



donna hay

meine kochschule

180 Rezepte, die sicher gelingen





inhalt

hauptgerichte

Seite 7

unverzichtbar

Seite 43

backen

Seite 73

desserts

Seite 101

glossar & rezeptverzeichnis

Seite 127

Die mit einem Stern * versehenen weniger
gebräuchlichen Zutaten sind im Glossar erklärt.



Wie schon meine Großmutter und meine Mutter (und die meisten Familienköchinnen in aller Welt) hatte auch ich ein Kochbuch, das mir Grundrezepte und grundlegende Techniken vermittelte. Wie man zum Beispiel ein Hähnchen brät, wie eine klumpenfreie Sauce gelingt oder wie man einen Biskuitboden bäckt. Genau das ist die Absicht dieses Buches: Es soll hilfreich und handlich alles Wichtige rund ums Kochen und Backen vermitteln. Für dieses Buch wurden die besten meiner »How To Cook«-Kolumnen, die in den vergangenen zehn Jahren im *donna hay magazine* erschienen sind, ausgewählt.

Es sind klassische Rezepte, die im Fundus keiner Köchin und keines Kochs fehlen dürfen. Diese Rezepte werden Schritt für Schritt mit informativen Fotos gezeigt. Alle wichtigen Themen sind abgedeckt: vom klassischen Schmor-braten und sämigen Saucen über unwiderstehliches Gebäck bis hin zu zeitlosen Desserts.

Ob Sie das Kochen gerade erlernen oder einfach nur die guten alten Klassiker übersichtlich vereint haben möchten - mehr als dieses Buch brauchen Sie nicht. Frohes Kochen!

Donna



hauptgerichte

lammbraten
schweinebraten
krustenbraten
perfekte steaks
roastbeef
pökelfleisch
backhähnchen
schmetterlingshähnchen
hühnersuppe
pochiertes huhn
hühnchensalat
polenta
gratin
fischfilet
ofenrisotto
gnocchi

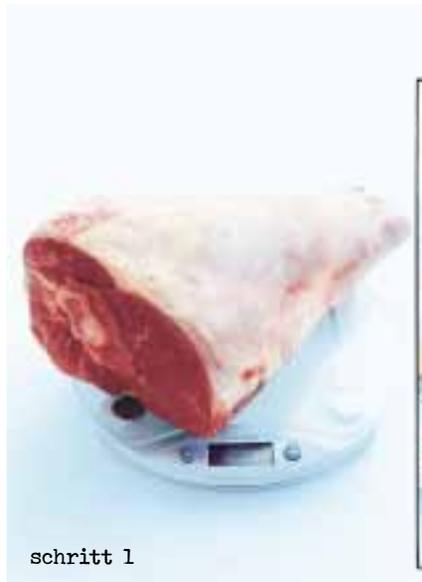


Lammbraten

Das köstliche Aroma eines Lammbratens lässt einem das Wasser im Mund zusammenlaufen, bevor der Tisch gedeckt ist. Dieser saftige Klassiker gewinnt alle Herzen.

Lammbraten mit Rosmarin und Knoblauch

- 1 Lammkeule, von grobem Fett und Sehnen befreit
- 2 Bund Rosmarin
- 2 Knollen Knoblauch, halbiert
- Olivenöl zum Einreiben
- Meersalzflocken



bevor sie beginnen

Portionsgrößen

- + bis zu 4 Personen:
Lammkeule von 1³/₄-2 kg Gewicht
- + bis zu 6 Personen:
2-2¹/₂ kg
- + bis zu 8 Personen:
mehr als 2¹/₂ kg

Garzeiten (für »à point«, halbrost)

- + klassischer Schmorbraten:
18 Minuten pro 500 g
- + entbeinte, aufgeklappte Keule:
10 Minuten pro 500 g
- + hohl ausgelöste Keule:
20 Minuten pro 500 g
- + im oberen Teil entbeinte Keule (Hüftknochen entfernt):
18 Minuten pro 500 g

schritt 1 Den Ofen auf 200 Grad vorheizen. Die Lammkeule wiegen, um die Garzeit zu bestimmen (siehe Angaben links).

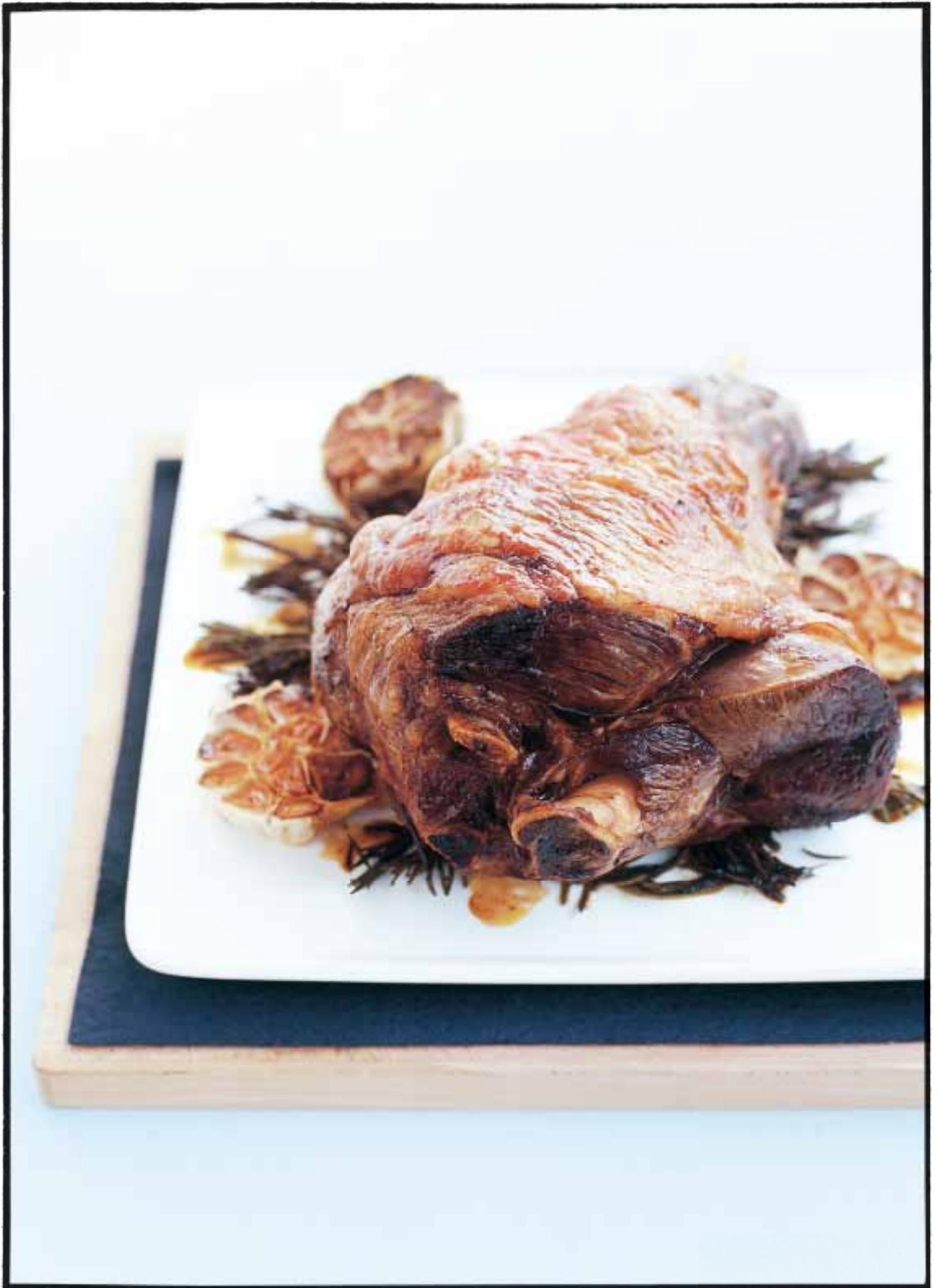
schritt 2 Rosmarin und Knoblauch in eine mit Backpapier ausgelegte ofenfeste Form geben und die Keule daraufsetzen. Das Fleisch mit Öl einreiben und salzen.

schritt 3 Die Keule gemäß Garzeit-Tabelle oder nach Gusto schmoren. 10 Minuten ruhen lassen und dann das Fleisch auslösen. Mit MinzsaUCE servieren (siehe Rezept rechts).

servieren mit ...

MINZSAUCE

125 ml Apfelsaft, 60 ml Wasser, 1 EL grobkörnigen Senf und 1 EL Weißweinessig in einem Topf bei mittlerer Hitze aufkochen, dann bei reduzierter Temperatur köchelnd 3 Minuten etwas eindicken lassen. Vom Herd nehmen, 15 g grob gehackte Minzeblätter einrühren und 5 Minuten stehen lassen. *Ergibt etwa 180 ml Sauce.*



lammkeule mit quittenglasur

1 Lammkeule, pariert
80 ml Orangensaft
2 EL Quittenpaste*
2 TL Dijonsenf
2 TL Olivenöl
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Den Ofen auf 200 Grad vorheizen. Die Keule wiegen, um die Garzeit zu bestimmen (siehe Seite 8). Anschließend die Keule in eine ofenfeste Form mit Gittereinsatz legen und $\frac{3}{4}$ der berechneten Garzeit im Ofen schmoren.

Inzwischen Orangensaft, Quittenpaste, Senf, Öl, Salz und Pfeffer unter Rühren langsam erhitzen, bis sich die Paste aufgelöst hat. Dann die Mischung bei stärkerer Hitze 2 Minuten eindicken lassen.

Das Fleisch mit der Glasur bestreichen und wieder in den Ofen schieben. Bis zum Ende der Garzeit alle 5 Minuten erneut mit Glasur bestreichen. Die fertig gegarte Keule 10 Minuten ruhen lassen; dann auslösen. Mit Schmorgemüse servieren.

lammkeule im kräutermantel

1 Lammkeule, entbeint, pariert und aufgeklappt*
125 ml Olivenöl
80 ml Rotwein
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
10 g Oreganoblätter, gehackt
10 g glattblättrige Petersilie, gehackt
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
3 Zwiebeln, in Spalten geschnitten

Die Keule wiegen, um die Garzeit zu bestimmen (siehe Seite 8). Öl, Wein, Salz, Pfeffer, Oregano, Petersilie und Knoblauch vermischen. Das Fleisch in einer nicht-metallischen Form in der Marinade wenden. Mit Frischhaltefolie bedeckt mindestens 3 Stunden, besser aber über Nacht im Kühlschrank marinieren.

Den Ofen auf 200 Grad vorheizen. Das Fleisch aus der Marinade nehmen. In eine ofenfeste Form die Zwiebeln geben und das Fleisch daraufsetzen. Entsprechend der berechneten Garzeit oder nach Belieben schmoren und dabei regelmäßig mit dem eigenen Bratensaft beträufeln. Vor dem Aufschneiden 10 Minuten ruhen lassen. Mit den geschmorten Zwiebeln servieren.

+ Für den sogenannten Schmetterlingsschnitt muss die Keule entbeint sein. Dann wird das Fleisch tief eingeschnitten und aufgeklappt; so zieht die Marinade gut ein und es gart schneller. Die Fettseite des Fleisches vor dem Marinieren mehrfach mit einem spitzen Messer flach einritzen.

lammkeule mit thymian-zitronen-füllung

1 Lammkeule, Oberkeule entbeint*, pariert
2 Knoblauchzehen, in Scheiben geschnitten
1½ EL gehackte Zitronenschale
½ Bund Thymian
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Olivenöl zum Einreiben

Den Ofen auf 200 Grad vorheizen. Die Keule wiegen, um die Garzeit zu bestimmen (siehe Seite 8). Die Keule aufklappen, mit Knoblauch, Zitronenschale und Thymianzweigen füllen, mit Salz und Pfeffer würzen. Zusammenklappen und mit Küchengarn binden**. Das Fleisch in eine ofenfeste Form mit Gittereinsatz legen, mit Öl einreiben und salzen. Entsprechend der berechneten Garzeit oder nach Belieben schmoren. Vor dem Aufschneiden etwa 10 Minuten ruhen lassen.

+ Diese Art des Auslösens ist für die Lammkeule besonders geeignet, weil alle Knochen ausgelöst werden, bis auf das Knochenendstück der Unterkeule, das beim Aufschneiden praktischerweise als »Griff« dient.

*** Siehe die Bindetechnik beim Roastbeef auf Seite 15. Das Küchengarn kräftig festziehen, da das Fleisch beim Schmoren schrumpft und sich der Faden dadurch ohnehin lockert.*

lammkeule mit salbei-parmesan-füllung

1 hohl ausgelöste Lammkeule*, pariert
115 g Semmelbrösel
1 EL fein abgeriebene Zitronenschale
10 g Salbeiblätter, grob gehackt
20 g Parmesan, gerieben
20 g weiche Butter
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Olivenöl zum Einreiben

Den Ofen auf 200 Grad vorheizen. Die Keule wiegen, um die Garzeit zu bestimmen (siehe Seite 8). Semmelbrösel, Zitronenschale, Salbei, Parmesan, Butter, Salz und Pfeffer mischen. Diese Mischung in die Höhlung füllen, das Fleisch zuklappen, die Keule mit Küchengarn binden (siehe Tipp oben). Das Fleisch in eine ofenfeste Form mit Gittereinsatz legen, mit Öl einreiben und salzen. Entsprechend der berechneten Garzeit oder nach Belieben schmoren. Vor dem Aufschneiden 10 Minuten ruhen lassen.

+ Bei dieser Zubereitungsart hat die Lammkeule die traditionelle Form, nur ohne Knochen. Der durch das Entbeinen entstandene Hohlraum nimmt die Füllung auf. Die Keule muss nach dem Füllen sorgfältig gebunden werden, damit sie nicht auseinanderfällt.



lammkeule mit quittenglasur



lammkeule mit thymian-zitronen-füllung



lammkeule im kräutermantel



lammkeule mit salbei-parmesan-füllung



schweinebraten

Süß und saftig - ein Schweinebraten mit knuspriger Kruste ist ein köstliches Familienessen, bei dem jeder gern noch einmal nachschöpft.



schritt 2



schritt 3

schweinebraten

3 kg Schweinerücken (Lende)
ohne Knochen, pariert

1 Portion Füllung (siehe Rezepte rechts)
Olivenöl und Meersalzflocken
zum Einreiben

koch-tipp

Um Platz für die Füllung zu schaffen, trennen Sie mit einem scharfen, spitzen Messer das kleine Filet und alles überschüssige Fleisch um die Lende herum ab. Oder Sie bitten Ihren Metzger, das für Sie zu erledigen.

schritt 1 Mit einem scharfen, spitzen Messer die Haut in Abständen von 1 cm einritzen (siehe rechte Seite).

schritt 2 Den Ofen auf 220 Grad vorheizen. Das kleine Filet und anderes überstehendes Fleisch entfernen. Mit einem scharfen, spitzen Messer die Haut vom Fleisch lösen, jedoch einen 3 cm breiten Verbindungssteg stehen lassen. Die Füllung in die Mitte geben.

schritt 3 Die Lende über die Füllung rollen und alles mit Küchengarn binden. Die Haut mit Öl und Salz einreiben.

schritt 4 Fleisch und Knoblauch in eine ofenfeste Form mit leicht gefettetem Gittereinsatz legen und 20 Minuten schmoren. Dann die Hitze auf 200 Grad reduzieren und weitere 50-55 Minuten oder nach Belieben schmoren. 5 Minuten ruhen lassen, dann das Garn entfernen und das Fleisch aufschneiden. *Ergibt 8 Portionen.*

einen versuch wert ...

ZWIEBEL-THYMIAN-FÜLLUNG

1 EL Öl und 120 g Butter in einer Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen; 4 in Scheiben geschnittene Zwiebeln darin 10-15 Minuten anbräunen. Die Pfanne vom Herd nehmen und 2 EL Thymianblätter sowie 280 g Semmelbrösel einrühren.

SALBEI-BIRNEN-FÜLLUNG

1 in Scheiben geschnittene Birne, 2 EL gehackten Salbei, 1 EL braunen Zucker, 15 g weiche Butter, 1 TL schwarzen Pfeffer aus der Mühle und Meersalzflocken verrühren. Die Lende damit füllen.



krustenbraten

Sie brauchen:
ein kleines, scharfes Messer
Meersalzflocken
Olivenöl

schritt 1 Mit dem kleinen, scharfen Messer in Abständen von 1 cm die Haut einritzen.

schritt 2 Die Haut mit Salz einreiben und das Fleisch über Nacht nicht abgedeckt in den Kühlschrank stellen. So zieht man die Feuchtigkeit aus der Haut, was die Kruste knusprig macht.

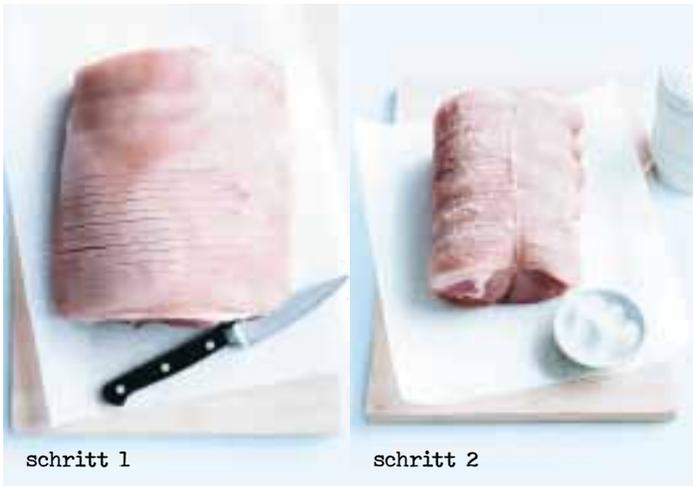
schritt 3 Den Ofen auf 220 Grad vorheizen. Das Salz abreiben und die Haut mit Küchenpapier trocken tupfen. Mit Öl bestreichen und wiederum mit Salz einreiben, das auch in die Ritzen gelangen sollte. Das Fleisch mit der Hautseite nach oben auf einem Backrost 20-30 Minuten schmoren, bis die Haut knusprig wird. Dann die Hitze auf 200 Grad reduzieren und nach Rezept fortfahren. Wenn Sie eine Schweinelende auf diese Art zubereiten, sollten Sie diese mit Küchengarn binden.

Tip: Am knusprigsten werden Krusten bei Fleischstücken mit einer großen Fläche Haut, wie zum Beispiel gerollte Schweinelende, Schweineschulter mit Knochen und Schweinebauch.

geschmorter schweinebauch mit chili und fenchel

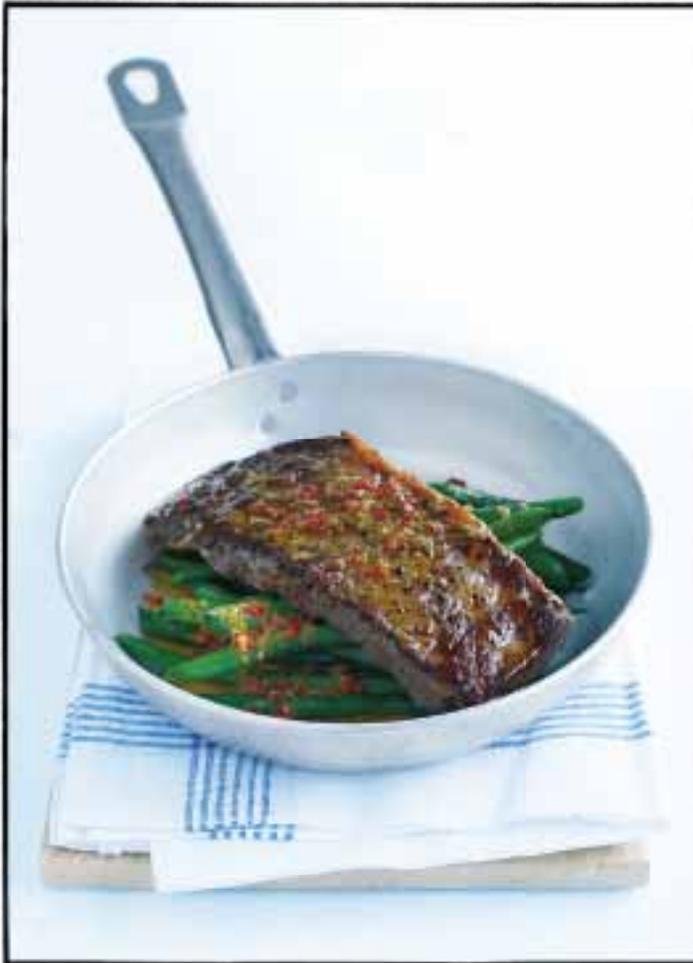
1,2 kg Schweinebauch ohne Knochen
Olivenöl zum Bestreichen
Meersalzflocken
1 EL getrocknete Chiliflocken
1 EL Fenchelsamen
8 kleine Birnen, halbiert

Den Schweinebauch wie oben in Schritt 1 und 2 beschrieben vorbereiten. Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Das Salz abreiben und die Haut mit Küchenpapier trocken tupfen. Dann mit Öl bestreichen und mit Salz, Chili und Fenchel gut einreiben, sodass die Gewürze auch in die Ritzen gelangen. Das Fleisch mit der Hautseite nach oben auf einem Rost 1 Stunde schmoren. Dann wenden und 1 weitere Stunde schmoren, bis die Haut goldbraun und knusprig ist. Die Birnen mit Öl bestreichen und während den letzten 20-25 Minuten mitschmoren. Das Fleisch mit den weichen Birnen, gedämpften grünen Bohnen und nach Belieben rohem Fenchelsalat servieren. *Ergibt 8 Portionen.*



schritt 1

schritt 2



das perfekte steak

Sie brauchen:
eine große beschichtete Pfanne
eine Bratzange
Alufolie

schritt 1 Die Steaks (à 200 g, ca. 3 cm dick) Raumtemperatur annehmen lassen, mit Olivenöl bestreichen, salzen und pfeffern.

schritt 2 Eine große beschichtete Pfanne bei hoher Temperatur erhitzen und darin jeweils 2 Steaks gleichzeitig nach Wunsch gar braten (Garzeiten siehe Kasten unten links). Die Steaks mit der Bratzange nur einmal wenden, sonst werden sie hart!

schritt 3 Die fertigen Steaks auf einem Teller mit Alufolie bedeckt 5 Minuten ruhen lassen. Mit Beilagen nach Wahl servieren.

Tip: Die Garzeiten (unten links) beziehen sich auf 3 cm dicke Steaks, die in der Pfanne gebraten werden. In der Grillpfanne oder auf dem Grill verkürzen sich diese Zeiten etwas, da dort eine größere Hitze herrscht. Bitte Sie Ihren Metzger, Ihnen die Steaks in der gewünschten Dicke zu schneiden.

steak mit chili-limetten- knoblauch-butter

100 g weiche Butter
1 große rote Chili*, entkernt, fein gehackt
1 EL abgeriebene Limettenschale
1 Knoblauchzehe, gepresst
4 Steaks (Lenden- oder Filetsteaks) à 200 g, je 3 cm dick
200 g blanchierte grüne Bohnen als Beilage

Butter, Chili, Limettenschale und Knoblauch verrühren. Diese Mischung in die Mitte einer Lage Backpapier geben und zu einer Rolle formen. Die Rolle im Kühlschrank fest werden lassen.

Die Steaks wie oben in den Schritten 1 bis 3 beschrieben braten. Die Würzbutter in Scheiben aufschneiden und zum Servieren auf die Steaks geben. Mit grünen Bohnen servieren. *Ergibt 4 Portionen.*



schritt 1



schritt 2

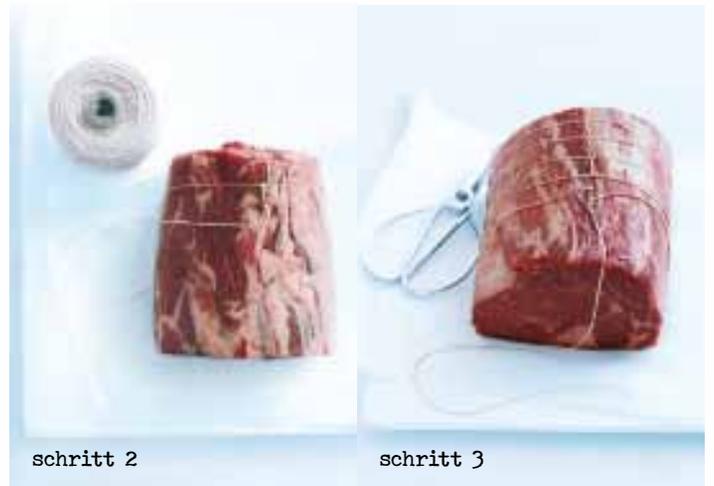
garzeiten

saignant, blutig	2 Minuten von jeder Seite
englisch, halb blutig	3½ Minuten von jeder Seite
rosé/rosa, medium	4 Minuten von jeder Seite
à point, halbrosa	4½ Minuten von jeder Seite
bien cuit, durchgebraten	5 Minuten von jeder Seite



roastbeef

Gut gebunden, bleibt das Roastbeef perfekt in Form und das Fleisch gart saftig und zart. Und das Beste: Die Reste ergeben am nächsten Tag ein köstliches Sandwich!



Sie brauchen:
ein kleines scharfes Messer
eine Küchenschere
Küchengarn

schritt 1 Mit einem scharfen Messer überschüssiges Fett und Sehnen entfernen.

schritt 2 Etwa einen Meter Küchengarn abschneiden. Beginnen Sie am entfernteren Ende des Fleischstücks, umwickeln Sie das Fleischstück quer und verknoten Sie das Garn mittig auf der Oberseite; dabei ein Garnende von etwa 10 cm stehen lassen.

schritt 3 Das lange Garnstück unterhalb des Knotens senkrecht nach unten führen, nach 2 cm mit dem Finger festhalten, im rechten Winkel rund um das Fleischstück legen und durch die entstandene Öse führen. Dann das Garn weiter nach unten führen, nach 2 cm mit dem Finger festhalten und wiederum rechtwinklig nach links und unter dem Fleischstück hindurchführen. Weiter so vorgehen, bis das ganze Stück fertig verschnürt ist.

schritt 4 Das Garn auf die Rückseite des Fleischstücks führen und durch die Querfäden weben. Am Ausgangspunkt sorgfältig verschnüren.

roastbeef im rohschinkenmantel

1 kg Roastbeef, pariert
Olivenöl zum Bestreichen
Meersalz und grob gemahlener schwarzer Pfeffer
12 Scheiben Rohschinken
75 g karamellisiertes Zwiebel-Relish (siehe Seite 46)

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Das Fleisch mit Öl bestreichen, salzen, pfeffern und auf jeder Seite 1-2 Minuten scharf anbraten. Beiseite stellen. Die Rohschinkenscheiben auf einem Küchenbrett leicht überlappend auslegen und darauf das Zwiebel-Relish verteilen. Das Roastbeef in die Mitte daraufsetzen und satt mit dem Rohschinken umwickeln. Mit Küchengarn festbinden. Das Roastbeef auf ein Backblech setzen, mit Öl bestreichen und 50-55 Minuten (englisch, halb blutig) oder nach Belieben länger garen. Vor dem Aufschneiden 5 Minuten ruhen lassen. *Ergibt 4-6 Portionen.*

pökelfleisch

Pökeln ist eine traditionelle Methode, um Fleisch mit Salz haltbar zu machen. Pökelfleisch vom Rind (»corned beef«) ist auch heute noch sehr beliebt, besonders in der kalten Jahreszeit.

pökelfleisch

- 1½ kg gepökelttes Rindfleisch (Unterschale, Brust)
- 3 Lorbeerblätter
- 12 Pfefferkörner
- 6 Nelken
- 80 ml Malzessig
- 90 g brauner Zucker
- 6 Zwiebeln, geschält
- 1 Bund junge Karotten, geputzt, gebürstet



schritt 1



schritt 2

schritt 1 Das Fleisch mit Lorbeerblättern, Pfefferkörnern, Nelken, Essig, Zucker und Zwiebeln in einen Schmortopf geben, mit Wasser bedecken und zum Kochen bringen.

schritt 2 Dann bei reduzierter Hitze zugedeckt etwa 1½ Stunden köcheln lassen, bis sich das Fleisch unter Fingerdruck fest anfühlt. Mit einem Schaumlöffel gelegentlich den Schaum von der Oberfläche abschöpfen. In den letzten 5 Minuten Kochzeit die Karotten hinzufügen. *Ergibt 6 Portionen.*

tipps + tricks

GUT BEDECKT

Das Fleisch muss während der Kochzeit vollständig mit Wasser bedeckt sein. Nötigenfalls Wasser nachfüllen.

KÖSTLICHE BEGLEITER

Am zartesten ist das Fleisch, wenn man es gegen die Faserrichtung aufschneidet. Mischen Sie das Fleisch unter Grillgemüse und herbstliche Blattsalate oder servieren Sie es traditionell mit einer weißen Sauce, aufgepeppt mit Petersilie, Schnittlauch oder Frühlingszwiebeln.

FEIN GEWÜRZT

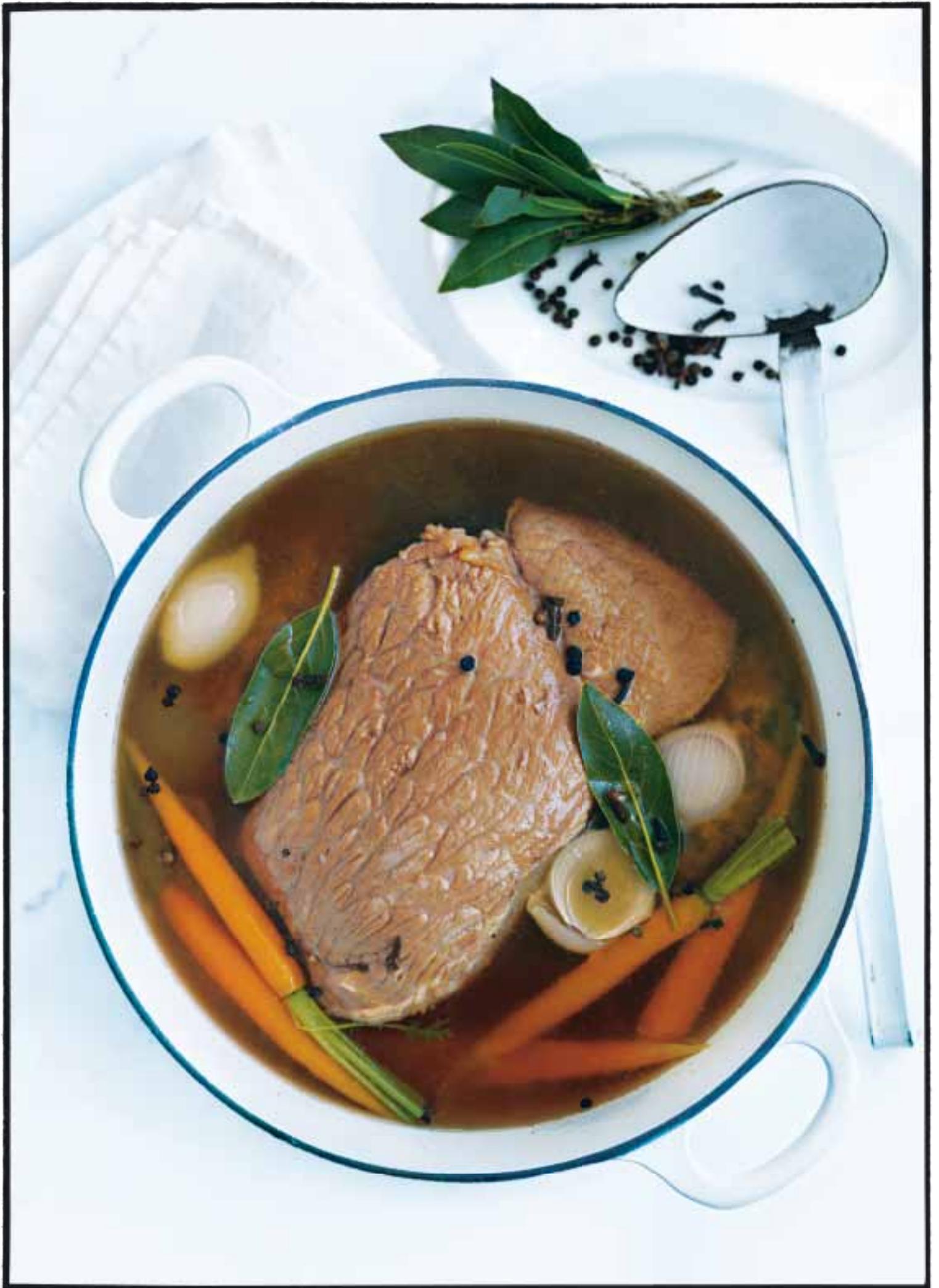
Probieren Sie andere Gewürze und Kräuter wie Zimt, Sternanis, Thymian, Petersilie oder ganze Knoblauchzehen aus; diese einfach in Schritt 1 hinzufügen.

RESTE

Reste kann man im Sud etwa 3 Tage im Kühlschrank aufbewahren.

kochtipp

Bei Pökelfleisch rechnet man mit 25-30 Minuten Garzeit pro 500 g Fleisch. Fühlt sich das Fleisch auf Fingerdruck fest an wie ein mittelgar gebratenes Steak und lässt sich ein Metallstäbchen mühelos wieder herausziehen, ist das Fleisch gar.





deli sandwich

12 Scheiben dunkles Toastbrot
 weiche Butter zum Bestreichen
 300 g Mayonnaise
 1 EL scharfer englischer Senf
 1 Portion gegartes Pökelfleisch (siehe Seite 16)
 12 Scheiben Emmentalerkäse
 Dill- oder Gewürzgurken als Beilage

Für den karamellisierten Kohl

30 g Butter
 300 g Weißkohl, fein geschnitten
 50 g feiner Zucker
 60 ml Malzessig*

Für den karamellisierten Kohl die Butter schmelzen und darin den Kohl bei hoher Temperatur 5 Minuten unter Rühren andünsten. Zucker und Essig hinzufügen und weitere 10 Minuten rühren und dünsten, bis die Flüssigkeit größtenteils verdampft und der Kohl weich. Beiseitestellen.

Das Brot auf der einen Seite mit Butter, auf der anderen mit Mayonnaise und Senf bestreichen. Das Pökelfleisch aufschneiden und die Hälfte der Brotscheiben damit belegen (Butterseite nach unten). Käse und Kohl daraufgeben, dann die restlichen Brotscheiben daraufsetzen. Eine große beschichtete Pfanne bei hoher Temperatur erhitzen und die Sandwiches nacheinander von jeder Seite etwa 2-3 Minuten braten, bis sie gebräunt sind und der Käse geschmolzen ist. Dazu Dillgurken reichen. *Ergibt 6 Portionen.*



pökelfleisch in brühe mit salsa verde

1 Portion gegartes Pökelfleisch in der Brühe (siehe Seite 16)

Für die Salsa verde

1 EL eingesalzene Kapern*, abgespült
 15 g Minzeblätter
 15 g glattblättrige Petersilie
 2 Sardellenfilets
 1 Knoblauchzehe, gepresst
 125 ml Olivenöl

Für die Salsa Kapern, Minze, Petersilie und Sardellen grob hacken, mit dem Knoblauch und dem Öl verrühren.

Das gegarte Fleisch in 12 dicke Scheiben aufschneiden, mit dem Gemüse in Suppenteller verteilen und mit der heißen Brühe übergießen. Auf jede Portion etwas Salsa verde geben. *Ergibt 6 Portionen.*



pökelfleisch-pastetchen

- 1 Portion gegartes Pökelfleisch (siehe Seite 16)**
- 40 g Butter**
- 2 EL Mehl**
- 160 ml Hühnerbrühe**
- 300 ml Milch**
- 120 g tiefgekühlte Erbsen**
- 2 EL gehackte glattblättrige Petersilie**
- 200 g fertig gekaufter Blätterteig, aufgetaut, falls tiefgekühlt**
- 1 Ei, leicht verklopft**

Den Ofen auf 200 Grad vorheizen. 400 g gegartes Pökelfleisch, die Karotten und die Hälfte der Zwiebeln grob hacken. Die Butter schmelzen und darin das Mehl unter Rühren 5-7 Minuten anbräunen. Nach und nach Brühe und Milch einrühren und bei mittlerer Hitze 5 Minuten eindicken lassen. Pökelfleisch, Karotten, Zwiebeln, Erbsen und Petersilie einrühren. Die Mischung in 4 ofenfeste Förmchen von je 250 ml Inhalt füllen und auf ein Blech stellen. Aus dem Teig 4 Kreise (ca. 10 cm Durchmesser) ausschneiden und auf die Förmchen setzen. Mit Ei bestreichen. Die restlichen Zwiebeln daraufsetzen und die Pastetchen im Ofen goldbraun backen. *Ergibt 4 Portionen.*

rindfleisch-kartoffel-küchlein

- 500 g Kartoffeln (für Rösti), geschält, gerieben**
- 1 Portion gegartes Pökelfleisch (siehe Seite 16)**
- 2 Eier, leicht verklopft**
- 2 Frühlingszwiebeln, fein geschnitten**
- 1 EL geriebener Meerrettich**
- Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle**
- 2 EL Olivenöl**
- 20 g Butter**
- Für die Tomaten-Salsa**
- 2 reife Tomaten, gehackt**
- 20 g glattblättrige Petersilie, gehackt**
- 1 EL Rotweinessig**
- Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle**

Für die Salsa alle Zutaten verrühren und beiseitestellen.

Die geriebenen Kartoffeln kräftig ausdrücken und trocken tupfen. 250 g grob gehacktes gegartes Pökelfleisch mit den geriebenen Kartoffeln, den Eiern, Frühlingszwiebeln, Meerrettich, Salz und Pfeffer vermischen. Öl und Butter in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen, jeweils 1/2 Tasse der Mischung zu einem flachen Küchlein formen und im heißen Fett auf jeder Seite 4 Minuten goldbraun und knusprig backen. Auf Küchenpapier entfetten und mit der Salsa servieren. *Ergibt 8 Portionen.*





backhähnchen

Ein saftiges, mit köstlicher Kräutermischung gefülltes Hähnchen lockt - frisch aus dem Ofen - mit seinem verführerischen Duft die ganze Familie an den Tisch.



schritt 1



schritt 2

backhähnchen

- 1 Hähnchen (etwa 1,6 kg schwer), küchenfertig**
- 1 Portion Füllung (siehe Rezepte rechts)**
- Olivenöl zum Bestreichen**
- Meersalzflocken**
- Wasser oder Hühnerbrühe**

schritt 1 Den Ofen auf 190 Grad vorheizen. Das Hähnchen kalt abbrausen und trocken tupfen. Die Füllung lose in die Bauchhöhle geben. Wird die Füllung zu stark gepresst, dringt die Hitze schlechter hindurch.

schritt 2 Die Hähnchenbeine mit Küchengarn zusammenbinden - so bleibt das Hähnchen im Ofen in Form und die Füllung im Bauch.

schritt 3 Das Hähnchen in einen Bräter mit leicht gefettetem Gittereinsatz legen, mit Öl bestreichen und salzen. Wasser oder Brühe unten in den Bräter füllen; im Wasserdampf gart das Hähnchen gleichmäßiger und es bildet sich eine gute Saucengrundlage. Das Hähnchen 1 Stunde schmoren; es ist gar, wenn beim Anstechen klarer Saft austritt.

einen versuch wert ...

KRÄUTERFÜLLUNG

2 TL Öl in einer Pfanne erhitzen, 1 kleine gehackte Zwiebel darin 5 Minuten goldbraun dünsten. In einer Schüssel mit 200 g Semmelbröseln, 1 1/2 TL frischen gehackten Kräutern (Thymian, Rosmarin, Salbei), 30 g weicher Butter, Meersalz und schwarzem Pfeffer vermengen.

PARMESAN-PINIENKERN-PETERSILIENFÜLLUNG

In einer Schüssel 200 g Semmelbrösel, 25 g geriebenen Parmesan, 3 EL geröstete Pinienkerne, 10 g gehackte glatte Petersilie, 20 g weiche Butter, Meersalz und schwarzen Pfeffer vermengen.

garzeiten

Garzeiten für ein ganzes Hähnchen ohne Füllung bei 190 Grad (Umluft) im Ofen (mit Füllung 20 Minuten länger):

Gewicht	Garzeit
1,2 kg	40-50 Minuten
1,4 kg	60-75 Minuten
1,6 kg	80 Minuten
1,8 kg	85-90 Minuten



schmetterlings- hähnchen

Sie brauchen:
eine Küchen- oder Geflügelschere
ein Küchenbrett

schritt 1 Das Hähnchen mit der Brustseite nach unten auf ein Küchenbrett legen, sodass Rücken und Schenkel in Ihre Richtung zeigen. Mit einer scharfen Geflügelschere beiden Seiten des Rückgrats entlang durchschneiden und das Rückgrat entfernen.

schritt 2 Das Hähnchen wenden, Brustseite nach oben, und das Brustbein fest nach unten drücken. Vor dem Schmoren die Flügel unter den Körper klappen.

feuriges schmorhähnchen

1 TL getrocknete Chiliflocken
3 Knoblauchzehen, gepresst
½ TL geräuchertes Paprikapulver*
1 TL getrocknete Oreganoblätter
1 EL gehackte Zitronenschale
60 ml Rotweinessig
60 ml Olivenöl
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
1 ganzes Hähnchen (etwa 1,6 kg schwer),
Rückgrat entfernt und flach gedrückt

Den Ofen auf 200 Grad vorheizen. Chili, Knoblauch, Paprika, Oregano, Zitronenschale, Essig, Öl, Salz und Pfeffer gut verrühren. Das Hähnchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen und gleichmäßig mit der Chilimischung bestreichen. 45 Minuten goldbraun braten; etwa nach der halben Garzeit mit dem eigenen Bratensaft übergießen. *Ergibt 4 Portionen.*



schritt 1

schritt 2

garzeiten

Für ein Hähnchen von etwa 1,6 kg Gewicht:

Brustfilet (mit Knochen)	20 Minuten
Schenkel	30 Minuten
Ganzes Hähnchen, flach gedrückt	45 Minuten

hühnersuppe

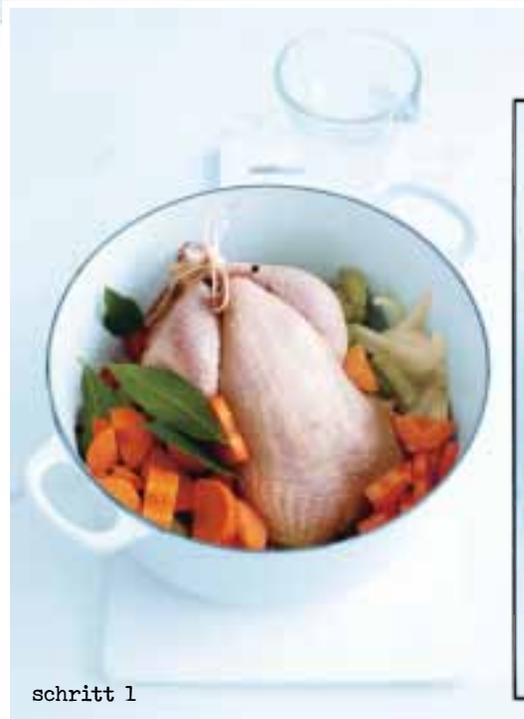
Kein Wunder, dass dieser bekömmliche Klassiker mit seinem wohltuenden, vollen Aroma echtes »Seelenfutter« ist. Ein Rezept, das Sie an Ihre Kinder und Enkel weitergeben können.

grundrezept hühnersuppe

2 Stangen Sellerie, zerkleinert
1 Karotte, geschält, zerkleinert
220 g Risoni* oder andere
kleine Nudelsorte
Meersalz und schwarzer Pfeffer
aus der Mühle
gehackte glattblättrige Petersilie
zum Servieren

Für die Hühnerbrühe

1 ganzes Hühnchen (etwa 1½ kg schwer)
1 Zwiebel, zerkleinert
2 Knoblauchzehen, gehackt
2 Stangen Sellerie, zerkleinert
1 Karotte, geschält, zerkleinert
4 Lorbeerblätter
1 TL schwarze Pfefferkörner
ca. 2½ l Wasser oder genug,
um das Hühnchen zu bedecken



schritt 1



schritt 2

schritt 1 Für die Brühe das Hühnchen, Zwiebel mit Knoblauch, Sellerie, Karotte, Lorbeerblätter, Pfeffer und Wasser in einen Topf geben und zum Kochen bringen.

schritt 2 Zugedeckt bei niedriger Hitze 1 Stunde köcheln lassen, bis das Huhn gar ist. Gelegentlich den Schaum abschöpfen*.

schritt 3 Das Huhn herausnehmen, etwas abkühlen lassen und häuten. Das Fleisch auslösen (siehe auch koch-tipp). Die Brühe abseihen, das Gemüse wegwerfen.

schritt 4 Die Brühe mit Sellerie, Karotte, Risoni und dem Hühnerfleisch zurück in den Topf geben, mit Salz und Pfeffer würzen. Das Gemüse bei starker Hitze 10-15 Minuten weich kochen. Mit Petersilie bestreut servieren. *Ergibt 6 Portionen.*

+ Durch regelmäßiges Abschöpfen des Schaums erhält man eine klarere Brühe mit reinerem, milderem Aroma.

koch-tipp

Zum Auslösen des Fleisches setzen Sie das Huhn auf ein Küchensieb und halten es gut fest (evtl. mit einer Zange). Ziehen Sie die Haut ab und lösen Sie dann das Fleisch mit einer Gabel von den Knochen. Folgen Sie dabei der Faserrichtung - so erhalten Sie lange Stücke.





hühner-reis-suppe mit zitrone



tomaten-bohnen-suppe mit hühnchen



pilzrahm-hühnersuppe



asia-hühnersuppe mit ingwer

hühner-reis-suppe mit zitrone

1 Portion Hühnerbrühe mit gekochtem Huhn (siehe Seite 22)
200 g mittelkörniger Reis
1 EL abgeriebene Zitronenschale
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
1 EL Zitronensaft
20 g Minzeblätter zum Servieren

Die abgeseigte Brühe mit Reis, Zitronenschale, Salz und Pfeffer in einem großen Topf zum Kochen bringen und 20-25 Minuten köcheln lassen, bis der Reis bissfest ist. Dann das grob zerpfückte Hühnerfleisch und den Zitronensaft beifügen und eine weitere Minute mitkochen. Die Suppe mit Minze bestreut servieren. *Ergibt 6 Portionen.*

pilzrahm-hühnersuppe

60 ml Olivenöl
2 Stangen Lauch, in Ringe geschnitten
400 g braune Champignons, in Scheiben geschnitten
700 g mehlig kochende Kartoffeln, geschält und zerkleinert
2 EL Thymianblätter
125 ml trockener Weißwein
1 Portion Hühnerbrühe mit gekochtem Huhn (siehe Seite 22)
250 ml Rahm
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Sauerrahm und Thymianblätter zum Servieren

Das Öl in einem großen Topf erhitzen; darin Lauch, Pilze, Kartoffeln und Thymian 10 Minuten andünsten. Mit dem Wein ablöschen und 1 Minute köcheln lassen. Die abgeseigte Brühe dazugießen, alles aufkochen und 10 Minuten köcheln lassen, bis die Kartoffeln weich sind. Die Suppe pürieren, den Rahm und das zerkleinerte Hühnerfleisch dazugeben, salzen, pfeffern und 1 Minute aufkochen, damit das Fleisch vollständig durchwärmt. Mit einem Klecks Sauerrahm und Thymian bestreut servieren. *Ergibt 6 Portionen.*

tomaten-bohnen-suppe mit hühnchen

2 EL Olivenöl
3 Scheiben Frühstücksspeck, gehackt
1/2 TL getrocknete Chiliflocken
1 Portion Hühnerbrühe mit gekochtem Huhn (siehe Seite 22)
1 Dose (à 400 g) Tomaten, gehackt
100 g Makkaroni oder andere kleine Nudelsorte
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
2 Dosen (à 400 g) weiße (Cannellini-)Bohnen, abgespült, abgetropft
250 g grüne Bohnen, geputzt, mundgerecht geschnitten
40 g geriebener Parmesan zum Servieren

Das Öl in einem großen Topf bei hoher Temperatur erhitzen, darin Speck und Chiliflocken 2-3 Minuten goldbraun andünsten. Die abgeseigte Brühe, das zerkleinerte Hühnerfleisch, Tomaten, Nudeln, Salz und Pfeffer hinzufügen und alles 8-10 Minuten kochen. Die weißen und grünen Bohnen am Schluss noch 1 Minute mitkochen. Mit Parmesan bestreut servieren. *Ergibt 6 Portionen.*

asia-hühnersuppe mit ingwer

1 Portion Hühnerbrühe mit gekochtem Huhn (siehe Seite 22)
50 g Ingwer, geschält, fein geschnitten
2 Frühlingszwiebeln, in Ringe geschnitten
4 kleine rote Chilis, halbiert
60 ml Sojasauce
1/2 TL Sesamöl
2 EL chinesischer Reiswein (Shao Hsing)*
2 Bund Pak Choi*, geviertelt
Korianderblätter zum Servieren

Die abgeseigte Hühnerbrühe, den Ingwer, die Hälfte der Frühlingszwiebeln, Chili, Sojasauce, Sesamöl und Reiswein in einem großen Topf bei hoher Temperatur 5 Minuten aufkochen. Den Pak Choi und das zerkleinerte Hühnerfleisch dazugeben und weitere 3-5 Minuten kochen, bis der Pak Choi zart ist. Mit den restlichen Frühlingszwiebeln und dem Koriander bestreut servieren. *Ergibt 6 Portionen.*



pochiertes huhn

Sie brauchen:

- 1 Zitrone, in Scheiben geschnitten
- 1 Zweig glattblättrige Petersilie
- schwarze Pfefferkörner, grob zerstoßen
- 4 Hühnerbrustfilets à 150 g, pariert

schritt 1 Einen Topf mit Wasser füllen, Zitronenscheiben, Petersilie und Pfefferkörner beifügen und zum Kochen bringen, dann bei geringerer Hitze 2-3 Minuten köcheln lassen.

schritt 2 Die Hühnerbrustfilets in den Pochierfond legen (sie müssen vollständig mit Wasser bedeckt sein) und 8 Minuten sanft köcheln lassen. Dann den Topf von Herd nehmen und zugedeckt 15 Minuten stehen lassen. Das Fleisch aus dem Sud nehmen, heiß servieren oder bis zur weiteren Verwendung im Kühlschrank aufbewahren. *Ergibt 4 Portionen.*

tipps + tricks

LANGSAM UND BESTÄNDIG

Die wichtigste Regel beim Pochieren lautet: langsam und sanft. Der Sud soll bei niedriger Hitze leise köcheln. Für ein Hühnerbrustfilet von 150 g rechnet man 8 Minuten Köcheln und weitere 15 Minuten im heißen Sud Durchziehen lassen. Dann herausnehmen und 5 Minuten ruhen lassen, bevor man das Fleisch zerkleinert oder aufschneidet. Größere Fleischstücke (bis 200 g) müssen 5-10 Minuten länger durchziehen.

FERTIG ODER NICHT

Um zu prüfen, ob das Fleisch gar ist, drückt man es an der dicksten Stelle mit einer Zange - es muss sich fest und elastisch anfühlen. Pochiertes Hühnerfleisch kann man im Kühlschrank problemlos bis zu 3 Tage aufbewahren.

EXTRA-AROMA

Für ein speziell frisches Aroma kochen Sie Ingwer, Knoblauch, Dill, Thymian, Zitronenthymian oder andere Aromalieferanten im Sud mit. Kaffirlimettenblätter, Koriander, Zitronengras oder Chili sorgen für einen Asia-Touch.

SERVIERIDEEN

Pochiertes Huhn ist - zerpfückt oder aufgeschnitten - ein köstlicher Begleiter für Salate, Sandwiches, Pasta, Frittata und Suppen.



schritt 1



schritt 2



hühnchensalat

Mit frischen Grün, saftigem Hühnerfleisch und cremigem Ei ergibt dieser köstliche Salat mit knusprigem Brot eine vollständige Mahlzeit zum Mittag- oder Abendessen.



schritt 1



schritt 2

kopfsalat mit huhn und ei

- 4 Eier**
- 1 fertig gekauftes Grillhähnchen (etwa 1,2 kg schwer), gehäutet und ausgelöst**
- 2 Romanasalat-Herzen, in Blätter zerlegt**
- 4 sauer eingelegte Zwiebeln, fein geschnitten**
- 10 g Schnittlauch, fein geschnitten**
- Für das Buttermilch-Dressing**
 - 125 ml Buttermilch**
 - 1 EL Zitronensaft**
 - Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle**

schritt 1 Für das Dressing alle Zutaten miteinander verrühren.

schritt 2 Die Eier 6 Minuten kochen, kalt abschrecken und schälen.

schritt 3 Das zerkleinerte Hühnerfleisch, den Salat, die Zwiebeln und den Schnittlauch gut vermischen. Die Eier halbieren, auf dem Salat anrichten und alles mit dem Buttermilch-Dressing beträufeln.
Ergibt 4 Portionen.

einen versuch wert ...

SENF-DRESSING

1 EL Dijonsenf, 2 gepresste Knoblauchzehen, 2 EL Zitronensaft und 60 ml Olivenöl verrühren. Dieses Dressing verleiht dem Salat ein pikantes Aroma. Sie können auch fein geschnittenen Fenchel und blanchierten Spargel in den Salat geben.

KNOBLAUCH-DRESSING

2 EL Weißweinessig, 1 gepresste Knoblauchzehe und 80 ml Olivenöl verrühren. Dieses herzhaftere Dressing schmeckt besonders gut zu Salaten mit mediterranen Aromen, wie etwa Oliven, Ziegenkäse und Tomaten.

koch-tipp

Weich gekochte Eier werden perfekt, wenn man die Eier erst in das kochende Wasser gibt. Es empfiehlt sich, nur sehr frische Eier zu verwenden.

polenta

Dieses schlichte Gericht wird traditionell als Beilage gereicht, aber sein nussiger Geschmack und seine cremige Beschaffenheit machen ihn, kombiniert mit starken, herzhaften Aromen, zum Hauptdarsteller.



grundrezept polenta

500 ml Hühnerbrühe
375 ml Milch
170 g Instant-Polenta
30 g Butter, zerkleinert
20 g Parmesan, gerieben
Meersalz und schwarzer Pfeffer
aus der Mühle

schritt 1 Brühe und Milch in einem Topf zum Kochen bringen.

schritt 2 Nach und nach den Polentagrieß einrühren (siehe auch koch-tipp). Unter Rühren 2-3 Minuten aufkochen, bis der Brei eindickt.

schritt 3 Vom Herd nehmen, Butter und Parmesan einrühren, salzen und pfeffern.
Ergibt 4 Portionen.

rezept-tipps ...

SCHÖN RÜHREN

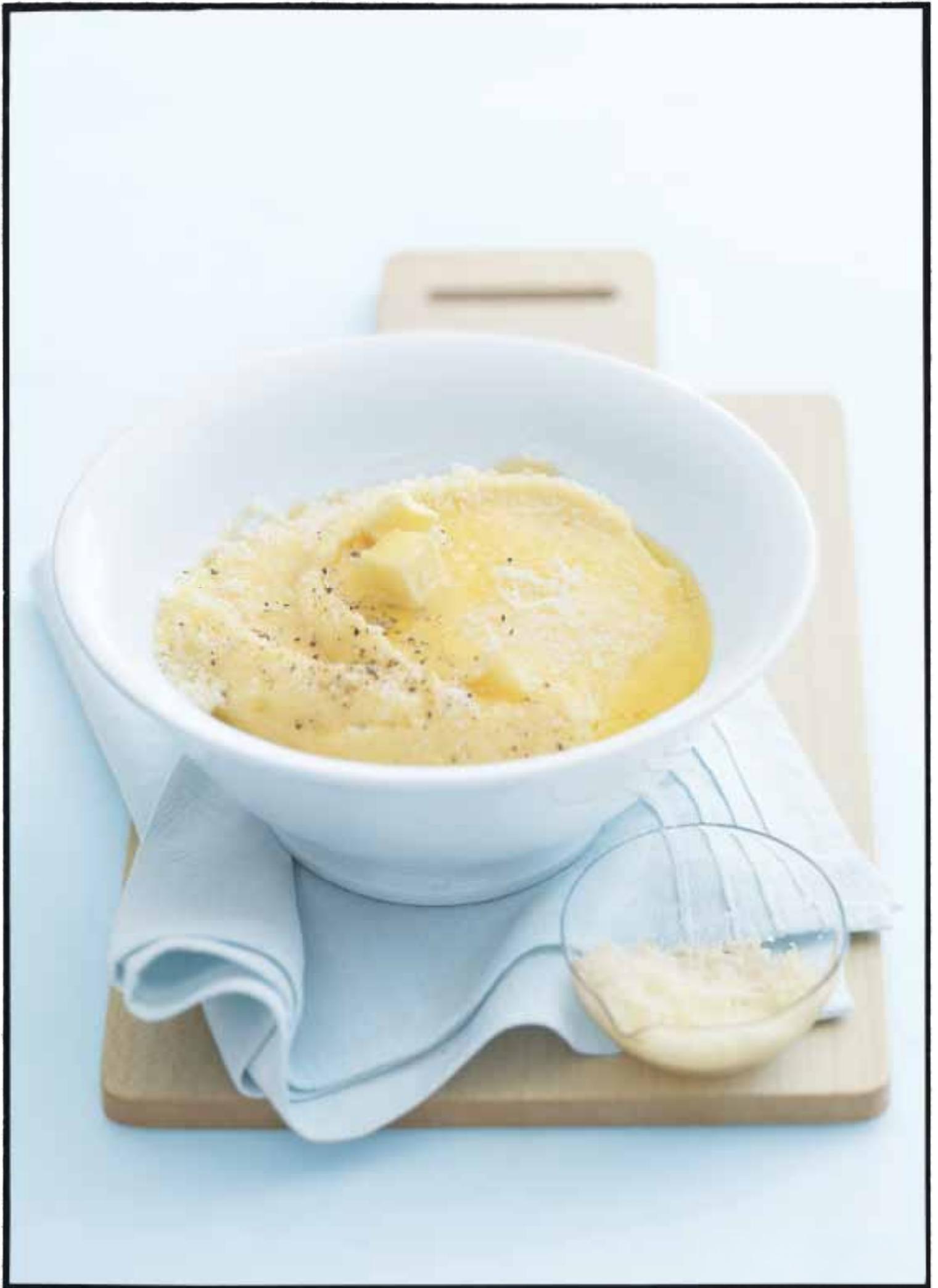
Wir verwenden in unseren Rezepten Instant-Polenta aus vorgegartem Maisgrieß - toll für schnelle Gerichte, da sie in wenigen Minuten fertig ist. Normaler Polentagrieß hat eine längere Garzeit und muss länger gerührt werden.

ZIEHEN LASSEN

Wenn man die Polenta vom Herd nimmt und stehen lässt, wird sie schnell fest. Wer weiche, cremige Polenta bevorzugt, muss sie sofort auf den Tisch bringen. Soll die Polenta vor der Weiterverarbeitung fest werden, muss man sie verteilen und glatt streichen, solange sie noch warm ist.

koch-tipp

Es ist wichtig, den Polentagrieß nach und nach und unter ständigem Rühren in die heiße Flüssigkeit zu geben. So wird der Brei klumpenfrei und herrlich weich und cremig.



polentastreifen mit kräutern

1 Portion Polenta (siehe Seite 28)

1 EL gehackte Rosmarinnadeln

1 EL Oreganoblätter

1 EL Thymianblätter

Olivenöl zum Bestreichen

Meersalzflocken zum Bestreuen

Die Polenta wie beschrieben zubereiten, dabei allerdings die Milch durch 375 ml zusätzliche Hühnerbrühe* ersetzen. Die Polenta etwa 1 cm dick in einer leicht gefetteten Auflaufform ausstreichen und 30 Minuten kalt stellen, bis sie fest ist.

Den Ofen auf 220 Grad vorheizen. Die Polenta in Streifen von 2 x 10 cm schneiden, mit Öl bestreichen und salzen. Die Streifen auf ein leicht gefettetes Blech setzen und 20–25 Minuten goldbraun und knusprig backen. Polentastreifen mit Mayonnaise oder Aioli servieren. *Ergibt 4 Portionen.*

+ Für dieses Gericht benötigen Sie insgesamt 875 ml Hühnerbrühe.

gegrillte polenta mit pilzen und ricotta

1 Portion Polenta (siehe Seite 28)

4 Riesen-Champignons

Olivenöl zum Bestreichen

100 g Ricotta*

fertig gekaufter oder selbst gemachter Pesto zum Servieren

Die Polenta wie beschrieben zubereiten, dabei allerdings die Milch durch 375 ml zusätzliche Hühnerbrühe* ersetzen. Die Polenta in eine mit Backpapier ausgelegte, leicht gefettete Form (20 x 30 cm) füllen und glatt streichen. 30 Minuten kalt stellen, bis sie fest ist.

Die Polenta in 8 Stücke schneiden. Eine Grillpfanne erhitzen oder den Grill anheizen. Die Polentastücke und die Pilze mit Öl bestreichen. Die Pilze 10 Minuten braten oder grillen, dann von der Kochstelle nehmen.

Anschließend die Polentastücke von jeder Seite 5–6 Minuten goldbraun braten oder grillen. Polenta und Pilze zusammen mit dem Ricotta und dem Pesto anrichten. *Ergibt 4 Portionen.*

+ Für dieses Gericht benötigen Sie insgesamt 875 ml Hühnerbrühe.

cremige mais-polenta mit knusperhähnchen

4 Hühnerbrustfilets mit Flügelansatz und Haut

Olivenöl zum Beträufeln

5 Stängel Salbei

1 Portion Polenta (siehe Seite 28)

130 g fertig gekaufter Sahnemais (Creamed corn)*

1 EL gehackte Salbeiblätter

gedämpfte grüne Bohnen als Beilage

Den Ofen auf 220 Grad vorheizen. Die Hühnerfilets auf ein Backblech legen, mit Öl beträufeln und mit Salbeiblättern belegen. 20–25 Minuten goldbraun backen.

In der Zwischenzeit die Polenta zubereiten; dabei allerdings den Parmesan durch 30 g Cheddar ersetzen. Den Sahnemais und den gehackten Salbei einrühren. Die Mais-Polenta und die gedämpften grünen Bohnen auf Teller verteilen und die Hühnerfilets darauf anrichten. *Ergibt 4 Portionen.*

polentapfanne mit chorizo, oliven und feta

1 Portion Polenta (siehe Seite 28)

2 EL gehackte Basilikumblätter

1 Chorizo*, in Scheiben geschnitten

20 g entsteinte grüne Oliven, in Scheiben geschnitten

50 g Feta, zerbröselt

2 Mozzarella-Kugeln, grob zerrissen

150 g Kirschtomaten

Die Polenta zubereiten. Das Basilikum darunterheben und die Polenta in eine Pfanne (20 cm Durchmesser) mit ofenfestem Griff füllen, glatt streichen. Chorizoscheiben, Oliven, Feta, Mozzarellastücke und die Tomaten darauf verteilen und 8 Minuten unter dem vorgeheizten Backofengrill goldbraun überbacken, bis der Käse geschmolzen ist. *Ergibt 4 Portionen.*



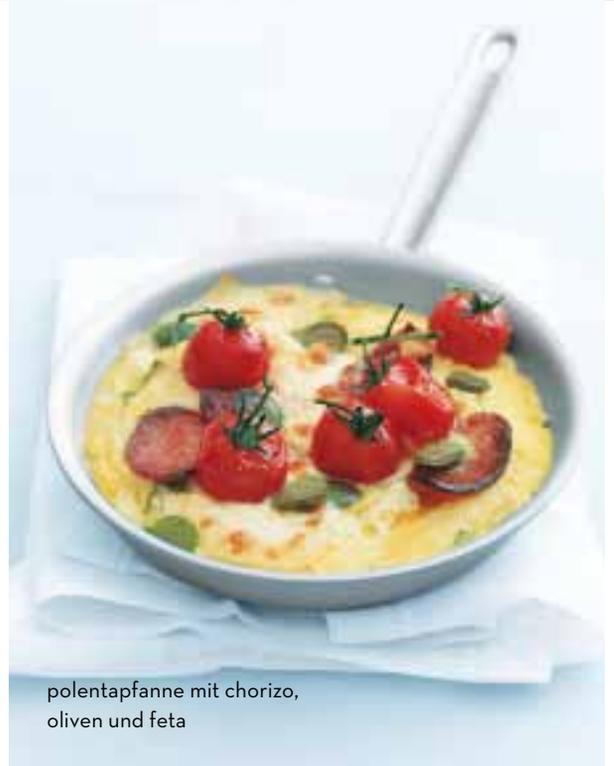
polentastreifen mit kräutern



cremige mais-polenta
mit knusperhühnchen



gegrillte polenta mit pilzen
und ricotta



polentafanne mit chorizo,
oliven und feta



gratin

Dieses herrlich altmodische Gericht aus Schichten zart schmelzender Kartoffeln und cremiger Sauce macht jede noch so schlichte Mahlzeit zum besonderen Genuss.



schritt 1



schritt 2

kartoffelgratin

- 125 ml Rahm
- 125 ml Milch
- ¼ TL geriebene Muskatnuss
- 20 g Butter, geschmolzen
- 600 g fest kochende Kartoffeln (z. B. Désirée)
- 1 mittelgroße Zwiebel, geschält und fein geschnitten
- 2 Knoblauchzehen, gepresst
- Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

schritt 1 Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den Rahm mit Milch und Muskatnuss in einem Topf bei mittlerer Temperatur kurz aufkochen, vom Herd nehmen.

schritt 2 Eine Auflaufform (1 l Inhalt) mit Butter gut fetten. Kartoffeln, Zwiebel und Knoblauch lagenweise einschichten, salzen und pfeffern und mit einer Schicht Kartoffeln abschließen.

schritt 3 Die Milch-Rahm-Mischung noch warm über die Kartoffeln gießen und den

Auflauf 45 Minuten backen, bis die Kartoffeln gar sind. *Ergibt 6 Portionen.*

einen versuch wert ...

PASTINAKEN-SÜSSKARTOFFEL-AUFLAUF
45 g Semmelbrösel, 2 EL geschmolzene Butter, 2 TL gehackte Rosmarinnadeln, 25 g geriebenen Parmesan und 40 g Pinienkerne in einer Schüssel vermischen. Nach Rezept einen Gratin aus 200 g Kartoffeln sowie je 200 g geschälten und fein geschnittenen Pastinaken und Süßkartoffeln zubereiten. Auf jede Schicht etwas der Rosmarin-Brösel-Mischung geben.

koch-tipp

Wenn Sie auf jede Schicht des Gratins etwas geriebenen Käse streuen, wird er kräftiger im Geschmack und hält viel besser zusammen. Wählen Sie Ihren Lieblingskäse - sei es milder Cheddar, Gruyère, Parmesan, würziger Blauschimmelkäse oder Ziegenkäse. Schließen Sie mit einer Schicht Käse ab - so bekommt der Auflauf eine knusprige Kruste.



fischfilet

Sie brauchen:
ein Küchenbrett
ein scharfes Filetmesser
ein kleines spitzes Messer
eine Grätenpinzette

schritt 1 Mit dem Filetmesser einen schrägen Schnitt von oberhalb des Kopfes hinunter zur Bauchflosse machen; dabei den Schnitt bis zur bereits vorhandenen Bauchöffnung weiterführen.

schritt 2 Die Hand fest auf den Oberseite des Fisches legen und vom Beginn des ersten Schnitts oben am Kopf einen 1 cm tiefen Schnitt entlang der Rückengräte bis zum Schwanz ausführen.

schritt 3 Zum ersten Schnitt zurückkehren und das Filet mit büstenden Bewegungen von den Gräten lösen, indem Sie das Messer über die Gräten gleiten lassen (nicht sägen!). Arbeiten Sie sich auf diese Weise bis hinunter zum Schwanz vor. Schützen Sie die freie Hand dabei mit einem gefalteten Geschirrtuch. Das Messer durch den Schwanz hindurchführen. In der Bauchhöhlung werden die Filets noch zusammenhängen. Mit einem kleinen spitzen Messer die Rippengräten durchschneiden und die Filets trennen.

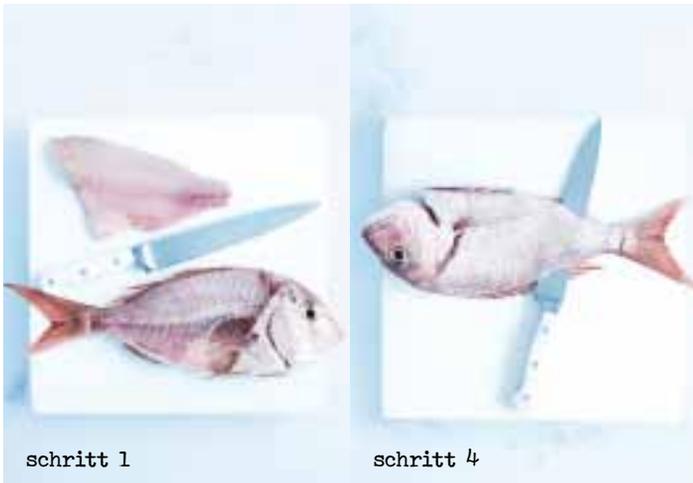
schritt 4 Den Fisch wenden, um das zweite Filet, wie in Schritt 1 beschrieben, herauszulösen. Der zweite Schnitt wird hier vom Schwanz entlang des Rückgrats bis zum ersten Schnitt am Kopf ausgeführt. Dann mit Schritt 2 und 3 fortfahren.

schritt 5 Mit der Grätenpinzette sorgfältig alle Gräten aus dem Fischfilet entfernen.

snapper mit kapern-zitronen-butter

1 EL Olivenöl
1 Snapper (etwa 1,3 kg schwer), filetiert und entgrätet
30 g Butter
2 EL eingesalzene Kapern*, abgespült und abgetropft
1 EL Zitronensaft
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
junger Blattspinat und Zitronenspalten zum Servieren

Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, darin den Fisch (zuerst auf der Hautseite) 1-2 Minuten pro Seite braten. Herausnehmen und warm stellen. Butter und Kapern in der Pfanne 1 Minute andünsten, bis die Butter bräunt. Den Zitronensaft hinzufügen und vom Herd nehmen. Den Fisch mit der Butter beträufeln, salzen und pfeffern. Dazu Spinat und Zitronenspalten reichen. *Ergibt 2 Portionen.*



schritt 1

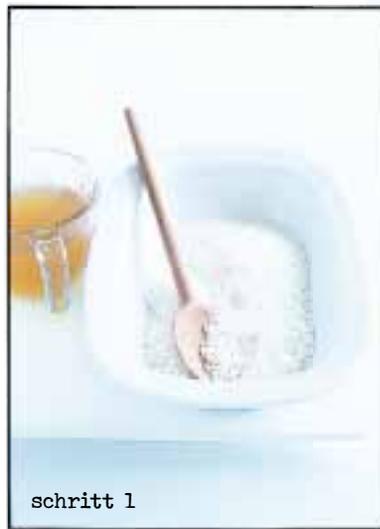
schritt 4

ofenrisotto

Ein cremiger Risotto ohne ständiges Rühren - ganz einfach im Ofen zubereitet. Dieser Klassiker ist vielseitig, köstlich und lässt sich nach Belieben kombinieren.

grundrezept risotto aus dem ofen

300 g Arborio-Reis*
1 1/8 l Hühnerbrühe
80 g geriebener Parmesan
40 g Butter
Meersalz und schwarzer Pfeffer
aus der Mühle



schritt 1



schritt 2

schritt 1 Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Reis und Brühe in eine Auflaufform (2 1/2 l Inhalt) geben und verrühren.

schritt 2 Die Form mit Alufolie fest verschließen. Im Ofen 40 Minuten garen, bis die Flüssigkeit fast vollständig aufgesogen und der Reis bissfest ist.

schritt 3 Parmesan und Butter darunterheben, salzen, pfeffern und sofort servieren.
Ergibt 4 Portionen.

tipps + tricks

AUFGEWÄRMT

Am besten ist Risotto, wenn man ihn sofort serviert. Reste kann man aber gut auf dem Herd wieder erwärmen, dazu unter Rühren nach und nach etwas Brühe hinzufügen.

GOLDENE IDEE

Reisbällchen sind ein köstlicher Imbiss. Risottoreste zu Kugeln rollen, mit Blauschimmelkäse, Mozzarella oder Parmesan füllen, in Semmelbröseln wälzen und goldbraun frittieren.

KNUSPRIGE EXTRAS

Speck oder Rohschinken knusprig braten, zerbröseln und über den Risotto geben - gibt ihm eine herzhaft Würze.

koch-tipps

Spülen Sie den Reis nicht ab, denn damit würde auch die Stärke entfernt, die dem Risotto seine cremige Konsistenz verleiht. Käse und Butter nur behutsam unterheben; durch heftiges Rühren wird der zarte Al-dente-Biss zerstört.





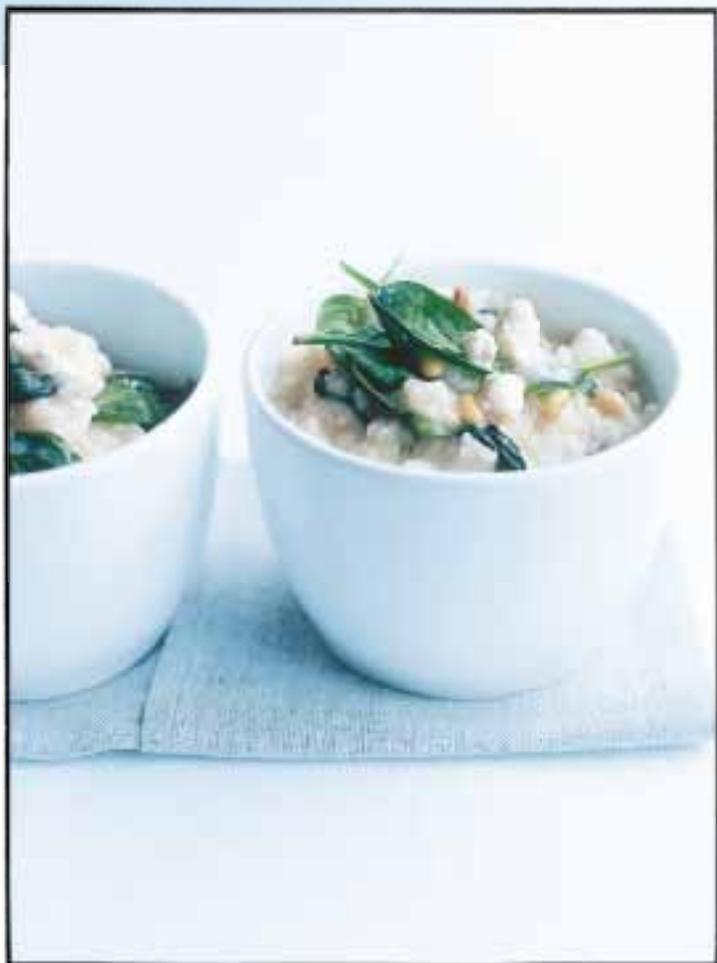
ofenrisotto mit speck, süßkartoffeln und salbei

400 g Süßkartoffeln (Kumara)*, geschält und zerkleinert
2 EL Olivenöl
4 Scheiben Bratspeck
40 g Butter
10 g Salbeiblätter
300 g Arborio-Reis*
1¹/₈ l Hühnerbrühe
80 g Parmesan, gerieben
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
geschmolzene Butter zum Beträufeln

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Die Süßkartoffeln mit 1 EL Olivenöl vermischen und auf einem Backblech 25 Minuten goldbraun backen. Beiseitestellen.

Eine beschichtete Pfanne erhitzen und im verbleibenden Esslöffel Öl den Speck 2-3 Minuten knusprig braten, beiseitestellen. Die Butter schmelzen und darin die Salbeiblätter 1-2 Minuten knusprig braten, beiseitestellen.

Reis und Brühe in einer Auflaufform (2¹/₂ l Inhalt) verrühren, diese mit Alufolie fest verschließen. Dann im Ofen 40 Minuten garen, bis die Flüssigkeit fast vollständig aufgesogen und der Reis bissfest ist. Parmesan, Salz, Pfeffer, Süßkartoffeln und Speck darunterheben. Mit Salbeiblättern garniert und mit geschmolzener Butter beträufelt servieren. *Ergibt 4 Portionen.*



ofenrisotto mit spinat, feta und pinienkernen

300 g Arborio-Reis*
1¹/₈ l Hühnerbrühe
80 g Parmesan, gerieben
40 g Butter
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
50 g junger Blattspinat
100 g Feta, zerbröselt
50 g Pinienkerne, geröstet

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Reis und Brühe in einer Auflaufform (2¹/₂ l Inhalt) verrühren, diese mit Alufolie gut verschließen und im Ofen 40 Minuten garen, bis die Flüssigkeit fast vollständig aufgesogen und der Reis bissfest ist. Parmesan, Butter, Salz, Pfeffer, Spinat, Feta und Pinienkerne darunterheben und servieren. *Ergibt 4 Portionen.*



ofenrisotto mit pilzen

10 g Butter
2 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen, gepresst
je 100 g Wiesen-, braune und weiße Champignons, in Scheiben geschnitten
300 g Arborio-Reis*
1 1/8 l Hühnerbrühe
80 g Parmesan, gerieben
40 g Butter
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Butter und Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen, darin Knoblauch und Pilze 5 Minuten goldbraun andünsten.

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Reis, Brühe und Pilze in einer Auflaufform (2 1/2 l Inhalt) vermischen, diese mit Alufolie verschließen und im Ofen 40 Minuten garen, bis die Flüssigkeit fast vollständig aufgesogen und der Reis bissfest ist. Parmesan, Butter, Salz und Pfeffer darunterheben und servieren.

Ergibt 4 Portionen.

ofenrisotto mit garnelen, zitrone und artischocken

300 g Arborio-Reis*
1 1/8 l Hühnerbrühe
16 rohe Garnelen, geschält, mit Schwanz
80 g Parmesan, gerieben
40 g Butter
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
2 TL abgeriebene Zitronenschale
4 Artischockenherzen, geviertelt
geriebener Parmesan zum Servieren

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Reis und Brühe in einer Auflaufform (2 1/2 l Inhalt) verrühren, diese mit Alufolie fest verschließen und im Ofen 35 Minuten garen. Dann die rohen Garnelen hinzufügen und zugedeckt weitere 5 Minuten garen, bis die Flüssigkeit fast vollständig aufgesogen und der Reis bissfest ist. Zum Schluss Parmesan, Butter, Salz, Pfeffer, Zitronenschale und Artischocken darunterheben. Mit Parmesan bestreut servieren. *Ergibt 4 Portionen.*



gnocchi

Genießen Sie diese weichen, luftigen Klößchen mit einer köstlichen Sauce Ihrer Wahl. Ob einfach nur in Salzwasser gegart oder mit Tomatensauce überbacken - Gnocchi sind immer unwiderstehlich.

grundrezept ricotta-gnocchi

500 g Ricotta*
40 g Parmesan, gerieben
2 Eier, leicht verknüpft
150 g Mehl
Meersalz und schwarzer Pfeffer
aus der Mühle



schritt 1

schritt 1 Alle Zutaten gut verrühren, salzen und pfeffern.

schritt 2 Den Teig auf der dünn bemehlten Arbeitsfläche zu Strängen von etwa 2 cm Durchmesser rollen. Die Stränge in 2 cm breite Stücke schneiden und leicht mit einem Gabelrücken eindrücken.

schritt 3 In einem großen Topf mit kochendem Salzwasser die Gnocchi portionsweise jeweils 2-3 Minuten garen, mit einem Schaumlöffel herausheben, abtropfen lassen und auf tiefe Teller verteilen. Mit Oreganobutter (siehe rechts) beträufeln und vorsichtig mischen.



schritt 2

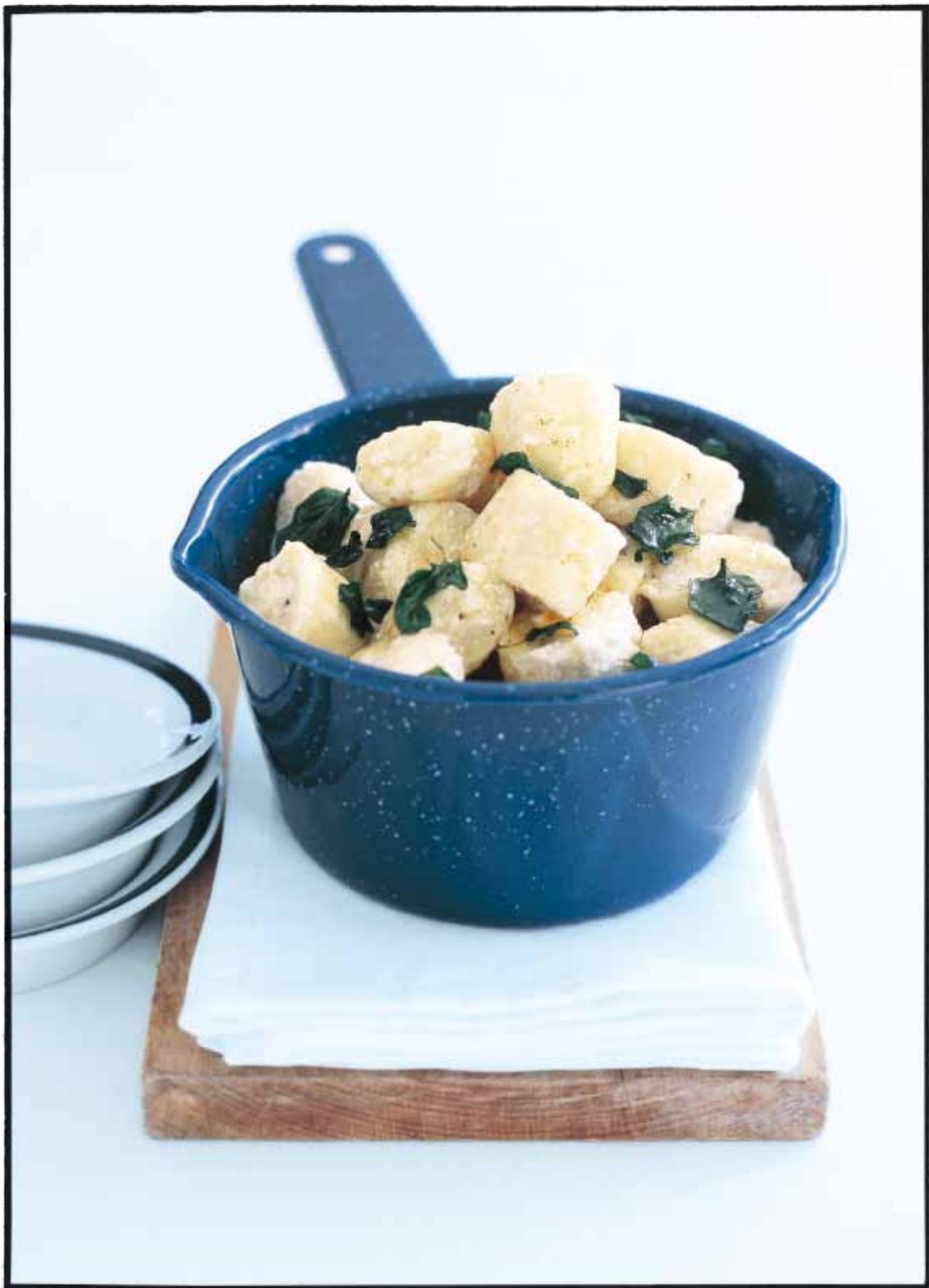
oreganobutter

140 g Butter
40 g Oreganoblätter
2 EL Weißweinessig

Die Butter in einer kleinen beschichteten Pfanne 3-4 Minuten braun werden lassen. Oregano und Essig beifügen und 1 weitere Minute mitdünsten. Die Butter unter die gegarten Gnocchi heben.

koch-tipp

Gnocchiteig kann man einen Tag im Voraus zubereiten. Den Teig zu Strängen rollen und in 2 cm breite Stücke schneiden, anschließend unter Frischhaltefolie im Kühlschrank aufbewahren. Die Gnocchi erst ganz kurz vor dem Servieren garen - so bleiben sie schön weich und luftig.





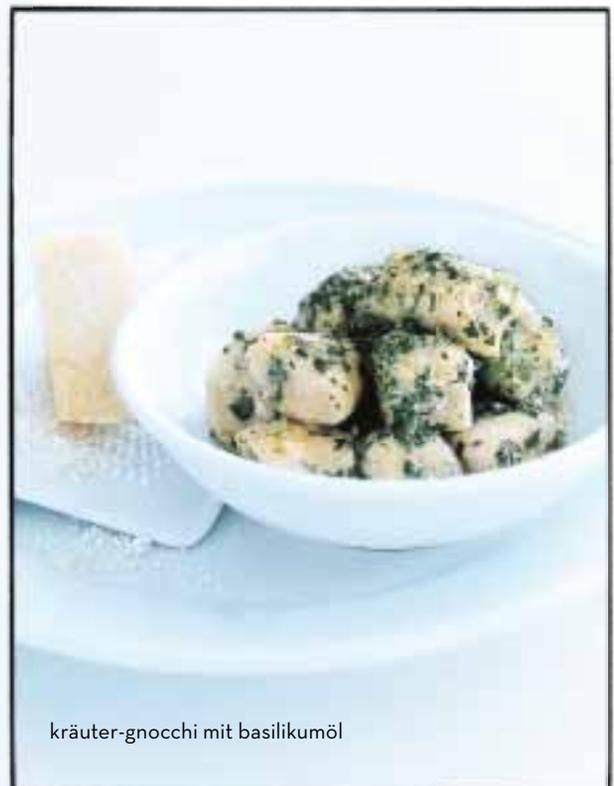
pilzrahm-gnocchi



schinken-spinat-gnocchi



überbackene gnocchi



kräuter-gnocchi mit basilikumöl

pilzrahm-gnocchi

1 Portion Ricotta-Gnocchi (siehe Seite 38)

150 g Ziegenkäse, zerbröseln
gehobelter Parmesan, zum Servieren
schwarzer Pfeffer aus der Mühle, zum Servieren

Für die Pilzrahmsauce

1 kleine Zwiebel, gehackt
1 EL Olivenöl
300 g weiße Champignons, in Scheiben geschnitten
300 ml Rahm
125 ml Hühnerbrühe
1 EL Thymianblätter
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Für die Pilzrahmsauce die Zwiebel im heißen Öl etwa 3 Minuten andünsten. Die Pilze weitere 5 Minuten mitdünsten. Dann Rahm, Brühe und Thymian dazugeben, salzen, pfeffern und 10 Minuten köcheln lassen, bis die Sauce etwas eindickt.

Die Gnocchi wie auf Seite 38 beschrieben zubereiten, dabei den Ziegenkäse in den Teig einarbeiten. Die Pilzrahmsauce über die gegarten Gnocchi geben, mit Parmesan und schwarzem Pfeffer bestreut servieren. *Ergibt 4 Portionen.*

überbackene gnocchi

1 Portion Ricotta-Gnocchi (siehe Seite 38)

100 g Mozzarella, gerieben
Für die Tomatensauce
3 Knoblauchzehen, in Scheiben geschnitten

1 EL Olivenöl
2 Dosen (à 400 g) Tomaten in Stücken
250 ml Hühnerbrühe
2 EL brauner Zucker
1 Dose (à 400 g) Borlottibohnen, abgetropft
2 EL gehackte Basilikumblätter
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Für die Tomatensauce den Knoblauch im Öl 1–2 Minuten andünsten. Dann Tomaten, Brühe und Zucker weitere 5–6 Minuten mitkochen. Anschließend die Bohnen und das Basilikum hinzufügen und die Sauce salzen und pfeffern.

Die Gnocchi wie beschrieben zubereiten. Die gegarten Gnocchi in eine Auflaufform (1 l Inhalt) geben, mit der Tomatensauce bedecken, darauf den Mozzarella verteilen. 3–4 Minuten unter den vorgeheizten Backofengrill stellen, bis der Käse geschmolzen und gebräunt ist. *Ergibt 4 Portionen.*

schinken-spinat-gnocchi

1 Portion Ricotta-Gnocchi (siehe Seite 38)

1/4 TL eingesalzene Kapern*, ab gespült,
abgetropft und fein gehackt
2 Sardellenfilets, gehackt
50 g Butter
8 Scheiben Rohschinken, gehackt
70 g junger Blattspinat, gehackt
1 EL abgeriebene Zitronenschale
geriebener Parmesan zum Servieren

Die Gnocchi wie beschrieben zubereiten, dabei die Kapern und die Sardellen in den Teig einarbeiten. Die Gnocchi garen und beiseite stellen.

Eine große beschichtete Pfanne erhitzen, die Butter schmelzen und den Schinken 2–3 Minuten knusprig braten. Gehackten Spinat und Zitronenschale einrühren und die Gnocchi darunterheben. Mit Parmesan bestreut servieren. *Ergibt 4 Portionen.*

kräuter-gnocchi mit basilikumöl

1 Portion Ricotta-Gnocchi (siehe Seite 38)

2 TL gehackte Zitronenschale
10 g Minzeblätter, gehackt
10 g glattblättrige Petersilie, gehackt
10 g Basilikumblätter, gehackt
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
geriebener Parmesan zum Servieren
Für das Basilikumöl
40 g Basilikum, gehackt
125 ml Olivenöl
2 EL Zitronensaft
20 g Parmesan, gerieben
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

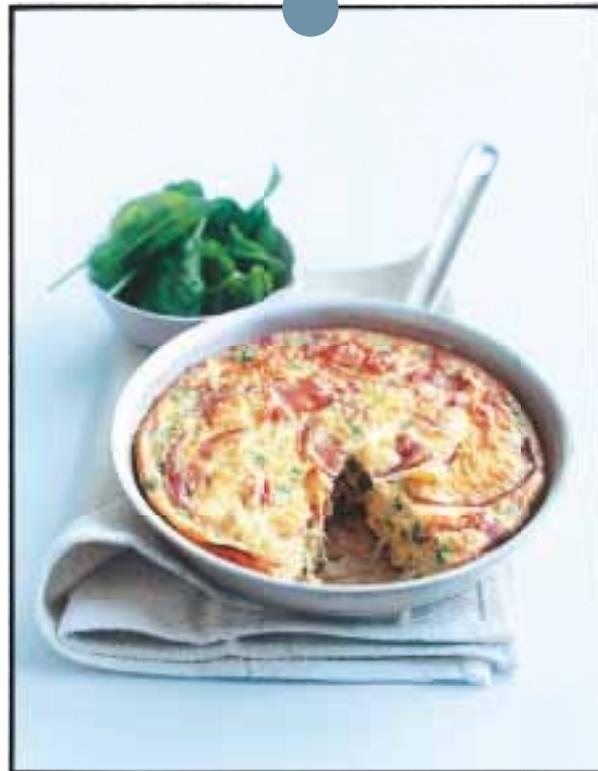
Für das Basilikumöl alle Zutaten im Mixer fein pürieren und beiseite stellen.

Die Gnocchi wie beschrieben zubereiten, dabei Zitronenschale, Minze, Petersilie, Basilikum, Salz und Pfeffer in den Teig einarbeiten. Zuletzt das Öl unter die gegarten Gnocchi heben und mit Parmesan bestreut servieren. *Ergibt 4 Portionen.*



unverzichtbar

tomatensauce
reis
couscous
geschmorter knoblauch
zwiebel-relish
currypaste
bratensauce
aioli
salsa verde
terriner
hühnerleberpastete
blini
carpaccio
reispapier-rollen
frittata
fladenbrot





tomatensauce

Leicht zuzubereiten und voll kräftiger Aromen, ist diese frische Sauce ideal für schnelle Nudelgerichte oder als Pizzabelag. Sie ist so gut, dass Sie sie auf Vorrat kochen werden!



frische tomatensauce

- 1 kg am Strauch gereifte Romatomen***
- 5 Knoblauchzehen, ungeschält**
- 2 EL Olivenöl**
- 1 TL Rotweinessig**
- 1 TL feiner Zucker**
- Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle**
- 40 g Basilikumblätter**

schritt 1 Den Ofen auf 200 Grad vorheizen. Mit einem kleinen, spitzen Messer die Tomaten am unteren Ende mit 2 cm langen Schnitten über Kreuz einritzen. Tomaten und Knoblauchzehen in eine mit Backpapier ausgelegte Form geben und 15-20 Minuten schmoren, bis die Tomaten weich werden und sich ihre Haut ablösen beginnt. Etwas abkühlen lassen.

schritt 2 Tomaten und Knoblauchzehen schälen, grob zerkleinern und mit Öl, Essig, Zucker, Salz, Pfeffer und Basilikum vermischen. *Ergibt ca. 700 ml.*

einen versuch wert ...

GUTE BASIS

Diese stückige Sauce ist eine ideale Pizzabasis. Und mit einigen wenigen weiteren Zutaten ergibt sie eine tolle Pastasauce oder eine Schmorsauce für Fleischgerichte wie Ossobuco. Wer glatte Saucen bevorzugt, püriert die fertige Sauce im Mixer.

MIT MEERESFRÜCHTEN

Die Tomatensauce zum Kochen bringen, rohe geschälte Garnelen darin 2-3 Minuten mitgaren. Die Sauce auf Fettucine oder Penne anrichten.

rezept-tipp

Diese Sauce kann man luftdicht verschlossen im Kühlschrank bis zu 4 Tage aufbewahren. Dann die Sauce bei niedriger Hitze erwärmen und als schnelle Pastasauce servieren oder auch als Pizzabelag verwenden.



reis

300 g Langkorn- oder Duftreis
625 ml Wasser

Den Reis und das kalte Wasser in einen großen Topf mit dicht schließendem Deckel geben, bei mittlerer Temperatur erhitzen und dann 10–12 Minuten kochen lassen, bis sich im Reis senkrechte »Tunnel« bilden und die Flüssigkeit fast vollständig aufgesogen ist. Vom Herd nehmen, mit geschlossenem Deckel 5–10 Minuten stehen lassen. Den Reis mit einer Gabel auflockern und servieren.

Ergibt 4 Portionen.

Tipp: Zum Einfrieren breiten Sie den gegarten Reis auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech aus, lockern ihn mit einer Gabel auf, sodass die Körner nicht aneinander kleben, und lassen ihn abkühlen. Dann geben Sie ihn in luftdicht verschließbare Behälter. Vor der Verwendung im Kühlschrank auftauen lassen – so haben Sie immer eine Grundlage für ein schnelles Essen oder eine unkomplizierte Beilage zur Hand.



COUSCOUS

300 g Instant-Couscous*
375 ml heißes Wasser oder Hühnerbrühe
30 g Butter
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Den Couscous und das Wasser oder die Brühe in eine Schüssel geben und mit Frischhaltefolie bedecken bzw. mit einem Deckel fest verschließen. 5 Minuten quellen lassen oder so lange, bis die Flüssigkeit vollständig aufgesogen ist. Die Butter hinzufügen, salzen und pfeffern. Den Couscous mit einer Gabel gut auflockern.
Ergibt 4 Portionen.

Tipp: Mit Hühnerbrühe zubereitet, bekommt der Couscous mehr Aroma. Sie können auch nach Belieben weitere Gewürze, frische oder getrocknete Kräuter, Rosinen oder Pinienkerne darunterheben. Verwenden Sie den gegarten Couscous für Salate oder als Beilage zu Eintöpfen, Schmor- oder Grillfleisch.



geschmorter knoblauch

3 Knollen Knoblauch
1 EL Olivenöl
geröstetes Brot, zum Servieren

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Den oberen Teil der Knoblauchknollen abschneiden, sodass die Zehen sichtbar sind. Die Knollen mit Olivenöl beträufeln, in Alufolie wickeln und auf ein Backblech setzen. 45 Minuten schmoren, bis das Fleisch weich ist, dann abkühlen lassen, auslösen* und mit einer Gabel zerdrücken. Auf geröstetes oder gegrilltes Brot streichen.

+ Der Knoblauch wird durch das Schmoren so weich und cremig, dass Sie ihn ganz einfach aus der Haut drücken können. Geschmorten Knoblauch können Sie auch in Saucen weiterverarbeiten oder zu geschmortem Fleisch oder Gemüse reichen.



zwiebel-relish

2 kg Zwiebeln
80 ml Olivenöl
175 g brauner Zucker
250 ml Rotweinessig
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Die Zwiebeln in feine Ringe schneiden. Eine große, tiefe Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl hineingeben, die Zwiebeln darin zugedeckt unter gelegentlichem Rühren 40 Minuten schmoren, bis sie goldbraun und karamellisiert sind. Zucker und Essig dazugeben, salzen, pfeffern und gut umrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Weitere 10 Minuten kochen, bis die Masse sirupartig eindickt. Die Mischung in sterilisierte Gläser füllen.

Ergibt 1¼ l.

Tip: Ungeöffnet und an einem kühlen, dunklen Ort lässt sich das Relish bis zu drei Monate aufbewahren. Einmal angebrochen, hält es sich im Kühlschrank etwa einen Monat. Vor dem Verzehr Raumtemperatur annehmen lassen.



currypaste

Diese Grundzutat der asiatischen Küche ist nicht nur unverzichtbar für ein würziges Curry, sie ergibt auch eine ausgezeichnete Marinade für Grillfleisch.



grüne currypaste

- ½ TL gemahlener Kreuzkümmel
- ½ TL Korianderpulver
- ¼ TL Kurkuma*
- 1 TL Shrimppaste*
- 1 Zwiebel oder 5 Frühlingszwiebeln,
gehackt
- 2 Stängel Zitronengras*,
weißer Teil fein geschnitten
- 4 Kaffirlimettenblätter*, grob gehackt
- 2 TL geriebener Ingwer
- 4 große grüne Chilis*
(2 davon entkernt), gehackt
- 2 EL gehackte Korianderwurzel
- 30 g Koriandergrün
- 2 TL brauner Zucker
- Meersalz und schwarzer Pfeffer
aus der Mühle
- 2 EL Erdnussöl

schritt 1 Kreuzkümmel, Korianderpulver, Kurkuma und Shrimppaste in einer kleinen beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze unter Rühren 2-3 Minuten andünsten, bis die Shrimppaste geschmeidig ist und die Mischung würzig duftet.

schritt 2 Die Gewürzmischung zusammen mit Zwiebel, Zitronengras, Kaffirlimettenblättern, Ingwer, Chilis, Korianderwurzel und Koriandergrün sowie Zucker, Salz und Pfeffer im Mixer gut vermischen.

schritt 3 Bei laufendem Motor nach und nach das Öl dazugeben bis eine geschmeidige Paste entsteht. *Ergibt etwa 250 ml.*

einen versuch wert ...

THAI-CURRY MIT HUHN

3 EL grüne Currypaste in 1 EL Öl bei mittlerer Hitze 1 Minute andünsten. Darin 500 g gewürfeltes Hühnerschenkelfleisch anbraten, 250 ml Kokoscreme und 180 ml Hühnerbrühe dazugeben und zugedeckt 20 Minuten köcheln lassen. Grüne Bohnen oder zerkleinerte Schlangenbohnen hinzufügen und weich dünsten. Mit gedämpftem Reis und Koriandergrün bestreut servieren. *Ergibt 4 Portionen.*

ALS MARINADE

Die grüne Würzpaste eignet sich auch als exotische Marinade für Fleisch, das gebraten oder gegrillt wird.

vorrat für später

Übrig gebliebene Currypaste in einen sauberen, luftdicht verschließbaren Behälter geben und bis zu 2 Monate im Kühlschrank aufbewahren oder in kleinen Portionsbehältern im Tiefkühler bis zu 3 Monate.



bratensauce

Was wäre ein Braten ohne köstliche Sauce? Wenn Sie die Grundregeln kennen, können Sie sie nach Ihrem persönlichen Gusto verfeinern - mit Senf, Rotwein oder anderem mehr.



grundrezept bratensauce

- 1 EL Bratensaft oder Pflanzenöl
- 2 EL Mehl
- 500 ml Hühnerbrühe
- 1 TL Tomatenmark
- 1 TL feiner Zucker
- 2 Lorbeerblätter
- 6 schwarze Pfefferkörner

schritt 1 Bratensaft oder Pflanzenöl in einer tiefen Pfanne bei niedriger Hitze erwärmen. Das Mehl hinzufügen, unter Rühren 5-7 Minuten goldbraun andünsten.

schritt 2 Nach und nach die Hühnerbrühe einrühren. Tomatenmark, Zucker, Lorbeerblätter und Pfeffer dazugeben und bei stärkerer Hitze etwa 5 Minuten eindicken lassen. Zu Hühnchen, Truthahn oder Schweinefleisch reichen. *Ergibt 500 ml.*

einen versuch wert ...

ROTWEINSAUCE

In Schritt 2 mit den anderen Zutaten nach und nach 125 ml Rotwein einrühren. Zu Steak oder Würstchen und Kartoffelpüree servieren. Die Qualität des Weins wirkt sich auf die Sauce aus - wählen Sie also einen guten Tropfen, den Sie auch gerne trinken.

SENF-BRANDY-SAUCE

Rühren Sie in Schritt 2 behutsam 125 ml Brandy und 1 EL grobkörnigen Senf ein. Diese Sauce passt zu Backhähnchen, Truthahn oder Schweinefleisch.

koch-tipp

Benutzen Sie immer einen Schneebesen, wenn Sie Flüssigkeiten unter die Mehlmischung rühren - so gibt es keine Klümpchen. Und falls doch, streichen Sie die Sauce durch ein feines Sieb.



aioli

1 Ei
 1 EL Zitronensaft
 3 Knoblauchzehen, gepresst
 250 ml Pflanzenöl
 Meersalzflöcken

Ei, Zitronensaft und Knoblauch im Mixer oder in der Küchenmaschine gut verrühren. Bei laufendem Motor nach und nach in dünnem Strahl das Öl einlaufen lassen, bis eine dickliche, geschmeidige Masse entstanden ist. Mit Salz abschmecken.

Ergibt 300 ml.

Tipp: Aioli ergibt einen pikanten Dip zu gegrillten Garnelen, gegrilltem Fleisch oder Fisch oder auch einen herzhaften Brotaufstrich.



salsa verde

40 g glattblättrige Petersilie
 1 EL eingesalzene Kapern*, abgspült und abgetropft
 1 kleine Knoblauchzehe, gehackt
 1 TL Dijonsenf
 2 Sardellenfilets, nach Belieben
 1 EL Zitronensaft
 1 EL Olivenöl

Petersilie, Kapern, Knoblauch, Senf und Sardellen im Mixer oder in der Küchenmaschine grob hacken. Bei laufendem Motor nach und nach den Zitronensaft und das Öl hinzufügen, bis eine geschmeidige Masse entstanden ist. *Ergibt 125 ml.*

Tipp: Diese grüne Sauce ist ein idealer Begleiter zu geschmortem Lammfleisch, gegrilltem Steak oder Huhn. Sie können sie auch als Marinade verwenden.

terrine

Dieser rustikale französische Klassiker ist eine Alternative zur Pastete und ideal für Einladungen. Sie lässt sich mit einer Vielzahl von Fleischarten und Würzzutaten zubereiten. Bon appétit!



schritt 1



schritt 2



schritt 3

fleischterriner nach bauernart

- 800 g grob gehacktes Kalbfleisch
- 800 g grob gehacktes Schweinefleisch
- 3 Scheiben Frühstücksspeck, fein gehackt
- 3 Knoblauchzehen, gepresst
- 2 EL Zitronenthymianblätter
- 1 EL Meersalzflocken
- 2 TL grob zerstoßener schwarzer Pfeffer
- 125 ml Brandy
- 3 Eier
- 16–20 Scheiben Rohschinken

schritt 1 Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Fleisch, Speck, Knoblauch, Thymian, Salz, Pfeffer, Brandy und Eier in einer Schüssel gut vermengen.

schritt 2 Eine dünn gefettete Kastenform (32 x 8 x 8 cm) leicht überlappend mit dem Rohschinken auslegen. Die Fleischmischung in die Form pressen und mit dem überstehenden Teil des Rohschinkens bedecken. Die Form gut mit Alufolie verschließen und in eine Auflaufform stellen. Diese bis zur halben Höhe der Kastenform mit heißem Wasser füllen und die Terrine 1½ Stunden im Ofen garen. Die Form aus dem Wasser nehmen.

schritt 3 Ein Stück Karton in der Größe der Form zuschneiden, auf die Terrine legen und diese, mit Konservendosen beschwert, über Nacht kalt stellen. Zum Servieren die Terrine stürzen und in Scheiben schneiden. *Ergibt 10–12 Portionen.*

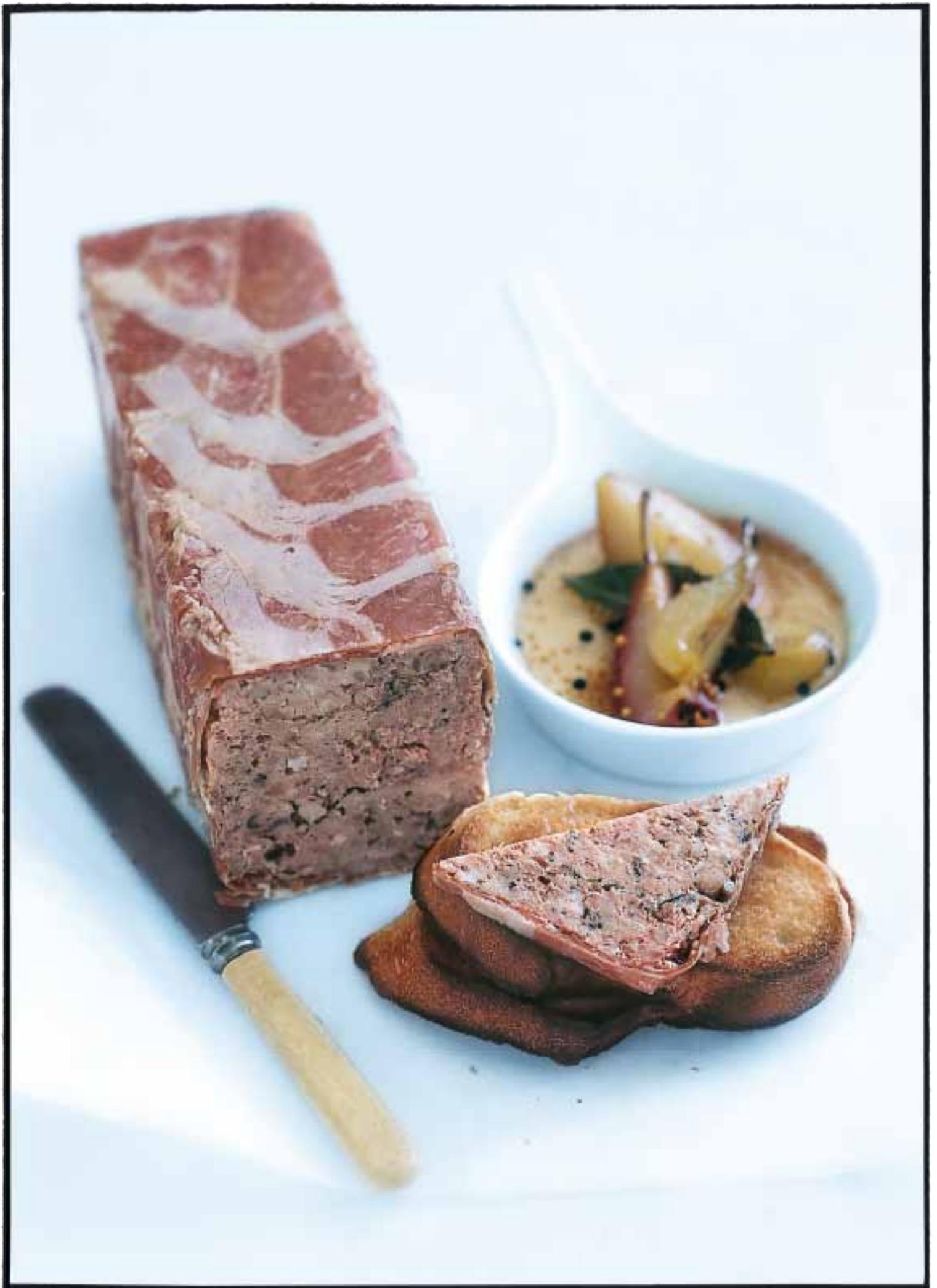
einen versuch wert ...

BEGLEITER

Dazu passen Dillgurken oder Cornichons, Gewürzgurken oder Chutneys, in Senf eingelegtes Obst oder Relishes. Zu einem zwanglosen Imbiss reichen Sie dazu geröstetes Baguette, knuspriges Fladenbrot oder ein herzhaftes Landbrot.

rezept-tipps

Eine perfekt gegarte Terrine sollte noch leicht rosa sein. Lösen Sie die Terrine vor dem Stürzen rundherum mit einem stumpfen Messer von der Kastenform. Gut in Frischhaltefolie verpackt, hält sich die Terrine im Kühlschrank bis zu 5 Tage.



fleischterrinen im lauchmantel mit rosa pfeffer

3 Stangen Lauch, längs halbiert, blanchiert, in Blätter getrennt
400 g grob gehacktes Kalbfleisch
400 g grob gehacktes Schweinefleisch
1 Scheibe Frühstücksspeck, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, gepresst
1 EL Thymianblätter
1 EL rosa Pfefferkörner, fein zerstoßen
2 TL Meersalzflöcken
1 TL zerstoßener schwarzer Pfeffer
80 ml süßer Sherry
2 Eier

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. 8 kleine, leicht gefettete Mini-Kastenformen (je 180 ml Inhalt) mit dem Lauch auslegen. Alle übrigen Zutaten gut vermengen. Dann Schritt 2 und 3 des Grundrezepts von Seite 50 folgen. Die Terrinen 30 Minuten garen und anschließend etwa 4 Stunden kalt stellen. Vor dem Servieren stürzen. *Ergibt 8 Stück.*

fleischterrinen mit karamellisiertem apfel

25 g Butter
60 g brauner Zucker
3 TL Wasser
6 Salbeiblätter
2 kleine rote Äpfel, in Scheiben geschnitten
400 g grob gehacktes Hühnerfleisch
400 g grob gehacktes Schweinefleisch
1 Scheibe Frühstücksspeck, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, gepresst
2 TL Meersalzflöcken
1 TL zerstoßener schwarzer Pfeffer
60 ml Marsala*
2 Eier

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Butter, Zucker und Wasser in einem kleinen Topf unter Rühren zum Kochen bringen und 1-2 Minuten köchelnd zu Karamell eindicken lassen. 6 leicht gefettete Muffinförmchen (je 250 ml Inhalt) mit Backpapier auskleiden, die Karamellmasse und je ein Salbeiblatt sowie eine Apfelscheibe hineingeben.

Fleisch, Speck, Knoblauch, Salz, Pfeffer, Marsala und Eier gut vermengen. Dann Schritt 2 und 3 des Grundrezepts von Seite 50 weiter folgen. Die Terrinen 30 Minuten garen und anschließend 4 Stunden kalt stellen. *Ergibt 6 Stück.*

geflügelterrinen mit pistazien

800 g grob gehacktes Hühnerfleisch
800 g grob gehacktes Schweinefleisch
3 Scheiben Frühstücksspeck, fein gehackt
3 Knoblauchzehen, gepresst
2 EL gehackte Estragonblätter
200 g getrocknete Cranberries
70 g geschälte ungesalzene Pistazien
1 EL Meersalzflöcken
2 TL zerstoßener schwarzer Pfeffer
125 ml Portwein
3 Eier

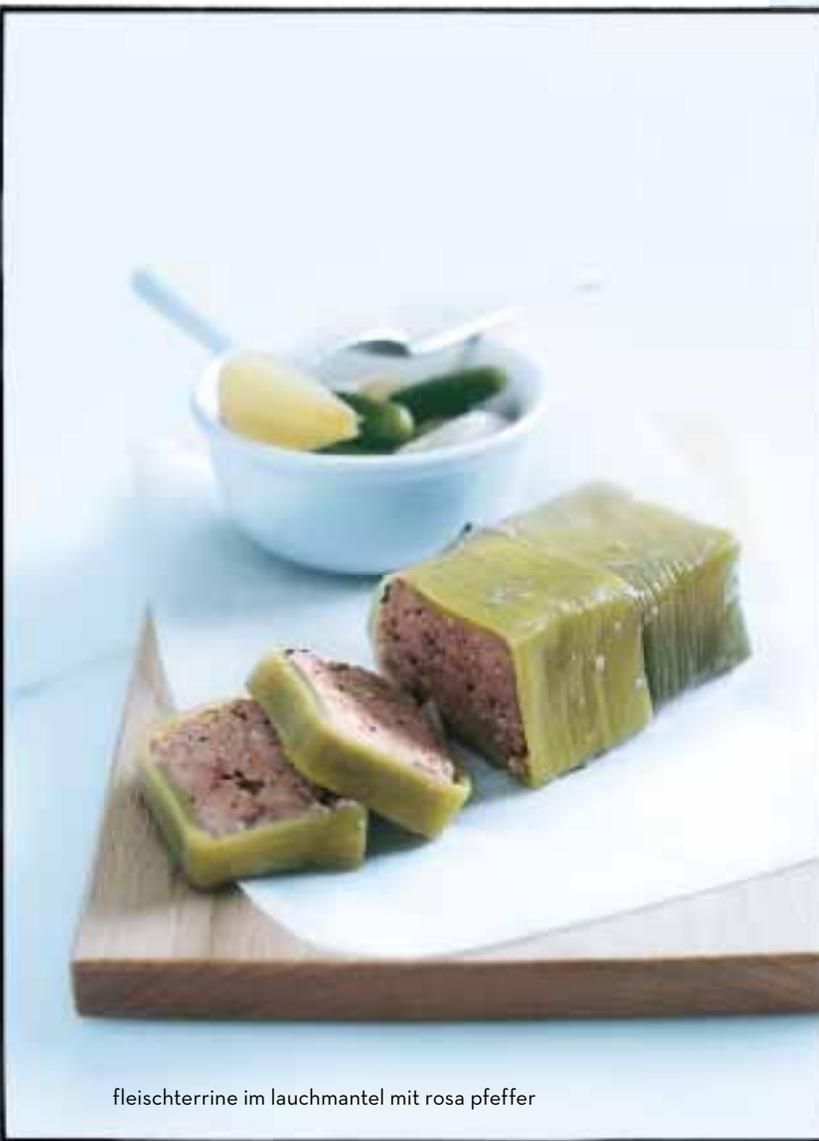
Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Alle Zutaten gut vermengen. Dann Schritt 2 und 3 des Grundrezepts von Seite 50 weiter folgen. Die Terrine 1 1/2 Stunden garen und anschließend über Nacht kühl stellen. Vor dem Servieren stürzen und in Scheiben aufschneiden. *Ergibt 10-12 Portionen.*

terrinen von ente und kalb

4 Entenbrustfilets (à 225 g), ohne Haut
Olivenöl zum Bestreichen
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
10-12 Scheiben Frühstücksspeck zum Auslegen der Form
1,2 kg grob gehacktes Kalbfleisch
2 Scheiben Frühstücksspeck, fein gehackt
3 Knoblauchzehen, gepresst
2 EL Majoranblätter
1 EL Meersalzflöcken
2 TL zerstoßener schwarzer Pfeffer
125 ml Brandy
3 Eier

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Die Entenbrüste mit Olivenöl bestreichen, salzen, pfeffern und in einer beschichteten Pfanne auf jeder Seite 1 Minute anbraten.

Eine leicht gefettete Kastenform (2 l Inhalt) leicht überlappend mit Speckscheiben auskleiden. Alle übrigen Zutaten vermengen, die Hälfte der Fleischmasse in die vorbereitete Form pressen, die Entenbrüste darauflegen und mit der restlichen Fleischmasse bedecken. Den überstehenden Teil des Specks darüberschlagen, die Form mit Alufolie fest verschließen und in eine Auflaufform stellen. Diese bis zur halben Höhe der Kastenform mit heißem Wasser füllen, die Terrine 1 1/2 Stunden im Ofen garen. Die Form aus dem Wasser nehmen und mit einem Gewicht beschwert über Nacht kalt stellen. Stürzen und in Scheiben aufschneiden. *Ergibt 10-12 Portionen.*



fleischterrine im lauchmantel mit rosa pfeffer



geflügelterrine mit pistazien



fleischterrine mit karamellisiertem apfel



terrine von ente und kalb



hühnerleberpâté

20 g Butter
 2 Knoblauchzehen, gepresst
 1 kleine Zwiebel, gehackt
 300 g Hühnerleber, pariert (siehe rezept-tipp)
 60 ml Brandy
 125 g kalte Butter zusätzlich, zerkleinert
 60 ml Crème double*
 Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
 80 g geklärte Butter (siehe unten)
 geröstetes Brot und Cornichons zum Servieren

schritt 1 In einer großen beschichteten Pfanne Butter, Knoblauch und Zwiebel bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten andünsten. Die Leber 1 weitere Minute mitbraten, dann den Brandy beifügen und nochmals 1 Minuten dünsten.

schritt 2 Die Lebermischung mit der zusätzlichen kalten Butter, Crème double, Salz und Pfeffer pürieren.

schritt 3 Die Masse durch ein Haarsieb streichen und in 2 runde Schalen (je 250 ml Inhalt) füllen.

schritt 4 Die geklärte Butter auf das Pâté gießen und 2 Stunden kalt stellen. Mit Brot und Cornichons servieren. *Ergibt 4 Portionen*

geklärte butter

Die Butter bei sehr schwacher Hitze, ohne zu rühren, schmelzen. Den Topf vom Herd nehmen. Beim Abkühlen sinken die festen Milchbestandteile nach unten, oben bleibt eine klare, goldfarbene Flüssigkeit. Diese ganz behutsam, ohne die abgesunkenen Feststoffe aufzuwirbeln, abschöpfen.



schritt 2



schritt 3

rezept-tipp

Hühnerleber hat zwei Lappen. Entfernen Sie vorsichtig alles weiße Bindegewebe und die Adern, damit die Pastete nicht bitter schmeckt.



blini

Diese luftigen Buchweizen-Küchlein eignen sich sehr gut als Fingerfood. Die perfekte Unterlage für einen Belag ganz nach Ihrem Geschmack - von Frischkäse bis Lachs.



grundrezept blini

100 g Weizenmehl, gesiebt
35 g Buchweizenmehl*, gesiebt
 ½ TL Salz
 1 TL Trockenhefe
 125 ml Milch
 80 g Sauerrahm
 1 Ei, getrennt

schritt 1 Beide Mehle, Salz und Hefe in einer Schüssel mischen. Milch und Sauerrahm lauwarm erwärmen, dann das Eigelb einrühren. Die Milchmischung nach und nach unter die Mehlmischung rühren und zu einem glatten Teig verarbeiten.

schritt 2 Die Schüssel mit einem Tuch bedeckt 30 Minuten an einen warmen Ort stellen, bis sich im Teig Blasen bilden.

schritt 3 Das Eiweiß steif schlagen und unter den Teig ziehen.

schritt 4 In einer beschichteten Pfanne in wenig Fett bei mittlerer Temperatur teelöffelgroße Teigportionen pro Seite 1-2 Minuten goldbraun ausbacken. Blini abkühlen lassen. *Ergibt 30 Stück.*

einen versuch wert ...

BLINI MIT RÄUCHERFORELLE, KAPERN UND DILL

Als schicke Partyhäppchen belegen Sie Blini mit einem Klecks Sauerrahm, Kapern, Dillzweiglein und Räucherforelle.

RICOTTA-BLINI MIT PESTO UND FETA
 Ziehen Sie 100 g frischen Ricotta unter den Blini-Teig. Die Blini ausbacken, mit Pesto bestreichen und mit zerbröseltem Feta und Kresse belegen.

BLINI MIT EI UND LACHS

Für einen Brunch belegen Sie die Blini mit Rührei, Lachsrogen und Kerbel, zum Schluss salzen und pfeffern.

carpaccio

Diese hauchdünnen Scheiben von rohem Rindfleisch oder Fisch sind eine beliebte, leichte Vorspeise. Die Technik ist ganz einfach - man kommt fast oder ganz ohne Kochen aus.

rinder-carpaccio

- 250 g Rinderfilet, pariert
- Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1 EL Olivenöl
- 50 g eingesalzene Kapern*, abgespült und abgetropft
- 4 eingelegte Zwiebeln, fein geschnitten
- 20 g glattblättrige Petersilie, gehackt
- Olivenöl zum Beträufeln
- geriebener Parmesan zum Servieren



schritt 1



schritt 2

schritt 1 Das Rinderfilet salzen, pfeffern, in Frischhaltefolie wickeln und 1 Stunde in den Tiefkühler legen. Im heißen Öl die Kapern 3-4 Minuten knusprig braten, dann herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen und abkühlen lassen.

schritt 2 Das Rinderfilet aus der Folie nehmen und mit einem sehr scharfen Messer hauchdünn aufschneiden. Auf Tellern anrichten, Kapern und Zwiebeln darauf verteilen, mit Olivenöl beträufeln und mit Petersilie sowie Parmesan bestreuen. *Ergibt 4 Portionen.*

tipps + tricks

EINFRIEREN

Gefroren lässt sich das Fleisch besser hauchdünn aufschneiden, und die Scheiben tauen im Nu auf. (Das Aufschneiden können Sie auch vom Metzger besorgen lassen.)

EXTRA-AROMA

Aroma und Textur erhält das Carpaccio durch die entsprechenden Würzzutaten - zum Beispiel fein geschnittene Radieschen und Fenchel oder Kapern.

EIN BISSCHEN GLAMOUR

Feine Scheiben von Jakobsmuscheln, Scampi oder Hummer auf einer ofenfesten Platte anrichten, mit Olivenöl beträufeln und unter dem vorgeheizten Backofengrill maximal 15 Sekunden garen.

küchen-tipp

Zu Carpaccio passen kräftige Saucen, mit grobkörnigem Senf oder Meerrettich zu Rinder-Carpaccio oder aromatisiertes Olivenöl zu Fisch-Carpaccio. Und als Abrundung eignen sich frische gehackte Kräuter.





rinderfilet mit meerrettichcreme

- 300 g Rinderfilet**
- 2 EL grob gemahlener Pfeffer**
- 1 EL Olivenöl**
- 40 g Brunnenkresse**
- 100 g fertig gegarte Rote Bete (Randen), in Scheiben geschnitten**
- Für die Meerrettichcreme**
- 240 g Crème fraîche**
- 1½ EL fertig gekaufter geriebener Meerrettich**
- 2 EL Zitronensaft**

Für die Meerrettichcreme alle Zutaten verrühren; beiseite stellen.

Das Fleisch im Pfeffer wälzen. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und das Filet darin von allen Seiten je 1-2 Minuten anbraten. In Alufolie gewickelt 5 Minuten ruhen lassen, dann mit einem scharfen Messer aufschneiden. Mit Brunnenkresse, Roter Bete und der Meerrettichcreme anrichten. *Ergibt 4 Portionen.*

königsmakrelen-carpaccio mit chili und fenchel

- 1 EL Meersalzflocken**
- 1 TL Fenchelsamen, zerstoßen**
- ½ TL getrocknete Chiliflocken**
- 250 g Königsmakrelenfilet**
- 1 kleine Knolle Fenchel, hauchdünn aufgeschnitten,**
- Grün als Garnitur beiseitegelegt**
- 80 ml Olivenöl mit Zitronenaroma**
- Zitronenspalten zum Servieren**

Salz, Fenchelsamen und Chili mischen. Den Fisch mit einem sehr scharfen Messer hauchdünn aufschneiden, mit dem Fenchel auf Teller verteilen, mit der Würzmischung bestreuen und mit dem Fenchelgrün garnieren. Mit Öl beträufelt und mit Zitronenspalten garniert servieren. *Ergibt 4 Portionen.*

Tipp: Verwenden Sie dafür den besten, frischesten Fisch in Sashimi-Qualität. Zum Aufschneiden benutzen Sie ein langes, sehr scharfes Messer mit dünner Klinge. Bitten Sie den Fischhändler, das Filet von Gräten zu befreien.





lachs mit miso-dressing

30 g Ingwer, geschält und fein geschnitten
2 Schalotten, geschält und fein geschnitten
1 große rote Chili*, entkernt und fein geschnitten
35 g Stärkemehl (Maisstärke)
2 EL Pflanzenöl
250 g Lachsfilet, pariirt und entgrätet
Koriandergrün zum Garnieren
Für das Miso-Dressing
2 TL weiße Misopaste*
125 ml Wasser
1 TL Sojasauce

Für das Miso-Dressing alle Zutaten unter Rühren 1-2 Minuten erhitzen, abkühlen lassen.

Ingwer, Schalotten, Chili und Maisstärke in einer Schüssel mischen, überschüssige Maisstärke abschütteln. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Ingwermischung darin 2-3 Minuten knusprig braten, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit einem sehr scharfen Messer den Lachs hauchdünn aufschneiden, auf Teller verteilen und mit der Ingwermischung und dem Koriandergrün garnieren. Mit Miso-Dressing beträufelt servieren. *Ergibt 4 Portionen.*



thunfisch mit sesam-teriyaki-dressing

250 g Thunfischfilet, pariirt
150 g Sesamkörner
1 EL Pflanzenöl
ingelegter Ingwer*, zum Servieren
Für das Teriyaki-Dressing
125 ml trockener Weißwein
125 ml Sojasauce
2 EL feiner Zucker
1 l schwarzer chinesischer Essig* (Chiankiang-Essig)
½ TL Sesamöl

Für das Teriyaki-Dressing alle Zutaten unter Rühren in einem kleinen Topf 2-3 Minuten aufkochen, bis sich der Zucker aufgelöst hat und die Masse eindickt. Abkühlen lassen.

Den Fisch im Sesam wälzen und im heißen Öl auf jeder Seite nur gerade 30 Sekunden anbraten. Dann mit einem sehr scharfen Messer dünn aufschneiden, die Scheiben auf Teller verteilen und mit dem Teriyaki-Dressing und dem eingelegten Ingwer servieren. *Ergibt 4 Portionen.*

reispapier-rollen

Dieser Klassiker aus Vietnam ist der ultimative Fingerfood. Die Rollen können vielfältig gefüllt werden - mit rohem Gemüse, Glasnudeln, Enten-, Rind- oder Hühnerfleisch.



schritt 1



schritt 2



schritt 2

grundrezept gemüserollen

- 50 g getrocknete Vermicelli-Reisnudeln*
- 8 runde Reispapierblätter*
(16 cm Durchmesser)
- 10 g Minzeblätter
- 10 g Koriandergrün
- 1 Frühlingszwiebel, geputzt
und fein geschnitten
- 1 Karotte, geschält und fein geschnitten
- 1 kleine Salatgurke, geschält
und fein geschnitten
- 50 g Zuckerschoten (Kefen), blanchiert
und fein geschnitten
- 1 große rote Chili*, nach Belieben,
entkernt und fein geschnitten

schritt 1 Die Reisnudeln in einer Schüssel mit kochendem Wasser übergießen. 6-8 Minuten gar ziehen lassen. Abgießen und in die Schüssel zurückgeben.

schritt 2 Die Reispapierblätter 30 Sekunden in warmem Wasser einweichen, auf ein trockenes, sauberes Geschirrtuch auslegen. Sämtliche Zutaten samt den Nudeln darauf verteilen, zusammenrollen und eines der Enden umklappen. Die Rollen nicht zu satt füllen. Mit schwarzem Essig und Dip-Saucen nach Wahl servieren. *Ergibt 8 Stück.*

dip-saucen

LIMETTEN-CHILI-DIP

80 ml Limettensaft, 2 kleine, fein geschnittene rote Chilis, 60 ml Fischsauce* und 2 TL feinen Zucker verrühren. Zu Rind-, Hühner- oder Gemüserollen reichen. *Ergibt 125 ml.*

SOJA-ESSIG-DIP

80 ml Reisweinessig, 2 EL Sojasauce und 1 kleine, fein geschnittene rote Chili verrühren. Zu Rind-, Hühner-, Enten- oder Gemüserollen reichen. *Ergibt 125 ml.*

koch-tipp

Bereiten Sie die Rollen erst kurz vor dem Essen zu, bedecken Sie sie bis zum Servieren mit einem angefeuchteten sauberen Geschirrtuch - so trocknet das Reispapier nicht aus, und auch das Gemüse bleibt knackig.





ingwer-schweinefilet-rollen



fünfgewürz-enten-rollen



kokus-hühnchen-rollen mit chili



rindfleisch-rollen mit basilikum und limette

Ingwer-schweinefilet-rollen

80 ml Hoisinsauce*
2 EL Sojasauce
2 TL fein geriebener Ingwer
400 g Schweinefilet, pariert
2 TL Pflanzenöl
8 runde Reispapierblätter* (22 cm Durchmesser)
20 g vietnamesische Minze*
100 g Zuckerschoten (Kefen), geputzt, blanchiert und fein geschnitten

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Hoisinsauce, Sojasauce und Ingwer verrühren; die Hälfte der Mischung in einer separaten Schüssel über das Fleisch gießen. Das Fleisch im heißen Öl auf jeder Seite 2 Minuten anbraten. Dann im Ofen weitere 10–12 Minuten oder nach Belieben nachgaren. Vor dem Aufschneiden 5 Minuten ruhen lassen.

Die Reispapierblätter 30 Sekunden in warmem Wasser einweichen und dann auf einem trockenen, sauberen Geschirrtuch auslegen. Minze, Fleisch und Zuckerschoten darauf verteilen, mit der restlichen Sauce beträufeln, zusammenrollen und ein Ende umklappen.

Ergibt 8 Stück.

kokos-hühnchen-rollen mit chili

1 Dose Kokosmilch (à 400 g)
2 EL Fischsauce*
2 EL Limettensaft
1 kleine rote Chili, fein gehackt
2 Hühnerbrustfilets, pariert
8 runde Reispapierblätter* (22 cm Durchmesser)
40 g vietnamesische Minze*
1 Frühlingszwiebel, geputzt und fein geschnitten
160 g Sojasprossen
2 kleine rote Chilis, zusätzlich, entkernt und fein geschnitten

Kokosmilch, Fischsauce, Limettensaft und Chili in einer tiefen Pfanne aufkochen und darin die Hühnerbrustchen zugedeckt bei mittlerer Hitze 8–10 Minuten garen. Das Fleisch herausnehmen, etwas abkühlen lassen und zerkleinern. Den Kokosmilchfond als Sauce beiseitestellen.

Die Reispapierblätter 30 Sekunden in warmem Wasser einweichen und dann auf einem trockenen, sauberen Geschirrtuch auslegen. Minze, Frühlingszwiebel, Fleisch, Sprossen und Chili darauf verteilen, beide Enden umklappen und die Reispapierblätter zusammenrollen. Jede Rolle halbieren und mit der Kokosmilchsauce servieren.

Ergibt 8 Stück.

fünfgewürz-enten-rollen

2 Entenbrustfilets mit Haut, pariert
1 TL chinesisches Fünf-Gewürze-Pulver*
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
60 ml Pflaumensauce*
½ TL Reisweinessig*
50 g getrocknete Vermicelli-Reisnudeln*
8 runde Reispapierblätter* (16 cm Durchmesser)
20 g Koriandergrün
8 Halme Knoblauch-Schnittlauch*, gedrittelt,
4 Blätter Chinakohl, blanchiert und halbiert

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Die Entenhaut mit dem Fünf-Gewürze-Pulver einreiben, salzen und pfeffern. Die Filets in einer heißen Pfanne zuerst mit der Hautseite nach unten von jeder Seite 2–3 Minuten anbraten, dann im Ofen weitere 5–8 Minuten durchgaren. Vor dem Aufschneiden 5 Minuten ruhen lassen.

Pflaumensauce und Essig verrühren. Nudeln mit kochendem Wasser übergießen, 6–8 Minuten gar ziehen lassen, abgießen.

Die Reispapierblätter 30 Sekunden in warmem Wasser einweichen und dann auf einem trockenen, sauberen Geschirrtuch auslegen. Koriander, Schnittlauch, Chinakohl, Fleisch und Nudeln sowie etwas Pflaumensauce darauf verteilen. Beide Enden umklappen und die Reispapierblätter zusammenrollen. Mit je einem Schnittlauchhalm umwickeln. *Ergibt 8 Stück.*

rindfleisch-rollen mit basilikum und limette

80 ml Austernsauce*
2 EL Limettensaft
300 g Rinderfilet
2 TL Pflanzenöl
8 runde Reispapierblätter* (22 cm Durchmesser)
40 g Thaibasilikumblätter*
200 g Enokipilze*
1 kleine Salatgurke, halbiert, in Scheiben geschnitten

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Austernsauce und Limettensaft verrühren; mit der Hälfte davon in einer separaten Schüssel das Fleisch übergießen. Das Fleisch im heißen Öl auf jeder Seite 2 Minuten anbraten, im Ofen weitere 5 Minuten oder nach Belieben länger garen. Vor dem Aufschneiden 5 Minuten ruhen lassen.

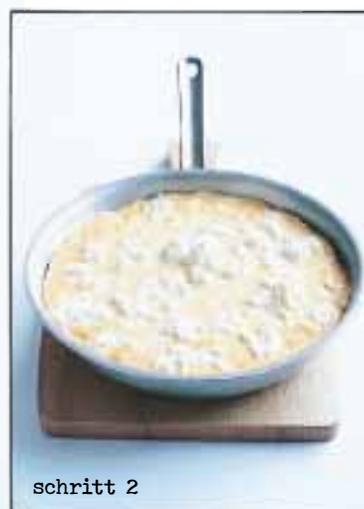
Reispapierblätter 30 Sekunden in warmem Wasser einweichen, auf einem trockenen, sauberen Geschirrtuch auslegen und jedes Blatt halbieren. Dann auf alle Reispapierhälften Basilikum, Fleisch, Pilze und Gurke sowie die restliche Sauce verteilen. Beide Enden umklappen und die Reispapierblätter zusammenrollen. Mit Limetten-Chili-Dip (siehe Seite 60) servieren. *Ergibt 8 Portionen (16 Stück).*

frittata

Eine Frittata ist zusammen mit einem Salat ein perfekter leichter Lunch oder kalt auch ein toller Picknick-Snack oder ein Imbiss für unterwegs.

drei-käse-frittata

6 Eier
250 ml Rahm
25 g Parmesan, gerieben
Meersalz und schwarzer Pfeffer
aus der Mühle
20 g Butter
2 TL Olivenöl
400 g Ricotta*
120 g Cheddar, gerieben



schritt 1 Eier, Rahm, Parmesan, Salz und Pfeffer mit dem Schneebesen verrühren. In einer beschichteten, ofenfesten Pfanne (22 cm Durchmesser) Butter und Olivenöl erhitzen, den Boden gleichmäßig damit überziehen. Die Eiermischung in die Pfanne geben, 5 Minuten bei niedriger Hitze stocken lassen.

schritt 2 Ricotta und Cheddar auf der Eimasse verteilen und diese weitere rund 15 Minuten fast fest werden lassen. Dann 5 Minuten unter dem vorgeheizten Backofengrill fertig garen und goldbraun überbacken. *Ergibt 4 Portionen.*

einen versuch wert ...

MIT PIKANTEM KÄSE

Wenn Sie es pikanter mögen, heben Sie zerbröselten Stilton oder einen anderen Blauschimmelkäse unter die Eimasse. Ein milderer Aroma liefert Ziegenquark oder -käse.

AUFGEPEPPT

Reichhaltiger wird die Frittata, wenn Sie noch weitere Zutaten oder Reste unter die Eimasse heben, zum Beispiel geschmortes Gemüse, Grillhuhn, Fleisch, Fisch, Thunfisch, Räucherlachs, Schinken, Salami, Chorizo oder Grillwürstchen.

koch-tipps

Wichtig ist das langsame Stockenlassen der Eimasse bei niedriger Temperatur. Und denken Sie daran, eine ofenfeste Pfanne zu benutzen, bevor Sie die Frittata in den Ofen schieben.



frittata mit schmorkürbis und feta

500 g Butternut-Kürbis, geschält und zerkleinert
2 EL Olivenöl
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
6 Eier
250 ml Rahm
25 g Parmesan, gerieben
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle, zusätzlich
2 Hühnerbrustfilets, gegart und zerkleinert
200 g Feta, zerbröseln

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Kürbis, Öl, Salz und Pfeffer in einer Schüssel mischen und auf 2 Backblechen 15 Minuten goldbraun rösten. Eier, Rahm, Parmesan, Salz und Pfeffer verrühren. Kürbis, Hühnerfleisch und Feta in 12 leicht gefettete Muffinförmchen (je 125 ml Inhalt) schichten und mit der Eimischung übergießen. 10–15 Minuten backen, bis die Eimasse gestockt und die Oberseite goldbraun ist. *Ergibt 12 Stück.*

frittata mit spargel, kartoffeln und ziegenkäse

800 g festkochende Kartoffeln, geschält und in Spalten geschnitten
2 EL Olivenöl
16 Stangen grüner Spargel, geputzt und zerkleinert
6 Eier
250 ml Rahm
25 g Parmesan, gerieben
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
100 g Ziegenkäse, zerbröseln

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Die Kartoffeln mit dem Öl in einer Auflaufform (1½ l Inhalt) vermischen und 45 Minuten goldbraun backen. Dann den Spargel darauf verteilen. Eier, Rahm, Parmesan, Salz und Pfeffer in einer Schüssel verrühren und die Mischung über die Kartoffeln und den Spargel gießen. Dann etwa 15–20 Minuten backen, bis die Masse gestockt und die Oberfläche goldbraun ist. *Ergibt 4 Portionen.*

frittata mit erbsen, speck und lauch

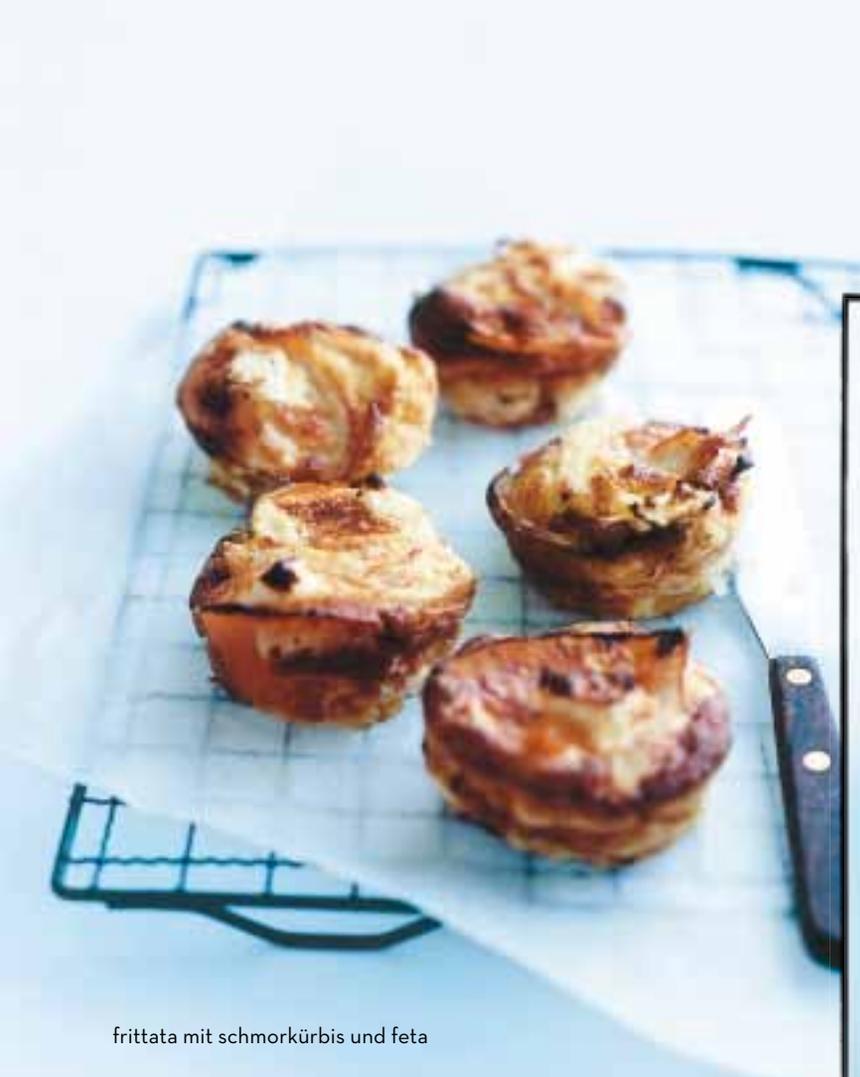
20 g Butter
2 TL Olivenöl
1 Zwiebel, in Ringe geschnitten
1 Stange Lauch, in Ringe geschnitten
6 Eier
250 ml Rahm
25 g Parmesan, gerieben
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
200 g Ricotta*
120 g tiefgekühlte Erbsen, aufgetaut
5 Scheiben Frühstücksspeck, grob gehackt

In einer beschichteten, ofenfesten Pfanne (22 cm Durchmesser) Butter und Öl erhitzen, den Boden gleichmäßig damit überziehen. Zwiebel und Lauch darin unter Rühren 5 Minuten andünsten. Eier, Rahm, Parmesan, Salz und Pfeffer miteinander vermischen. Die Hitze reduzieren, die Eimischung über die Zwiebel-Lauch-Mischung geben und 5 Minuten garen, bis die Masse zu stocken beginnt. Dann Ricotta, Erbsen und Speck darauf verteilen und weitere 15 Minuten stocken lassen. Anschließend die Pfanne 5 Minuten unter den vorgeheizten Backofengrill schieben, bis die Frittata fest und goldbraun ist. *Ergibt 4 Portionen.*

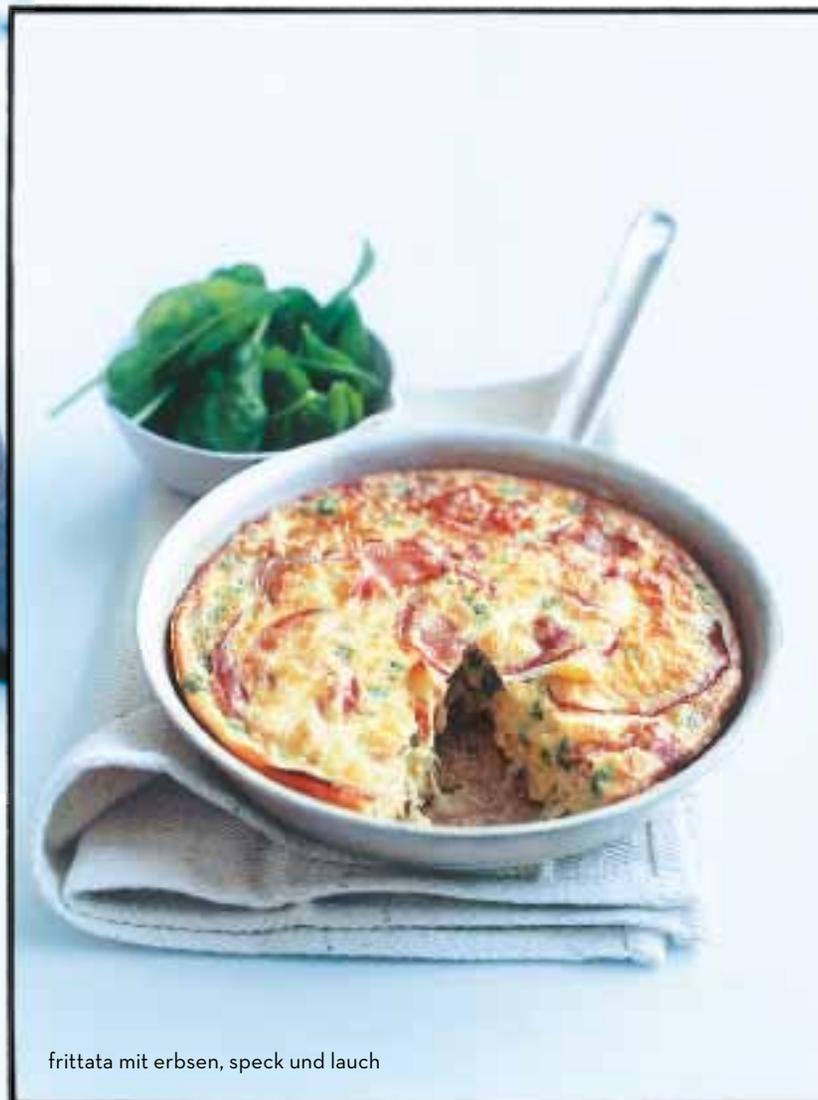
zucchini-frittata

6 Eier
250 ml Rahm
25 g Parmesan, gerieben, zusätzlich geriebener Parmesan zum Servieren
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
20 g Butter
2 TL Olivenöl
3 Zucchini, grob gerieben

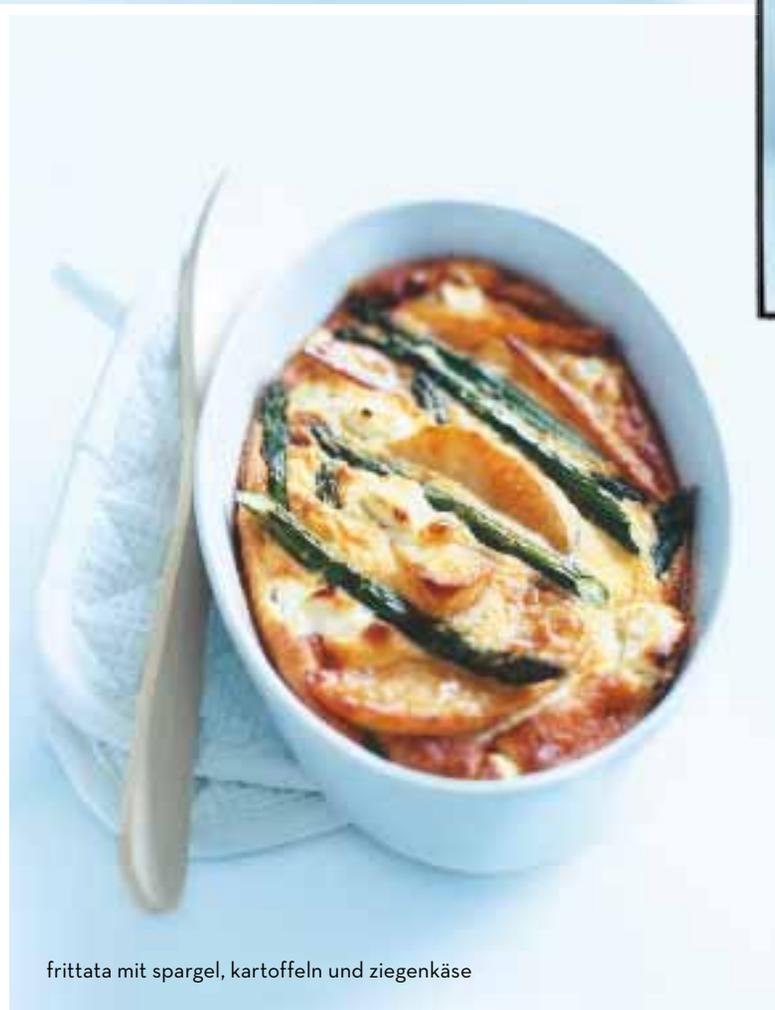
Eier, Rahm, Parmesan, Salz und Pfeffer vermischen. In einer ofenfesten beschichteten Pfanne (22 cm Durchmesser) Butter und Öl bei niedriger Temperatur erhitzen und den Boden gleichmäßig damit überziehen. Die Eimischung dazugeben und 5 Minuten stocken lassen. Dann die Zucchini darauf verteilen und weitere 15 Minuten garen, bis die Eimasse fast fest ist. Die Pfanne 5 Minuten unter den vorgeheizten Backofengrill schieben, bis die Frittata vollständig fest und goldbraun ist. Mit dem zusätzlichen Parmesan bestreut servieren. *Ergibt 4 Portionen.*



frittata mit schmorkürbis und feta



frittata mit erbsen, speck und lauch



frittata mit spargel, kartoffeln und ziegenkäse



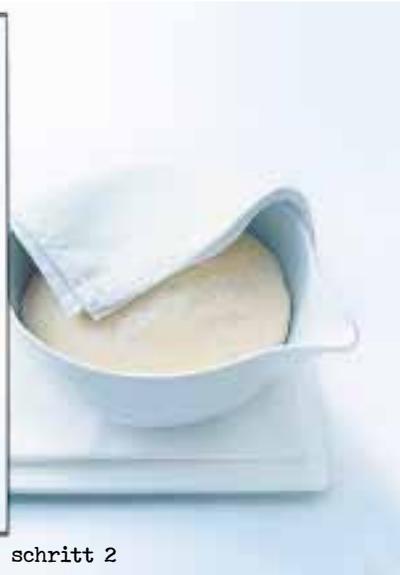
zucchini-frittata

fladenbrot

Außen knusprig, innen luftig-weich, ist dieses kinderleicht zu backende Fladenbrot eine köstliche Beilage und mit Dips oder Olivenöl auch ein pikanter Snack für sich.

grundrezept fladenbrotteig

2 TL Trockenhefe
1 TL feiner Zucker
80 ml Milch, lauwarm
375 g Mehl
1 TL Salz
1 EL Olivenöl
Olivenöl zum Bestreichen
Meersalzflocken zum Bestreuen



schritt 1 Trockenhefe, Zucker und Milch mischen und an einem warmen Ort 5 Minuten gehen lassen, bis an der Oberfläche Blasen erscheinen.

schritt 2 Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Mehl, Salz, Öl und Hefemischung in einer Schüssel zu einem glatten Teig verrühren. Diesen auf wenig Mehl 5 Minuten durchkneten; falls er zu klebrig ist, noch etwas Mehl hinzufügen. Die Teigkugel zurück in die Schüssel geben und mit einem Tuch bedeckt an einem warmen Ort etwa 30 Minuten gehen lassen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat.

schritt 3 Den Teig in eine dünn gefettete runde Backform (26 cm Durchmesser) drücken, mit Öl bestreichen und mit Salz bestreuen. Das Fladenbrot 15-20 Minuten goldbraun backen. *Ergibt 6 Portionen.*

rezept-tipp

Um den Teig in die Form zu drücken, beginnt man am besten in der Mitte der Form und arbeitet sich dann zum Rand hin vor. Hat man den Teig gleichmäßig verteilt, geht der Fladen auch gleichmäßig auf.

koch-tipp

Fladenbrot verzehrt man am besten ofenwarm oder zumindest am selben Tag. Man kann es in Alufolie gewickelt im 180 Grad heißen Ofen auch nochmals aufbacken.





fladenbrot mit oliven und sardellen

1 Portion Fladenbrotteig (siehe Seite 68)

Olivenöl zum Bestreichen

85 g entsteinte schwarze Oliven

10 Sardellenfilets

½ TL getrocknete Chiliflocken

1 TL Thymianblätter

Meersalzflöckchen zum Bestreuen

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Den Teig nach Schritt 1 und 2 des Grundrezepts zubereiten, in eine runde, leicht gefettete Form (26 cm Durchmesser) drücken, mit Öl bestreichen, mit Oliven und Sardellenfilets belegen, mit Chili, Thymian und Salz bestreuen. 20 Minuten goldbraun backen. *Ergibt 6 Portionen.*

fenchel-koriander-brötchen

1 TL Fenchelsamen

1 TL Sesamkörner

1 TL Kreuzkümmelsamen

1 TL Koriandersamen

½ TL Meersalzflöckchen

1 Portion Fladenbrotteig (siehe Seite 68)

Olivenöl zum Bestreichen

Fenchel, Sesam, Kreuzkümmel, Koriander und Salz im Cutter (Blitzhacker) grob hacken, beiseitestellen.

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Den Teig nach Schritt 1 und 2 des Grundrezepts zubereiten, in 12 gleich große Portionen teilen und diese zu Kugeln rollen. 12 Muffinförmchen (je 125 ml Inhalt) mit Öl ausstreichen, mit der Hälfte der Gewürzmischung austreuen. In jede Form eine Teigkugel setzen, mit Öl bestreichen und mit der restlichen Gewürzmischung bestreuen. 20–25 Minuten goldbraun backen. *Ergibt 12 Stück.*





fladenbrot mit knoblauch und rosmarinöl

- 1 Portion Fladenbrotteig (siehe Seite 68)**
- 3 EL Olivenöl**
- 10 g Rosmarinnadeln**
- 2 Knoblauchzehen, gepresst**
- 80 g Parmesan, gerieben**
- Meersalzflocken**

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Den Teig nach Schritt 1 und 2 des Grundrezepts zubereiten. Das Öl mit Rosmarin und Knoblauch mischen und 10-15 Minuten durchziehen lassen. Den Teig in eine leicht gefettete Form (25 x 35 cm) drücken, mit der Ölmischung bestreichen, mit Parmesan und Salz bestreuen. Mit einem spitzen Messer den Teig einritzen. 15-20 Minuten goldbraun backen. *Ergibt 6 Portionen.*

fladenbrot mit ziegenkäse und karamellisierten schalotten

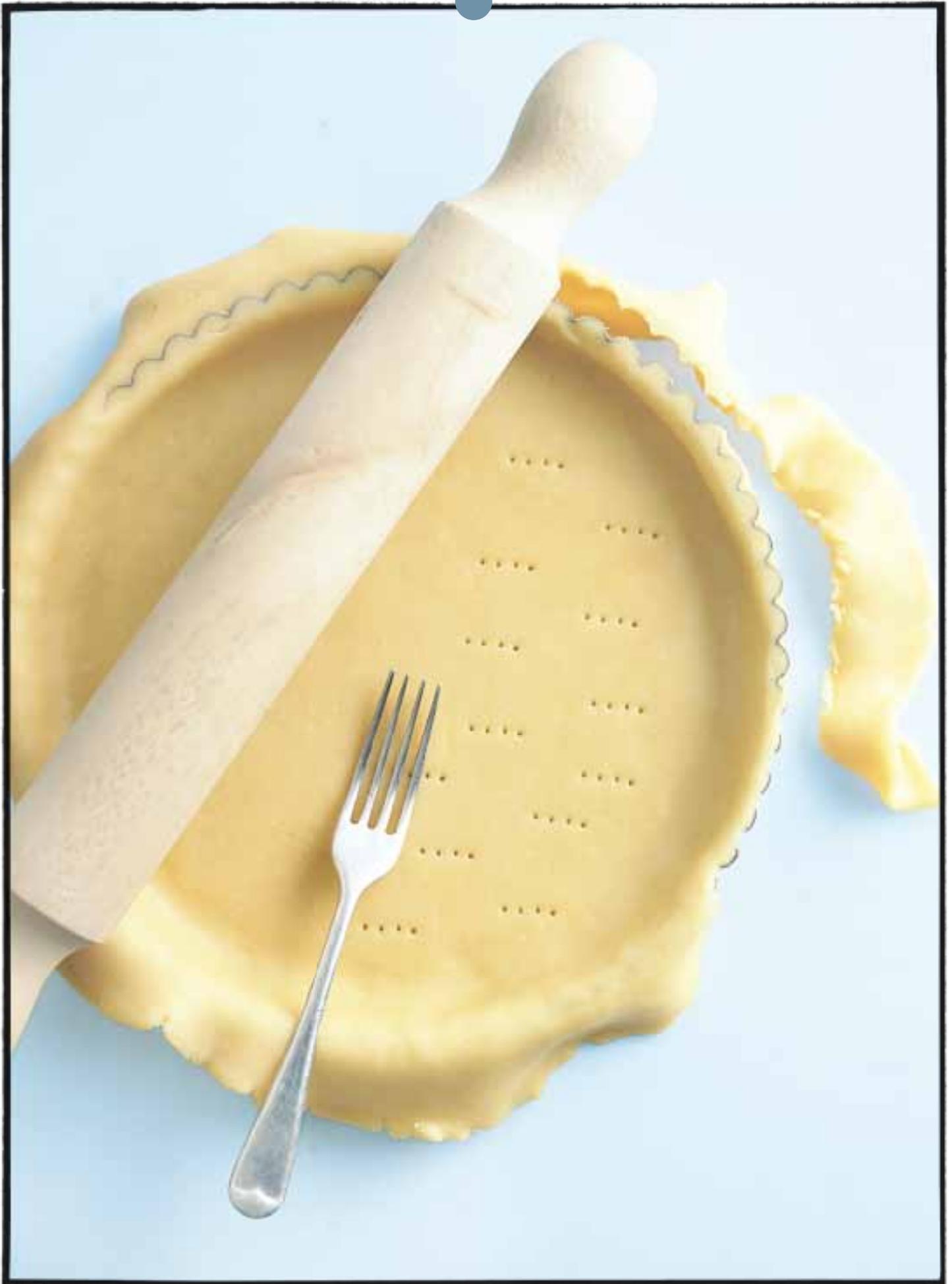
- 15 Schalotten, geschält und halbiert**
- 2 EL Olivenöl**
- 2 EL brauner Zucker**
- 1 Portion Fladenbrotteig (siehe Seite 68)**
- 100 g Ziegenkäse, zerbrösel**
- Olivenöl zum Bestreichen**
- Für das Basilikumöl**
- 60 ml Olivenöl**
- 40 g Basilikumblätter**

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Für das Basilikumöl Öl und Basilikum im Mixer fein pürieren, beiseitestellen.

Die Schalotten mit Öl und Zucker in einer Schüssel vermischen, auf einem Backblech verteilen und 15-20 Minuten goldbraun schmoren, beiseitestellen.

Den Teig nach Schritt 1 und 2 des Grundrezepts zubereiten. Nachdem sich das Teigvolumen verdoppelt hat, den Ziegenkäse darunterarbeiten. Dann den Teig in eine dünn gefettete Backform (20 x 30 cm) drücken, mit Öl bestreichen und mit den karamellisierten Schalotten belegen. 15-20 Minuten goldbraun backen. Vor dem Servieren mit dem Basilikumöl bestreichen. *Ergibt 6 Portionen.*





backen

biskuittorte
gleichschwerkuchen
schokoladenkuchen
mürbteig
karamellschnittchen
vanille-cupcakes
scones
windbeutel
muffins
shortbread
brioche



biskuittorte

Himmlisch lockere Biskuitböden (bei mir vorzugsweise mit etwas Butter im Teig), sind ein Klassiker, der sich mit einfachen Variationen extravaganter gestalten lässt.



schritt 1



schritt 2



schritt 3

grundrezept biskuittorte

100 g Mehl
¼ TL Backpulver
4 Eier
110 g feiner Zucker
50 g Butter, geschmolzen
320 g Erdbeermarmelade
250 g Rahm, steif geschlagen
Puderzucker zum Bestäuben

schritt 1 Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Mehl und Backpulver dreimal durchsieben, beiseitestellen.

schritt 2 Die Eier und den Zucker mit der Küchenmaschine oder dem Handmixer 8-10 Minuten schaumig aufschlagen, sodass eine helle, cremige Masse von dreifachem Volumen entsteht.

schritt 3 Die Hälfte der Mehlmischung dazusieben und behutsam darunterheben. Mit der anderen Hälfte ebenso verfahren. Dann die flüssige Butter darunterziehen

und danach den Teig in 2 mit Backpapier ausgelegte und leicht gefettete Formen von 20 cm Durchmesser verteilen und 20-25 Minuten backen; der Teig sollte auf Fingerdruck elastisch zurückfedern und sich von den Wänden der Formen lösen. Aus den Formen nehmen und auf Kuchenrostern abkühlen lassen.

schritt 4 Einen der Böden mit der Marmelade bestreichen und darauf den Schlagrahm verteilen; dann den zweiten Boden daraufsetzen. Mit Puderzucker bestäubt servieren. *Ergibt 6-8 Portionen.*

rezept-tipps

sieben - Biskuitböden verdanken ihre locker-leichte Konsistenz einem besonders luftigen Teig.

