



HERZHAFTE

Herbstküche

CLAUDIA SEIFERT | SABINE HANS



| | |
|------------|-----------------------------------|
| | Herbstzeit |
| 9 | Ein Wort vorweg |
| | Farbspiele |
| 11 | Vorspeisen und Salate |
| | Satte Pracht |
| 50 | Suppen und Eintöpfe |
| | Bunte Ernte |
| 71 | Vegetarische Hauptgerichte |
| | Hauptsachen |
| 95 | Fleisch und Fisch |
| | Saftig und reif |
| 121 | Süßes |
| | Erntedank |
| 154 | Saisonkalender |
| 158 | Verzeichnis der Rezepte |







< Bunte-Bete-Carpaccio mit Granatapfel, Kürbiskernen und Crème fraîche

¼ Granatapfel
2 EL Kürbiskernöl
40 g Kürbiskerne
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
50 g Crème fraîche
1 EL Zitronensaft
4 EL Grenadine-Sirup
grobes Meersalz
bunter Pfeffer aus der Mühle
250 g Bunte Bete (alternativ Rote Bete),
in hauchdünne Scheiben geschnitten,
am besten mit einer Aufschneidemaschine

Zubereitungszeit: 25 Minuten

1. Den Granatapfel aufbrechen und die Kerne herauslösen. Das Kürbiskernöl in einer Pfanne erhitzen, die Kürbiskerne und den Knoblauch rösten. Crème fraîche, Zitronensaft und 2 EL Grenadine Sirup verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Die Bunte Bete auf einer großen Platte anrichten, Kürbiskerne und Granatapfelkerne darauf verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Crème fraîche und 2 EL Sirup darauf verteilen.

<< Ziegenkäse mit Ingwer- Brombeeren und Roggen-Blättern

100 g Mehl
100 g Roggenmehl
15 g frische Hefe, zerbröckelt
5 EL Olivenöl
Salz
30 g frische Ingwerwurzel,
geschält und fein gerieben
400 g Brombeeren
4 TL Zucker
150 g Ziegenkäserolle
30 g gehackte Pistazien

Zubereitungszeit: 50 Minuten (ohne Gehzeit)

1. Für den Teig der Roggenblätter Mehl, Roggenmehl, Hefe, 75 ml lauwarmes Wasser, 2 EL Olivenöl, 1 TL Zucker und Salz mit den Knethaken des Handrührgeräts zu einem glatten Teig verarbeiten. Mit einem Tuch abdecken und an einem warmem Ort 30 Minuten gehen lassen.
2. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen, den Ingwer anschwitzen. Die Brombeeren und 3 TL Zucker hinzufügen und kurz schwenken. Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche ausrollen, aus dem Teig 4 Ahornblätter schneiden (am besten ein Originalblatt als Ausschneidehilfe benutzen).
3. 2 EL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, die Blätter und die Ausschnittreste von jeder Seite 3 Minuten bei mittlerer Hitze braten. Ziegenkäserolle in 4 Scheiben schneiden, mit Brombeeren, Pistazien und Blättern servieren.

Artischocken gefüllt mit Champignons und Käse

2 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
1 Zweig Rosmarin, fein gehackt,
oder 1 TL getrockneter Rosmarin
2 Scheiben Schinken, fein gewürfelt
300 g Champignons, fein gewürfelt
60 g Crème fraîche
Salz | Pfeffer aus der Mühle
gemahlener Piment
2 Dosen Artischockenböden, gut abgetropft
70 g Parmesan, fein gerieben

Zubereitungszeit: 25 Minuten

1. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch, Rosmarin, Schinken und Champignons 5 Minuten braten. Die Crème fraîche daruntermischen. Mit Salz, Pfeffer und Piment würzen.

2. Die Artischockenböden in eine feuerfeste Form setzen. Die Pilzmasse auf die Böden verteilen und mit dem Parmesan bestreuen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad (mit Umluft bei 180 Grad) 10 Minuten backen.

Dazu passt Bauernbrot.







<< Petersilienwurzelsuppe mit Sanddorn und gerösteten Kürbiskernen

5 EL Olivenöl
2 Zwiebeln, fein gewürfelt
500 g Petersilienwurzel, geschält, grob gewürfelt
250 g Kartoffeln, geschält, grob gewürfelt
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
1 l Gemüsebrühe
200 ml Schlagsahne
30 g Kürbiskerne
grobes Meersalz | Pfeffer aus der Mühle
frisch geriebene Muskatnuss
20 g Sanddornmark, ungesüßt
(aus dem Reformhaus)

Zubereitungszeit: 40 Minuten

1. 3 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln, Petersilienwurzel, Kartoffeln und Knoblauch darin andünsten. Mit Gemüsebrühe und Sahne ablöschen. Bei mittlerer Hitze zugedeckt 15 Minuten köcheln lassen.
2. In einer Pfanne nochmals 2 EL Olivenöl erhitzen, die Kürbiskerne 3 Minuten darin anrösten und mit etwas Meersalz würzen.
3. Die Suppe mit dem Pürierstab oder im Mixer fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Mit dem Sanddornmark beträufelt und mit den Kürbiskernen bestreut servieren.

< Maronensuppe mit Amarettosahne und Hähnchenbrust

3 EL Olivenöl
1 Zwiebel, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
2 Zweige Thymian, fein gehackt,
oder 1 TL getrockneter Thymian
500 g Kartoffeln, geschält, geviertelt
200 g geschälte, vorgegarte Maronen,
in Scheiben geschnitten
50 g gemahlene Mandeln
½ l Gemüsebrühe
200 ml Schlagsahne
30 ml Amaretto
2 Hähnchenbrüste (je 160 g)
Salz | schwarzer Pfeffer aus der Mühle
1 Messerspitze gemahlener Piment

Zubereitungszeit: 40 Minuten

1. 1 EL Öl in einem großen Topf erhitzen, Zwiebel, Knoblauch und Thymian andünsten. Kartoffeln, Maronen, Brühe, Mandeln und 100 ml Sahne hinzufügen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 35 Minuten kochen lassen.
2. Die restlichen 100 ml Sahne halbsteif schlagen und den Amaretto darunterziehen.
3. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Hähnchenbrust 5 Minuten rundherum braten. Mit Salz, Pfeffer und Piment würzen. In dünne Scheiben schneiden.
4. Die Suppe mit dem Pürierstab oder im Mixer fein pürieren. Mit Hähnchenbrust und Sahne servieren.

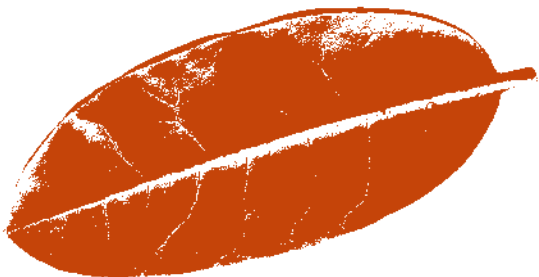
Steinpilzsuppe mit Cranberries und Sherrysahne >

20 g getrocknete Steinpilze
30 g Butter
1 Zwiebel, fein gewürfelt
1 Zweig Rosmarin, fein gehackt,
oder ½ TL getrockneter Rosmarin
100 g Kartoffeln, geschält, gewürfelt
200 g Steinpilze
oder ersatzweise Champignons,
geputzt und je nach Größe halbiert
300 ml Gemüsebrühe
250 ml Schlagsahne
Salz | weißer Pfeffer aus der Mühle
2–3 TL Limettensaft
30 ml Sherry
20 g Zucker
50 g Cranberries
2 EL Olivenöl

Zubereitungszeit: 50 Minuten

1. Die getrockneten Steinpilze in 400 ml lauwarmem Wasser 30 Minuten einweichen.
2. 20 g Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebel, Rosmarin und Kartoffelwürfel bei mittlerer Hitze andünsten. Die eingeweichten Steinpilze samt Einweichwasser sowie die Hälfte der frischen Steinpilze hinzufügen und 3 Minuten dünsten. Dann die Gemüsebrühe und 150 ml Sahne hinzufügen. Zugedeckt 25 Minuten kochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Limettensaft würzen. Mit dem Pürierstab oder im Mixer fein pürieren.
3. Die restlichen 100 ml Sahne halbsteif schlagen, den Sherry hinzufügen.
4. 10 g Butter mit dem Zucker erhitzen und die Cranberries 3 Minuten darin schwenken.
5. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, die restlichen 100 g Steinpilze darin bei starker Hitze 2–3 Minuten braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Suppe mit Cranberries, Pilzen und der Sahne servieren.

Dazu passt Baguette.









Buchweizen-Pilz-Risotto mit gebratenen Kräuterseitlingen

Buchweizen-Risotto

15 g getrocknete Steinpilze
1 Zwiebel, fein gewürfelt
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
2 Zweige Rosmarin, fein gehackt,
oder 1 EL getrockneter Rosmarin
2 EL Olivenöl
250 g Buchweizen
250 ml Gemüsebrühe
Salz | bunter Pfeffer aus der Mühle
2 Messerspitzen gemahlener Piment
geriebener Parmesan zum Bestreuen

Sauce

150 ml Schlagsahne
50 ml Gemüsebrühe
20 g Parmesan, gerieben
3 EL Olivenöl
400 g Kräuterseitlinge, geputzt, halbiert

Zubereitungszeit: 45 Minuten

1. Die getrockneten Steinpilze über Nacht in 600 ml Wasser einweichen. Das Einweichwasser abgießen und aufbewahren; die Steinpilze gut ausdrücken und fein hacken.

2. Zwiebel, Knoblauch und Rosmarin im Olivenöl andünsten. Den Buchweizen hinzufügen und kurz mitrösten. Mit der Gemüsebrühe und ½ l Einweichwasser von den Steinpilzen ablöschen. Zugedeckt 25 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen, dabei mehrmals umrühren. Mit Salz, Pfeffer und Piment würzen.

3. Für die Sauce die Schlagsahne mit der Gemüsebrühe und den restlichen 100 ml Einweichwasser von den Steinpilzen 5 Minuten offen köcheln lassen. Parmesan, Salz und Pfeffer hinzufügen und mit dem Pürierstab fein pürieren.

4. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Kräuterseitlinge rundherum 5 Minuten braten. Mit Salz, Pfeffer und Piment würzen. Den Buchweizenrisotto mit den Pilzen und der Sauce anrichten, mit Parmesan bestreut servieren.



Milchreis mit Ingwer-Preiselbeeren und Schokoladensauce

100 g Milchreis
150 g Zucker
1 l Vollmilch
1 Vanilleschote, Mark ausgekratzt

Schokoladensauce

2 Kapseln Kardamom
80 g Zartbitterschokolade
50 ml Schlagsahne

Ingwer-Preiselbeeren

70 g Zucker
150 g Preiselbeeren
10 g Ingwerwurzel, geschält, fein gerieben
100 ml Orangensaft

Zubereitungszeit: 45 Minuten

1. Den Milchreis mit 150 g Zucker, Milch, Vanilleschote und -mark in einem beschichteten Topf aufkochen. Bei milder Hitze 30 Minuten garen, dabei öfter umrühren.
2. Die Kardamomsamen aus den Kapseln lösen und fein mörsern. Die Schokolade mit Kardamom und Sahne erhitzen und gut verrühren.
3. Für die Preiselbeeren den Zucker in einem Topf bei milder Hitze karamellisieren. Die Preiselbeeren darin schwenken und den Ingwer hinzufügen. Mit Orangensaft ablöschen.
4. Den Milchreis mit Schokoladensauce und Preiselbeeren in Gläser oder Schalen schichten.





VERZEICHNIS DER REZEPTE

VORSPEISEN UND SALATE

- Apfel-Mozzarella-Salat**
mit grünem Pfeffer und Walnüssen | 25
- Artischocken**
gefüllt mit Champignons und Käse | 15
- Birnen-Fenchel-Chicorée-Salat** mit Nüssen | 32
- Bunte-Bete-Carpaccio** mit Granatapfel,
Kürbiskernen und Crème fraîche | 14
- Crostini** mit Endiviensalat und Steinpilzen | 29
- Dinkel-Zwiebel-Kuchen** mit Apfelmus | 19
- Feldsalat**, roter, mit Birnen
und gefüllten Datteln | 36
- Flammkuchen** mit Trauben, Zwiebeln
und Thymian | 24
- Focaccia**, Trauben-Bergkäse- | 33
- Herbstsalat** mit Trauben und
Schwarzbrot-Croustons | 18
- Herbstwurzelsalat** mit Parmesan
und Holunderbeeren | 25
- Kartoffelsalat**, warmer, mit Pinienkernen
und Artischocken-Chips | 37
- Kastanien-Stockbrot** | 41
- Kürbis** mit Ziegenkäse und
Ingwer-Gewürzmandeln | 29
- Kürbisscheiben**, gebraten, mit Mangold
und Cabanossi | 45
- Quitten**, gebacken, mit Ziegenkäse
und Kürbiskernöl | 44
- Rote-Bete-Apfel-Salat** mit gebackenem Schafskäse
in Nusskruste | 44
- Ziegenkäse** mit Ingwer-Brombeeren
und Roggenteigblättern | 14
- Ziegenkäse-Nussbrot**, überbacken,
mit Schlehen-Oliven | 41
- Zucchini, Kürbis und Hagebutten**
mit Schafskäse und Nüssen | 32
- Zwiebel-Holunder-Tartelettes** | 48

SUPPEN UND EINTÖPFE

- Endiviensuppe**
mit gehobelten Champignons | 68
- Kartoffelsuppe** mit Radicchio, Sardellen
und Kürbiskernöl | 58
- Kürbiseintopf** mit Maronen, Speck
und Buchweizen | 68
- Kürbissuppe** mit Nüssen, Trauben
und Käsestangen | 60
- Maronensuppe** mit Amarettosahne
und Hähnchenbrust | 54
- Minestrone** mit Knoblauchbrot
und Tomatencreme | 59
- Petersilienwurzelsuppe** mit Sanddorn
und gerösteten Kürbiskernen | 54
- Pilzeintopf** mit Nudeln und Pastinaken | 65
- Rindfleischeintopf** mit Steinpilzen, Mangold
und Crème fraîche | 64
- Steinpilzsuppe** mit Cranberries
und Sherrysahne | 55
- Zwiebel-Birnen-Suppe**, überbackene | 64

HAUPTGERICHTE VEGETARISCH

- Annakartoffeln** mit Herbstpilzen
und Röstzwiebeln | 89
- Bohnen-Champignon-Gemüse** mit Borretsch
und Kartoffeln | 72
- Buchweizennudel-Gratin** mit Gemüse-Bolognese
und Pinienkernen | 81
- Buchweizen-Pilz-Risotto**
mit gebratenen Kräuterseitlingen | 77
- Buchweizen-Tarte** mit Pilzen, Ingwer
und Kürbis | 92
- Kartoffeln, Süßkartoffeln und Rote Bete**,
in der Salzkruste gegart, mit Steinpilzbutter | 93
- Kartoffel-Pilz-Strudel** mit Endiviensalat | 76
- Kartoffelpüree**, getrüffelt,
mit gebratenem Kürbis | 86
- Kastanien-Gnocchi** mit Gewürzquitten | 84
- Pappardelle** mit Waldpilzen, Holunderbeeren
und Parmesan | 89
- Pilze**, gebraten, mit Thymian und Kastanien
auf Kräuterpolenta | 93
- Ravioli** mit Radicchio-Feigen-Füllung
auf Radicchio-Gemüse | 85

Rote-Bete-Rösti mit Blumenkohl
in Erdnussauce | 72

Schupfnudeln mit Blumenkohl
und Preiselbeer-Birne | 80

HAUPTGERICHTE FISCH UND FLEISCH

Apfel-Calvados-Huhn, gefüllt | 116

Crespelle mit Weißkraut, Trauben
und Huhn | 109

Doradenfilet mit Rieslingschaum | 103

Hähnchenbrust mit glasierten Karotten
und Maronen | 113

Hirschsteak mit Wirsing, Shiitake
und Hagebutten | 98

Hühnerbrust mit Steinpilzfüllung | 110

Kartoffel-Bohnen-Topf mit Quitten, Pfifferlingen
und Schinken | 103

Perlhuhnbrust mit Zwetschgen | 118

Putensteak mit gebratenen Quitten
und Rotweinsirup | 117

Rehrücken, rosa gebraten, mit Apfelspalten | 106

Rindersteak mit Nusskruste, Bohnen und
Brombeersauce | 99

Tortilla mit Champignons, Mangold
und Rohschinken | 113

Wirsingpäckchen mit Pastinaken
und Kabeljau | 107

Zanderfilet mit Nusspesto | 112

BEILAGEN

Annakartoffeln mit Herbstpilzen
und Röstzwiebeln | 89

Chicorée, karamellisiert | 103

Dinkelspätzle | 106

Karotten-Apfel-Gemüse | 116

Kartoffeln, Süßkartoffeln und Rote Bete,
in der Salzkruste gegart | 93

Kartoffelsalat, warmer, mit Pinienkernen | 37

Kartoffel-Steinpilz-Gröstel | 112

Kastanien-Stockbrot | 41

Kräuterpolenta | 93

Maronen-Kartoffel-Schmarrn | 118

Polenta | 117

Quittenmus | 113

Rieslingkraut | 110

Schupfnudeln | 110

SÜSSES

Äpfel, pochierte, mit Holunderreis
und Pinienkernen | 130

Apfel-Feigen-Tarte-Tatin | 151

Apfel-Quitten-Punsch mit Calvados | 151

Apfel-Quitten-Strudel mit Maronen | 134

Birnen-Beignets mit Fliederbeersorbet | 130

Buchweizen-Birnen-Tarte, gedeckte | 140

Castanacchio mit Vanilleeis
und Balsamicosirup | 124

Grieß-Flammeri

mit Brombeer-Cranberry-Kompott | 142

Holunderbeerensuppe mit Grießnocken
und Apfelspalten | 124

Kartoffelpüree, süßes, mit Zwetschgen
und Haselnüssen | 141

Kastanienpüree mit Brombeeren, Cassis
und Schokolade | 142

Kürbisbrot, süßes, mit Ingwerbutter | 147

Milchreis mit Ingwer-Preiselbeeren
und Schokoladensauce | 125

Rotweinquitten mit Vanillequark | 147

Sanddornpunsch mit Amaretto | 151

Schichtdessert von Birne, Schokolade
und Tonkabohnencreme | 131

Schokoladen-Apfel-Tarte
mit Calvados-Sorbet | 150

Tassenkuchen, Walnuss-Holunder- | 141

Topfenschmarrn mit Zwetschgen, Feigen
und Mandeln | 135

Zwetschgen-Pfeffer-Crumble
mit Sauerrahmeis | 133