Streifen schneiden, in etwas Öl und ein paar Rosmarinnadeln in der Pfanne von beiden Seiten scharf anbraten. Vom Herd nehmen, etwas ziehen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen

Salat putzen, auf dem Teller wie eine Blume anrichten.

Filoteig in 12x12 cm Quadrate schneiden, 3 Quadrate über Kreuz legen und jeweils in einem Muffinförmchen zu einem Törtchen backen (180 Grad; 3-4 Min.)

Die übrigen Rosmarinnadeln fein hacken. Den Frischkäse, die Crème fraiche, den gehackten Rosmarin, den Honig, Salz und Pfeffer cremig rühren. Die Frischkäsecreme auf die Zucchinistreifen streichen und die Zucchini aufrollen. Je 3 Röllchen in jedes Filoteigtörtchen stellen.

Die Himbeeren zerdrücken und mit Essig, Olivenöl, Agavendicksaft, Salz und Pfeffer zu einem Dressing verrühren. Das Dressing über den Salat träufeln. Die Törtchen in die Mitte der Salatblumen stellen und das Ganze mit den Blüten garnieren.



## Hauptgang: Gefüllte Hähnchenbrust mit Kräuterkruste, mediterranen Bandnudeln und Zuckerschoten



### Zutaten:

#### Für die Nudeln:

150 g Hartweizengrieß  
 350 g Mehl  
 5 Eier  
 Salz  
 3 TL getrocknete mediterrane Kräuter (z. B. Salbei, Rosmarin, Oregano, Thymian)

#### Für die Sauce:

2 Schalotten  
 3 Stiele Estragon  
 1 EL Olivenöl  
 1 Schuss Weißwein  
 500 g Sahne

#### Für die Zuckerschoten:

300 g Zuckerschoten  
 30 g Butter  
 Salz, Pfeffer aus der Mühle  
 1 EL Puderzucker

#### Für Hähnchen und Kruste:

6 Hähnchenbrustfilets (à 150 g)  
 50 ml Olivenöl  
 Salz, Pfeffer aus der Mühle  
 2 Kugeln Mozzarella (à 125 g)  
 1 Handvoll Basilikumblätter  
 ca. 200 g gemischte Kräuter (z. B. Petersilie, Schnittlauch, Zitronenmelisse, Sauerampfer, Pimpinelle, Kerbel, Borretsch, Dill, Rucola)  
 100 g Weißbrot vom Vortag  
 100 g Butter  
 80 g Cashewkerne  
 60 g Parmesan  
 2 EL Öl zum Braten

### Zubereitung:

Am Vortag für die Nudeln das Mehl, den Grieß, die Eier, 2 TL Salz und die getrockneten Kräuter zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig 30 Minuten ruhen lassen. Anschließend mit der Nudelmaschine zu Platten auswalzen. Die Platten in Bandnudeln schneiden und auf einem Küchentuch ausgebreitet über Nacht trocknen lassen.

Am nächsten Tag für die Sahnesauce die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Den Estragon waschen und trocken tupfen, die Blätter abzupfen und fein schneiden. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Schalotten darin andünsten. Mit dem Wein ablöschen und etwas einköcheln lassen. Die Sahne dazugeben und einköcheln lassen. Den Estragon unterrühren und die Sauce zugedeckt warm halten.

Für das Hähnchenbrustfilet das Fleisch waschen und trocken tupfen. In jedes Filet auf einer Seite eine Tasche schneiden. Das Olivenöl, Salz und Pfeffer in eine Auflaufform geben und die Filets darin marinieren.

Den Mozzarella in kleine Würfel schneiden, das Basilikum fein hacken



und beides vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Kruste die gemischten Kräuter waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. Das Weißbrot im Blitzhacker zerkleinern. Die Butter zerlassen, die Cashewkerne hacken und den Parmesan reiben. Alle Zutaten mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Die Hähnchenbrustfilets mit der Mozzarella-Basilikum-Mischung füllen und mit Rouladennadeln fixieren. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Hähnchenbrustfilets darin bei starker Hitze auf beiden Seiten anbraten. Herausnehmen und in die Auflaufform legen. Die Kräuter-Brot-Nuss-Mischung darauf verteilen.

Die Sahnesauce durch ein Sieb gießen und die Hälfte neben das Fleisch in die Form gießen, die übrige beiseitestellen. Die Hähnchenbrustfilets im Ofen auf der mittleren Schiene 20 bis 25 Minuten garen.

Inzwischen die Zuckerschoten putzen und waschen. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zuckerschoten darin schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit dem Puderzucker bestäuben und karamellisieren. Die Bandnudeln in kochendem Salzwasser 4 bis 5 Minuten garen, in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

Die Hähnchenbrustfilets aus dem Ofen nehmen, in Scheiben schneiden und auf Teller verteilen. Die Nudeln und die Zuckerschoten daneben anrichten und die übrige Sauce über die Nudeln geben.

## **Dessert: Erdbeer-Rhabarber-Ragout mit Erdbeereis und Baked Brownie**



### **Zutaten:**

#### Für das Eis:

300 g tiefgekühlte Erdbeeren  
100 g Puderzucker  
250 g Naturjoghurt  
1 TL Zitronensaft

#### Für das Ragout:

150 g Zucker  
1/2 TL Vanillearoma  
500 g Rhabarber  
150 g Erdbeeren

#### Für die Brownies:

50 g Mehl

Salz

1 TL Kakaopulver  
100 g Zartbitterschokolade  
75 g Butter  
1 TL espressopulver (Instant)  
100 g Zucker  
3 Eier (Größe S)  
1/2 TL Vanillearoma  
1 Päckchen Vanillezucker

#### Außerdem:

150 g Erdbeeren zum Anrichten  
Zitronenmelisse oder Minze zum Garnieren



### **Zubereitung:**

Für das Erdbeereis die tiefgekühlten Erdbeeren, den Puderzucker, den Joghurt und den Zitronensaft mischen und in der Eismaschine zu Eis verarbeiten. Auf sechs kleine Silikonförmchen verteilen und im Tiefkühlfach etwa 4 Stunden gefrieren.

Inzwischen für das Erdbeer-Rhabarber-Ragout den Zucker mit 150 ml Wasser in einem Topf zu Läuterzucker kochen. Das Vanillearoma unterrühren. Den Backofen auf 140 °C vorheizen. Den Rhabarber putzen, waschen, schälen und schräg in etwa 3 cm lange Stücke schneiden. Den Rhabarber in eine flache ofenfeste Form geben. Den Läuterzucker darübergießen und die Form mit Alufolie bedecken. Den Rhabarber im Ofen auf der mittleren Schiene 15 bis 20 Minuten garen. Die Form herausnehmen und den Rhabarber im Sud über dem kalten Wasserbad herunterkühlen. Die Erdbeeren waschen, putzen und in Scheiben schneiden, unter den Rhabarber mischen.

Für die Brownies den Backofen auf 180 °C vorheizen. Das Mehl mit 1 Prise Salz und dem Kakaopulver mischen. Die Schokolade mit der Butter und dem Espresso über dem heißen Wasserbad schmelzen. Den Zucker dazugeben und rühren, bis er sich aufgelöst hat. Erst 1 Ei, dann die übrigen Eier hinzufügen und unterrühren. Das Vanillearoma und den Vanillezucker dazugeben und alle Zutaten gründlich verrühren.

Den Teig in eine rechteckige ofenfeste Form gießen und im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 20 Minuten backen. Mit einem Holzstäbchen hineinstecken, es sollte noch etwas Teig daran kleben. Die Form herausnehmen und die Brownies abkühlen lassen. Aus der Form lösen und in schmale Streifen schneiden.

Das Erdbeereis aus den Förmchen auf Teller stürzen. Die Erdbeeren waschen, putzen und in Scheiben schneiden, mit dem Ragout am Rand anrichten. Einige Brownie-Streifen danebenlegen. Das Dessert mit Zitronenmelisse oder Minze garnieren und sofort servieren.

**Guten Appetit!**