

Teil 3 - bis 14.10.2003



Der Topf ist rund, damit das Kochen die Richtung ändern kann

So lautet das berufliche Lebensmotto von Ralf Zacherl - Ein junger Koch, der aus wenigen und/oder einfachen Zutaten köstlich-Leckeres, Überraschungen zaubert. Das zeichnet einen Kreativkünstler aus, der von seinem Tun überzeugt ist.

Für Ralf Zacherl ist "Kochen eigentlich was Simples", vorausgesetzt die Liebe am Kochen, Kreieren und Ausprobieren ist da - sonst klappt es nicht. Und man muss auch "das entsprechende Gefühl für die Verarbeitung von Lebensmitteln inne haben".

Doch: "Es muss nicht immer Kaviar sein": Rezepte, die in unsere moderne Zeit und reales Alltagsleben passen, kennt er - Aber mit einem "Kick Ralf Zacherl hinzu" wird daraus eine verzauberte Köstlichkeit!

Kurzauszüge aus dem beruflichen Werdegang

- geboren am 9. Januar 1971 in Wertheim
- 1991-1992: 3 Stuben in Meersburg - Das Jahr im Zeichen von Stefan Marquard
- 1995: Die kulinarische Wanderreise geht in die Schwarzwaldstube Traube Tonbach zu Harald Wohlfahrt.
- 1998: Küchenchef des Gourmet-Restaurants im Athenee Palace auf Djerba
- 1999: Küchenchef im Restaurant STIL in Berlin
- Seit 2001: Küchenchef in der Weinbar RUTZ in Berlin

Auszeichnungen:

- Mit 27. Jahren: Verleihung eines Michelin Sterns
- 16 Punkte Gault Milau
- 2001: Bester Newcomer Gastro Award, Aufsteiger des Jahres bei den Berliner

- Meisterköchen
- Berliner Meisterkoch 2002

Neue Website:
<http://www.a-lin.de>

Rezeptliste:

Minipizzen und Pizzabrotchen
Smarties Eis
Salat von gebratenen Kartoffeln
Fischdöner
Broccoli-Möhrensalat mit Mandeln und Honig-Ingwer Dressing
Möhrensüppchen
Ingwer-Orangen-Drink
Blätterteigpizza mit Bratwurst
Neuenglischer Kartoffelsalat
Blätterteig-Pilzpastete
Blütensalat
Miesmuscheln
Jägerschnitzel in Zwiebel-Currysoße
Orangennudeln
Puten- Labskaus
Lachssoße
Forellensoße
Aalsoße
Sherry-Hähnchen mit grünem Pfeffer
Schwäbische Maultaschen
Eingewecktes Obst
Eingeweckte Kirschen
Eingeweckte Äpfel
Zacherls Allerlei
Bananen-Quarkkeulchen mit Amaretto-Kirschen
Kochschinken aus der Serviette
Handkäs' mit Musik mal anders
Beschwipstes Schwein mit Äpfeln
Süße Mathilde
Dörrobst-Leberknödel auf Rahm-Sauerkraut
"Die verliebte Winzerin" - Weinbergpfirsich mit Traubensabayonne
Heidschnuckenrücken in Apfel-Ingwersoße mit dreierlei Kartoffeln
Geeister Rotwein mit Beeren
Ralfs Miesmuscheln mit Nudeln
Kalter Pharisäer
Schwäbische Maultaschen
Eingeweckte Kirschen
Eingeweckte Äpfel

Semmelknödel-Sandwich mit Leberkäse
Obst am Spieß, Bananen mit Honig und Schokolade
Glasierter Apfel-Kirschspieß
Pute mit Apfel auf Kartoffel-Bohnenragout
Apfelflipp (alkoholfrei)
Gebackene Pfifferlinge mit Kräuterdip
Quarkspeise mit Blaubeeren
Roastbeef mit Rettich und scharfem Dipp
Marinierte Toskanische Hühnerflügel
Sommerlicher Salat
Cordon Bleu von Austernpilzen mit süß-saurem Brokkoli
Krautfleckerl
Salat von Karotten, Weißkraut und Kapern
Obstlasagne mit Quark
Mit Birnen und Rosinen gefüllter Brie
Kohlrouladen à la Ralf
Obsalat mit Leuterzucker
Ralfi-Goreng
Soljanka mit gepfefferten Westbananen (Wiedervereinigungsessen)
Bratwurst-Lecso mit Knoblauchkartoffeln
Zwetschgenkompott
Jakobsmuscheln mit Blattspinat gratinierte Jakobsmuscheln
Gebratene Jakobsmuscheln im Fenchel-Zimtsud
Obstlasagne mit Quark
Mit Birnen und Rosinen gefüllter Brie
Kartoffelgulasch mit karamellisierten Pflaumen
Buttermilch-Pflaumenshake mit Ingwer
Kalbskotelette in Weißwein-Salbeisauce (Zauberhaftes Kalbskotelette)
Mit Frischkäse gefüllte Zucchiniblüten
Bunte Wirsingpfanne
Gebackener Mozzarella
Sylter Liebesfrühstück: Krabbentoast
Stachelbeer- Kiwi- Grütze mit Nelken
Schupfnudelvariationen
Mohnnudeln (orientalisch)
Olivennudeln (italienisch)
Safran-Fenchelnudeln (indisch)
Joghurtdip



Minipizzen und Pizzabrötchen

Zutaten:

1 Paket Fertigpizzareig
150g Salami
2 Zehen Knoblauch
1 Paprika
200g geriebener Gouda
300g Pizzatomaten
1 Päckchen Kochschinken (150g)
180g Mais (1 Dose)
1 Babybananas
100g frische Champignons

Zubereitung:

Pizzareig anrühren wie auf der Packung beschrieben. Dünn ausrollen. Mit einem Glas oder einer Schüssel runde Kreise ausschneiden. Diese auf ein Backblech mit Backpapier legen. Saft der Tomaten abschütten. Abschmecken mit Salz Zucker und Knoblauch. Die restlichen Zutaten mudgerecht klein schneiden. Tomaten auf den Pizzen verstreichen und dann nach Lust und Laune belegen.

Smarties Eis

Zutaten:

Smarties
Eistüten
Milkaeis

Zubereitung:

Kugel ausstechen, Hütchen draufgesteckt und mit Smarties dekorieren.

Salat von gebratenen Kartoffeln

500g Kartoffeln, Bratlinge
2 Paprika, rot und gelb
2 Zehen Knoblauch
1 Zwiebel, klein
6 Zweige Blattpetersilie
2 Zweige Rosmarin
20 Nürnberger Rostbratwürstchen
10 Scheiben Speck
4 Schaschlikspieße
6-8 EL Olivenöl
1/2 Liter Frittiefett
4 EL Balsamico
Salz, Pfeffer, Zucker

Zubereitung:

Die Kartoffeln mit einer Küchenreibe in dünne Scheiben direkt in eine Schüssel mit kaltem Wasser hobeln. Hierfür die Hobelseite der Reibe benutzen.
Topf mit Pflanzenöl aufstellen und heiß werden lassen.
Zwiebel schälen und würfeln. Knoblauch schälen und klein hacken.
Paprika entstrunken, entkernen und in kleine Würfel schneiden.
Kartoffeln auf einem Sieb abschütteln und mit einem Küchentuch trocknen.
Ein Backblech mit Küchenpapier vorbereiten und die Kartoffelscheiben nach dem Frittieren darauf abtropfen lassen. Kartoffelscheiben in 160°C Fett nach und nach goldbraun frittieren.

VORSICHT: In den Topf nicht zu viel Fett füllen, sonst sprudelt es über, wenn es heiß ist. Lieber etwas weniger einfüllen und dann nach und nach frittieren.

Während des Frittierens, die Schwarze und die Knorpel vom Speck entfernen. Die Speckscheiben halbieren (quer nicht längs). Um jedes Würstchen eine Scheibe Speck wickeln.

5 Würste auf einen Spieß stecken.
Pfanne aufstellen, Olivenöl hineingeben, erwärmen und Knoblauch, Zwiebel und Paprika anschwitzen. Dann mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Dieser gesamte Vorgang sollte 5 Minuten dauern, dann sind die Paprika noch schön knusprig und die Aromastoffe haben sich gut entfaltet.

Kleingehackten Rosmarin hinzugeben und mit dem Balsamico ablöschen. Ca. $\frac{1}{2}$ Minute köcheln lassen und in eine Schüssel geben
Pfanne mit einem Küchenpapier säubern. Dann unter kleiner Hitze die Würstchen mit dem Speck goldgelb braten.

Währenddessen die Blattpetersilie abzupfen, eine Hälfte in Streifen schneiden und zu den angeschwitzten Paprikas geben und den Rest im Kartoffelfett kurz frittieren.

VORSICHT: Deckel als Schutzschild über den Topf halten, denn durch die Feuchtigkeit in der Blattpetersilie kann das Fett spritzen und das tut weh!

Kartoffelscheiben mit Paprika vermengen und etwas durchziehen lassen.
Anrichten und genießen!



Fischdöner

Zutaten:

- 1x FischloXX Iglo (400g)
- 1 Fladenbrot
- 1 Ayran/150ml
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 kleine Gartengurken

1 Zweig Minze
4 Zweige Dill
2 Peperoni rot
Salz, Pfeffer
6EL Brunch Gruke/Dill/Knoblauch
300g Krautsalat
Öl zum Braten

Zubereitung:

Den Knoblauch schälen und pressen. Die Salatgurke halbieren und mit einem Löffel die Kerne entfernen. Direkt in eine Schüssel grob reiben.

Die halbierte und entkernte Peperoni in Würfel schneiden.

Knoblauch, Peperoni, Ayran und Frischkäse in die Schüssel mit den Gurken geben und verrühren.

Minze abzupfen und mit dem Dill in feine Streifen schneiden.

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und gut verrühren. Dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eine 1/2 Stunde durchziehen lassen, dann entfaltet sich der Geschmack der Kräuter, aber man kann es auch sofort essen.

Ofen auf 170°C vorheizen. Fladenbrot auf den Rost legen und toasten ca. 10min.
FischbloXX ca. 10 min bei nicht zu hoher Hitze braten, denn sonst verbrennt es außen und ist in der Mitte noch gefroren.

Das Fladenbrot aus dem Ofen nehmen und vierteln. Eine Tasche einschneiden.

FischbloXX in Stücke schneiden.

Als erstes mit Soße ausstreichen, dann den Krautsalat reinfüllen, danach die FischbloXX Stücke und den Krautsalat drauf legen, ganz nach oben kommt eine Schicht Tzaziki.

Broccoli-Möhrensalat mit Mandeln und Honig-Ingwer Dressing

Zutaten:

2 kleine Brokkoli (oder ein großer)
2 EL Zitronensaft
6 EL Joghurt
3 EL Honig
3 EL Creme Fraiche
8 große Möhren
1 EL frischer Ingwer (Würfel)
ein Schuss Milch
3 EL Mandelblättchen
Salz

Zubereitung:

Broccoli putzen, in Gemüsebrühe blanchieren und in gesalzenem Eiswasser abschrecken.

Die Möhren schälen, raspeln und leicht salzen.

Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Joghurt, Creme Fraiche, Honig, Ingwer und Zitronensaft verrühren, mit Salz abschmecken und mit etwas Milch verdünnen. Bitte kräftig abschmecken, denn Möhren und Broccoli sind nicht so geschmacksintensiv.

Möhren mit Broccoliröschen vermengen und in einer Schüssel anrichten. Die Marinade darüber verteilen und mit Mandeln garnieren.

Dazu: Ein **Möhrensüppchen**

Zutaten:

1 Zwiebel

0,7l Gemüsebrühe

2 Scheiben Toast

3 Knoblauchzehen

1/4l Orangensaft

2 EL Balsamico

5 EL Olivenöl

2 Chili

2 EL Creme Fraiche

500g Möhren

Salz, Pfeffer

1 EL Honig

1 EL Ingwer

Zubereitung:

Zwiebel, Knoblauch und Ingwer schälen und würfeln. Diese Zutaten in Olivenöl im Topf andünsten. Möhren schälen, würfeln und zufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Nun mit Gemüsebrühe auffüllen, aufkochen Chilischoten halbieren und entkernen und auch hinzufügen.

Zugedeckt köcheln bis die Möhren weich sind. Mit dem Mixstab glatt pürieren, dabei so viel Brühe zufügen bis die Suppe ihre richtige Konsistenz hat.

Abschmecken.

Weißbrot in Würfel schneiden, in Olivenöl goldbraun rösten. Suppe in einen Teller und Tropfen Balsamico darübergeben. