



Folge 1: Die Holzbildhauerin vom Hof

Rezepte von Gesa Wilmsmann

Vorspeise: Feine Kürbiscremesuppe



Zutaten für 6 Personen:

1 Hokkaidokürbis
ca. 200 g Kartoffeln
ca. 100 g Möhren
Wasser
etwas Frischkäse
Öl
2 Zehen Knoblauch
5 Blätter Liebstöckel
2 Blätter Salbei
ca. 15 Nadeln Rosmarin
Salz
frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung:

Knoblauch kleinschneiden, in Öl leicht anschwitzen. Wasser, gewürfelte Kürbis, Kartoffeln und Möhren zugeben. Kräuter - fein geschnitten - dazugeben und schließlich das Salz und den Pfeffer. Das Gemüse garkochen und mit dem Passierstab passieren. Nach Geschmack mit dem Frischkäse verfeinern.



Hauptspeise: Lamnbraten mit leichtem Gemüse



Zutaten für 4 Personen:

- 1 Lammkeule (mit oder ohne Knochen)
- Öl
- 4 Tomaten
- 2 Karotten
- 4 Schalotten oder Zwiebeln
- 8 Zehen Knoblauch
- 2 Zweige Thymian oder mehr
- 2 Zweige Rosmarin
- ½ l Rotwein
- 1 TL Tomatenmark
- ½ Tasse Weißwein
- 1 Tasse Lammfond
- 1 EL Butter
- Pfeffer, aus der Pfeffermühle oder Körner mörsern
- 1 - 2 TL Tomatenmark
- 1 kleines Gläschen Noilly Prat

Für die Beilagen:

- 12 mittelgroße Kartoffeln
- 350 g Bohnen
- 2 kleine Zucchini
- 4 mittelgroße Möhren

Zubereitung:

Die Möhren schälen und in dünne Scheiben schneiden, die Tomaten vierteln oder achteln, die Schalotten schälen und klein hacken, die Knoblauchzehen ungeschält zerdrücken.

Die Lammkeule sorgfältig von allem Fett und allen Häuten säubern. In einem schweren Schmortopf oder Bräter etwas Olivenöl erhitzen und darin die Keule sanft und geduldig von allen Seiten hellbraun anbraten. Das dauert ungefähr 15 bis 20 Minuten. Dabei gründlich salzen und mit grob gemörsertem schwarzen Pfeffer bestreuen.

Die Keule herausnehmen, das Bratöl abgießen, 1 EL frische Butter in den Schmortopf geben und das vorbereitete Gemüse darin andünsten. Umrühren und mit Salz und Pfeffer sehr kräftig abschmecken.

Die Rosmarin- und Thymianzweige auf das Gemüse legen und darauf die Lammkeule betten. Mit einer ½ Tasse Weißwein angießen und ohne Deckel in den auf 80° C vorgeheizten Ofen schieben. Die 80° C sollten möglichst eingehalten werden .

Die Bratzeit beträgt zwischen 5 und 7 Stunden - dabei kommt es auf eine Stunde nicht an.

Soße: Auf dem Herd das Gemüse im Schmortopf erhitzen, mit ½ l Rotwein ablöschen und etwas Lammfond zugeben. 10 Minuten köcheln lassen, dann durch ein Sieb in einen anderen Topf gießen, dabei das Gemüse mit einem Holzlöffel ausdrücken, anschließend auf dem Herd reduzieren und zur Sauce abschmecken. Nach Geschmack etwas frischen Thymian zugeben, 1 bis 2 TL Tomatenmark, 1 kleines Gläschen Noilly Prat, wieder einkochen und wieder abschmecken.

Beilagen:

Rosmarinkartoffeln: Pellkartoffeln kochen, pellen, achteln, in heißem Öl knusprig braun anbraten, mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen, Rosmarin hacken und mit anbraten.

Bohnen: Bohnen waschen, Enden abschneiden, Zwiebel würfeln und in Öl andünsten, Bohnen zugeben, salzen, wenig Wasser zugeben. Die Bohnen bissfest garen.

Zucchini: Zucchini in dünne, gleichmäßige Scheiben schneiden. In einer großen Pfanne Öl erhitzen, die Zucchini mit Salz und Pfeffer würzen und schön anbraten.

Möhren: Möhren in 3mm dicke Scheiben schneiden, mit wenig Wasser angießen, salzen, bissfest garen und einem ordentlichen Stück Butter verfeinern.



Dessert: Grießflammerie mit roter Beerengrütze



Zutaten für 6 Personen:

$\frac{3}{4}$ l Milch

ca. 100 g Vollkorngrieß

ca. 50g Zucker

geriebene Schale von einer unbehandelten Zitrone

Bourbonvanille, gemahlen

Für die Beerengrütze:

250 ml Kirsch- oder Himbeersaft

200 g Schattenmorellen

100 g Himbeeren (frisch oder gefroren)

80g Brombeeren (frisch oder gefroren)

50 g Blaubeeren

15 g Speisestärke

50 g Zucker

Zubereitung:

$\frac{3}{4}$ l Milch mit einem Milchwächter erhitzen. Sobald der Wächter beginnt zu klappern, kann der Wächter entnommen und ca. 100 g Vollkorngrieß eingerührt werden. Jetzt Ca. 50g Zucker, geriebene Schale von einer unbehandelten Zitrone und gemahlene Bourbonvanille hinzugegeben. Nun den Brei in die Wunschform gießen und erkalten lassen.

Beerengrütze: Kirsch- oder Himbeersaft in einem Topf erhitzen.

Speisestärke und 50g Zucker mit 4EL von dem Saft anrühren und in den Saft rühren sobald dieser aufgeköcht hat. Schattenmorellen, Himbeeren, Brombeeren, Blaubeeren unterrühren und nach Belieben entweder noch warm oder erkaltet über den Grießflammeries anrichten.