Durch mehrmaliges Sieben von Mehl und Backpulver gelangt Luft in den Teig.

schaumig schlagen - Noch luftiger wird der Biskuitteig durch das gründliche Aufschlagen von Eiern und Zucker; das Volumen der Masse muss sich etwa verdreifachen.

unterheben - Hebt man die flüssige Butter mit einem großen Metalllöffel unter, bleiben die Luftbläschen der Schaummasse intakt.

backprobe - Prüfen Sie niemals mit einem Spieß oder Messer, ob ein Biskuitteig durchgebacken ist - so entweicht nur die Luft aus dem Teig. Reagiert der Teig auf Fingerdruck elastisch und löst sich vom Rand der Form, ist er fertig.



karamelltorte

100 g Mehl, dreimal durchgesiebt
½ TL Backpulver, dreimal durchgesiebt
4 Eier
45 g brauner Zucker
55 g feiner weißer Zucker
50 g Butter, geschmolzen
Für die Karamellglasur
175 g brauner Zucker
250 ml Rahm

Für die Karamellglasur Zucker und Rahm unter Rühren erhitzen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Die Masse zum Kochen bringen und 8 Minuten eindicken lassen, vollständig abkühlen lassen.

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Mehl und Backpulver mischen. Eier und Zucker 8-10 Minuten schaumig und auf das dreifache Volumen aufschlagen. Die Hälfte der Mehlmischung dazusieben und behutsam unterheben. Mit dem restlichen Mehl ebenso verfahren. Dann die flüssige Butter darunterziehen. Den Teig in eine mit Backpapier ausgekleidete und leicht gefettete Form von 20 cm Durchmesser füllen und 20-25 Minuten backen, bis der Boden auf Fingerdruck elastisch zurückfedert und sich von der Wand der Form löst. Aus der Form nehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen. Mit der Karamellglasur überziehen. *Ergibt 6-8 Portionen.*

kaffeetörtchen mit mascarpone

100 g Mehl, dreimal durchgesiebt
¼ TL Backpulver, dreimal durchgesiebt
4 Eier
110 g feiner Zucker
50 g Butter, geschmolzen
1 EL Instant-Kaffeepulver, in 1 EL heißem Wasser aufgelöst
60 ml Kaffeelikör
Für die Mascarponeglasur
250 g Mascarpone
1 EL brauner Zucker

Für die Glasur den Zucker unter den Mascarpone rühren und beiseitestellen.

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Mehl und Backpulver mischen. Eier und Zucker 8-10 Minuten schaumig und auf das dreifache Volumen aufschlagen. Die Hälfte der Mehlmischung dazusieben und behutsam unterheben. Mit dem restlichen Mehl und der Butter ebenso verfahren. Den Kaffee darunterziehen. Dann den Teig in 8 leicht gefettete Muffinförmchen (je 180 ml Inhalt) verteilen und 20-25 Minuten backen. Die Törtchen abkühlen lassen, mit Likör beträufeln und mit der Glasur bestreichen. *Ergibt 8 Stück.*

schokoküsse mit erdbeeren

50 g Mehl, dreimal durchgesiebt
¼ TL Backpulver, dreimal durchgesiebt
35 g Kakao, dreimal durchgesiebt
4 Eier
110 g feiner Zucker
50 g Butter, geschmolzen
250 ml Crème double*, leicht aufgeschlagen
150 g Erdbeeren, in Scheiben geschnitten
Puderzucker zum Bestäuben

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Das Mehl mit Backpulver und Kakao mischen.

Eier und Zucker 8-10 Minuten schaumig und auf das dreifache Volumen aufschlagen. Die Hälfte der Mehlmischung dazusieben und behutsam unterheben. Mit dem restlichen Mehl und der Butter ebenso verfahren. Den Teig in esslöffelgroßen Portionen auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. 8-10 Minuten backen, dann auf Kuchengittern abkühlen lassen. Nach dem Erkalten die Hälfte der Teigböden mit der Creme bestreichen, mit Erdbeerscheiben belegen und mit den restlichen Teigböden bedecken. Mit Puderzucker bestäubt servieren. *Ergibt 10 Stück.*

gestürzter rhabarber-biskuit

100 g Mehl, dreimal durchgesiebt
¼ TL Backpulver, dreimal durchgesiebt
4 Eier
110 g feiner Zucker
50 g Butter, geschmolzen
Für den Belag
450 g Rhabarber, geputzt, in 20 cm lange Stücke geschnitten
45 g brauner Zucker
1 TL Vanilleextrakt

Für den Belag den Rhabarber mit Zucker und Vanille vermischen.

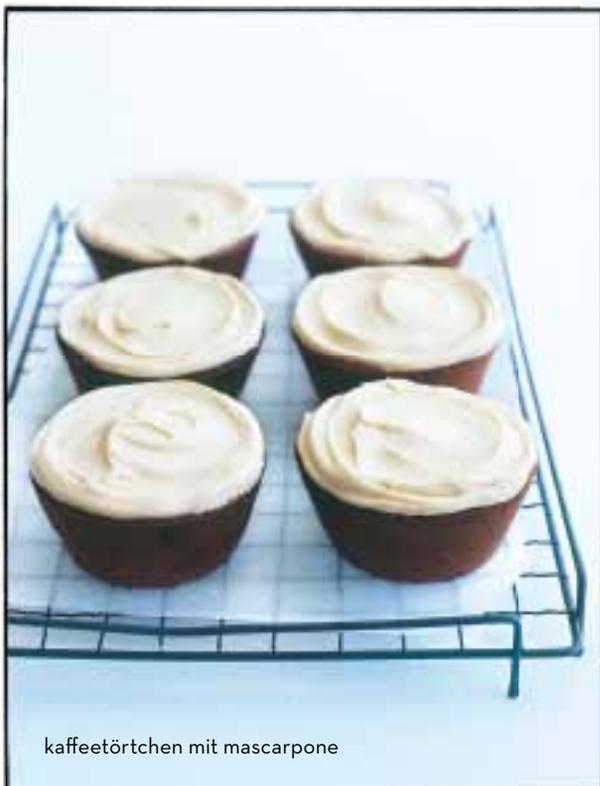
Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Mehl und Backpulver mischen. Eier und Zucker 8-10 Minuten schaumig und auf das dreifache Volumen aufschlagen. Die Hälfte der Mehlmischung dazusieben und behutsam unterheben. Mit dem restlichen Mehl und der Butter ebenso verfahren. Den Rhabarber in einer mit Backpapier ausgelegten, leicht gefetteten quadratischen Form (22 cm Kantenlänge) auslegen und den Teig darüber verteilen. 20-25 Minuten backen, anschließend vorsichtig stürzen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen. *Ergibt 6-8 Portionen.*



karamelltorte



schokoküsse mit erdbeeren



kaffeetörtchen mit mascarpone



gestürzter rhabarber-biskuit

maßenheiten

Genaueres Abmessen der Zutaten ist insbesondere beim Backen entscheidend.

Zum Abmessen flüssiger und fester Zutaten sind Messbecher, Messlöffel und eine Waage unverzichtbare Küchenhelfer. Einige Köche und Köchinnen verwenden als Maßeinheit auch gerne eine Tasse, was mit etwas Erfahrung und Routine auch problemlos machbar ist; in den Rezepten dieses Buches sind jedoch stets genaue Gewichts- und Flüssigkeitsmengen angegeben.

Die Tassen- und Löffelmaße können von Land zu Land und von Koch zu Köchin leicht abweichen; die Unterschiede sind in der Regel jedoch nicht so erheblich, dass sie sich auf das Gelingen eines Rezepts auswirken würden.

Beim Abmessen trockener Zutaten füllen Sie den Messbehälter lose randvoll und streichen die Oberfläche mit einem Messer glatt. Vermeiden Sie es, die Zutaten in den Messbecher zu pressen, und klopfen Sie den Messbecher auch nicht auf der Arbeitsfläche auf; dadurch würde sich das Wiegegut unerwünschterweise verdichten und die abgemessene Menge würde zu groß ausfallen.

In meinen Rezepten gelten die folgenden Tassen- und Löffelmaße; sie beziehen sich jeweils auf eine gestrichene Menge:

- 1 Tasse entspricht 250 ml
- 1 Teelöffel (TL) entspricht 5 ml
- 1 Esslöffel (EL) entspricht 20 ml
(also 4 Teelöffel)

Ofentemperaturen

Die richtige Ofentemperatur kann eine entscheidende Rolle für das Gelingen eines Gerichts spielen.

umrechnung elektroherd in gas

Grad Celsius	Gas Stufe
110 °C	1/4
130 °C	1/2
140 °C	1
150 °C	2
170 °C	3
180 °C	4
190 °C	5
200 °C	6
220 °C	7
230 °C	8
240 °C	9
250 °C	10

butter & eier

»Je frischer, desto besser« – das ist das Motto, insbesondere wenn es um Eier und Milchprodukte geht.

butter

Oft wird die Frage nach Süß- oder Sauerrahmbutter gestellt. Sauerrahmbutter besitzt einen etwas höheren Säureanteil, der Saucen möglicherweise leichter scheiden lassen könnte, was aber in der Praxis aber vernachlässigenswert ist. Prinzipiell gilt, dass die Butter – egal, ob Süß- oder Sauerrahm – sehr frisch sein sollte. Alles andere ist Geschmackssache. Manche Köche und Köchinnen verwenden für pikantes Sauerrahm- und für süßes Süßrahmbutter; auch regionale Präferenzen können eine Rolle spielen.

eier

Sofern nicht anders angegeben, verwenden wir Hühnereier, die 60 Gramm wiegen, dies entspricht der Gewichtsklasse M. Länger frisch bleiben Eier, wenn man sie im Kühlschrank in dem Karton aufbewahrt, in dem man sie gekauft hat. Verarbeiten Sie nur ganz frische Eier für Rezepte, die rohe oder nur leicht überbrühte Eier verlangen (wie etwa in Mayonnaisen und Dressings). Eier können mit Salmonellen verunreinigt sein, die besonders für Kinder, ältere Menschen und Schwangere gefährlich sein können.

a

aïoli 49
apfel-blaubeer-crumble 115

b

biskuit
biskuittorte, grundrezept 74
kaffeeörtchen mit mascarpone 76
karamelltorte 76
rhabarber-biskuit, gestürzter 76
schokoküsse mit erdbeeren 76

blini
blini, grundrezept 55
blini mit ei und lachs 55
blini mit räucherforelle, kapern und dill 55
ricotta-blini mit pesto und feta 55

brandteig, grundrezept 90

bratensauce
bratensauce, grundrezept 48
rotweinsauce 48
senf-brandy-sauce 48

brioche
brioche, grundrezept 96
himbeer-mandel-brioche 99
marmor-brioche 99
orangen-brioche-muffins mit
zitronenglasur 98
zimt-brioche-schnecken 98

butter
butter, geklärt 54
chili-limetten-knoblauch-butter 14
kapern-zitronenbutter 33
oreganobutter 38

c

carpaccio
königsmakrelen-carpaccio mit chili
und fenchel 58
lachs mit miso-dressing 59
rinder-carpaccio 56
rinderfilet mit meerrettichcreme 58
thunfisch mit sesam-teriyaki-dressing 59

cheese cake
cheese cake, grundrezept 121

chili
chili-limetten-knoblauch-butter 14
kokos-hühnchen-rollen mit chili 63
königsmakrelen-carpaccio mit chili und
fenchel 58
limetten-chili-dip 60
schweinebauch, geschmort, mit chili
und fenchel 13

couscous 45

crème brûlée
crème brûlée, schokoladige variante 120
crème brûlée mit kaffee 120

crème caramel
crème caramel, grundrezept 122
kaffee-crème-caramel 122
orangen-crème-caramel 122
schoko-crème-caramel 122
whisky-crème-caramel 122

currypaste, grüne 47

d

dips
limetten-chili-dip 60
soja-essig-dip 60

dressings
buttermilch-dressing 27
knoblauch-dressing 27
miso-dressing 59
senf-dressing 27

e

englische creme
brioche-auflauf mit englischer creme 113
englische creme, grundrezept 110
englische creme, würzige 113
gebackene schokoladencreme 113
zitronen-reis-auflauf mit englischer
creme 113

ente
füngewürz-enten-rollen 63
terrinen von ente und kalb 52

erbsen
frittata mit erbsen, speck und lauch 66

f

feta
frittata mit schmorkürbis und feta 66
ofenrisotto mit spinat, feta und
pinienkernen 36
polentapfanne mit chorizo, oliven
und feta 30
ricotta-blini mit pesto und feta 55

fisch
blini mit ei und lachs 55
blini mit räucherforelle, kapern und dill 55
königsmakrelen-carpaccio mit chili und
fenchel 58
lachs mit miso-dressing 59
snapper mit kapern-zitronen-butter 33
thunfisch mit sesam-teriyaki-dressing 59

fladenbrot
fenchel-koriander-brötchen 70
fladenbrot mit knoblauch und rosmarinöl 71
fladenbrot mit oliven und sardellen 70

fladenbrot mit ziegenkäse und karamelli-
sierten schalotten 71
fladenbrotteig, grundrezept 68

frittata 64
drei-käse-frittata 64
frittata mit erbsen, speck und lauch 66
frittata mit schmorkürbis und feta 66
frittata mit spargel, kartoffel und
ziegenkäse 66
zucchini-frittata 66

füllungen
kräuterfüllung 20
parmesan-pinienkern-petersilien-
füllung 20
salbei-birnen-füllung 12
salbei-parmesan-füllung 10
thymian-zitronen-füllung 10

g

garnelen
ofenrisotto mit garnelen, zitrone und
artischocken 37

glasur
karamellglasur 76
mascarponeglasur 76
schokoladen-fudge 79
vanillecreme 79
zitronenglasur 85

gleichschwerkuchen 78
chocolate-chip-gleichschwerkuchen 78
himbeertörtchen 78

gnocchi
ricotta-gnocchi, grundrezept 38
gnocchi, überbacken 41
kräuter-gnocchi mit basilikumöl 41
pilzrahm-gnocchi 41
schinken-spinat-gnocchi 41

gratin
kartoffelgratin 32
pastinaken-süßkartoffel-auflauf 32

h

himbeeren
himbeer-mandel-brioche 99
himbeer-mandel-scone 89
himbeer-soufflé 118
himbeertörtchen 78
muffins mit weißer schokolade und
himbeeren 94
schoko-himbeer-pavlovas 104
windbeutel mit himbeereis 92

huhn
asia-hühnersuppe mit ingwer 25
backhähnchen 20
schmorhähnchen, feuriges 21
fleischterrinen mit karamellisiertem
apfel 52

geflügelterrinen mit pistazien 52
huhn, pochiert 26
hühnchensalat 27
hühnerleberpâté 54
hühner-reis-suppe mit zitrone 25
hühnersuppe, grundrezept 22
kokos-hühnchen-rollen mit chili 63
kopfsalat mit hühnchen und ei 27
pilzrahm-hühnersuppe 25
schmetterlingshühnchen 21
thai-curry mit huhn 47
tomaten-bohnen-suppe mit hühnchen 25

i

ingwer

asia-hühnersuppe mit ingwer 25
ingwer-schweinefilet-rollen 63

k

kaffee

crème brûlée mit kaffee 120
kaffee-crème-caramel 122
kaffeetörtchen mit mascarpone 76

kapern

blini mit räucherforelle, kapern und dill 55
kapern-zitronenbutter 33

karamell

karamelltorte 76
karamellglasur 76

kalbfleisch

fleischterrinen nach bauernart 50
fleischterrinen im lauchmantel
mit rosa pfeffer 52
terrinen von ente und kalb 52

kartoffeln

frittata mit spargel, kartoffel
und ziegenkäse 66
kartoffelgratin 32
rindfleisch-kartoffel-küchlein 19

knoblauch, geschmort 46

kohl, karamellisiert 18

kokos

kokos-hühnchen-rollen mit chili 63
kokos-marmeladen-scones 89
kokos-zitronencreme-törtchen 82

kräuter

kräuterfüllung 20
kräuter-gnocchi mit basilikumöl 41
lammkeule im kräutermantel 10

kürbis

frittata mit schmorkürbis und feta 66

l

lammfleisch

lammbraten mit rosmarin
und knoblauch 8
lammkeule im kräutermantel 10
lammkeule mit quittenglasur 10
lammkeule mit salbei-parmesan-füllung 10
lammkeule mit thymian-zitronen-
füllung 10

lemon curd 114

m

mandeln

himbeer-mandel-brioche 99
himbeer-mandel-scone 89
mandel-pavlova-schichttorte 104
mandel-zitronen-tarte 82

meerrettichcreme 58

minzsauce 8

muffins

bananen-zimt-muffins 94
blaubeer-muffins 94
muffins mit weißer schokolade
und himbeeren 94

mürbteig

kokos-zitronencreme-törtchen 82
mandel-zitronen-tarte 82
mürbteig, süßer, Grundrezept 80
schoko-éclairs 92
schokoladentarte 83
zimttörtchen mit mascarpone und
rhabarber 83
karamellschnittchen 84

o

ofenrisotto

ofenrisotto mit garnelen, zitrone und
artischocken 37
ofenrisotto mit pilzen 37
ofenrisotto mit speck, süßkartoffeln
und salbei 36
ofenrisotto mit spinat, feta und
pinienkernen 36
risotto aus dem ofen, grundrezept 34

orangen

dattel-orangen-scones 89
orangen-brioche-muffins mit
zitronenglasur 98
orangen-crème-caramel 122
orangen-soufflé 118

p

panna cotta

panna cotta mit espressosirup 109
panna cotta mit passionsfruchtgelee 108
schoko-panna-cotta 108
vanille-panna-cotta, grundrezept 106
zimt-panna-cotta auf pochiertem
rhabarber 109

passionsfrucht

panna cotta mit passionsfruchtgelee 108
passionsfrucht-soufflé 118

pastinaken-süßkartoffel-auflauf 32

pavlova 102

mandel-pavlova-schichttorte 104
pavlova, grundrezept 102
pavlova-cupcakes mit braunem
zucker 104
rosenwasser-pavlovas mit blaubeeren 104
schoko-himbeer-pavlovas 104

pilze

ofenrisotto mit pilzen 37
polenta, gegrillt mit pilzen und ricotta 30
pilzrahm-gnocchi 41

polenta

mais-polenta, cremige mit knusper-
hühnchen 30
polenta, gegrillt mit pilzen und ricotta 30
polenta, grundrezept 28
polentapfanne mit chorizo, oliven
und feta 30
polentastreifen mit kräutern 30

r

reispapier-rollen

fünfgewürz-enten-rollen 63
ingwer-schweinefilet-rollen 63
kokos-hühnchen-rollen mit chili 63
gemüserollen, grundrezept 60
rindfleisch-rollen mit basilikum
und limette 63

rhabarber

rhabarber-biskuit, gestürzter 76
zimttörtchen mit mascarpone und
rhabarber 83
zimt-panna-cotta auf pochiertem
rhabarber 109

ricotta

ricotta-gnocchi, grundrezept 38
gnocchi, überbacken 41
kräuter-gnocchi mit basilikumöl 41
pilzrahm-gnocchi 41
schinken-spinat-gnocchi 41
ricotta-blini mit pesto und feta 55

rindfleisch

deli-sandwich 18
pökelfleisch 16
pökelfleisch in brühe mit salsa verde 18

pökelfleisch-pastetchen 19
rinder-carpaccio 56
rinderfilet mit meerrettichcreme 58
rindfleisch-kartoffel-küchlein 19
rindfleisch-rollen mit basilikum
und limette 63
roastbeef 15
roastbeef im schinkenmantel 16

S

salsa verde 18, 49

schalotten, karamellisiert 71

schinken

roastbeef im schinkenmantel 16
schinken-spinat-gnocchi 41

schokolade

chocolate-chip-gleichschwerkuchen 78
crème brûlée, schokoladige variante 120
muffins mit weißer schokolade
und himbeeren 94
schoko-crème-caramel 122
schoko-éclairs 92
schoko-himbeer-pavlovas 104
schokoküsse mit erdbeeren 76
schokoladencreme, gebacken 113
schokoladen-fudge 79
schokoladenkuchen 79
schokoladen-soufflé 118
Schokoladentarte 83
schoko-panna-cotta 108
scone-rolle mit schokolade 89

schweinefleisch

fleischterrinen im lauchmantel mit
rosa pfeffer 52
fleischterrinen mit karamellisiertem
apfel 52
fleischterrinen nach bauernart 50
geflügelterrinen mit pistazien 52
ingwer-schweinefilet-rollen 63
krustenbraten 13
schweinebauch, geschmort, mit chili
und fenchel 13

scones

dattel-orangen-scones 89
himbeer-mandel-scones 89
kokos-marmeladen-scones 89
scone-rolle mit schokolade 89
scones, grundrezept 86

sesam-teriyaki-dressing 59

shortbread 95

soufflé 116

himbeer-soufflé 118
orangen-soufflé 118
passionsfrucht-soufflé 118
schokoladen-soufflé 118
zitronen-soufflé, grundrezept 116

spargel

frittata mit spargel, kartoffel
und ziegenkäse 66

spinat

ofenrisotto mit spinat, feta und
pinienkernen 36

**steak mit chili-limetten-knoblauch-
butter** 14

suppe

asia-hühnersuppe mit ingwer 25
hühnersuppe, grundrezept 22
hühner-reis-suppe mit zitrone 25
pilzrahm-hühnersuppe 25
tomaten-bohnen-suppe mit hühnchen 25

süßkartoffeln

ofenrisotto mit speck, süßkartoffeln
und salbei 36
pastinaken-süßkartoffel-auflauf 32

T

terrinen

fleischterrinen im lauchmantel
mit rosa pfeffer 52
fleischterrinen mit karamellisiertem
apfel 52
fleischterrinen nach bauernart 50
geflügelterrinen mit pistazien 52
terrinen von ente und kalb 52

tomaten

tomatensalsa 18
tomatensauce, frische 44
tomaten-bohnen-suppe mit hühnchen 25

V

vanille

vanillecreme 79
vanille-cupcakes 85
vanille-panna-cotta, grundrezept 106

W

windbeutel

brandteig, grundrezept 90
schoko-éclairs 92
windbeutel mit himbeereis 92
zitronencreme-profiteroles 92
zucker-zimt-kugeln, ausgebacken 92

Z

ziegenkäse

fladenbrot mit ziegenkäse und
karamellisierten schalotten 71
frittata mit spargel, kartoffel
und ziegenkäse 66

zimt

bananen-zimt-muffins 94
zimt-panna-cotta auf pochiertem
rhabarber 109

zimttörtchen mit mascarpone
und rhabarber 83

zitrone

kapern-zitronenbutter 33
kokos-zitronencreme-törtchen 82
lemon curd 114
mandel-zitronen-tarte 82
thymian-zitronen-füllung 10
zitronencreme-profiteroles 92
zitronenglasur 85
zitronen-reis-auflauf 113
zitronen-soufflé, grundrezept 116

zucchini

zucchini-frittata 66

zwiebel-relish 46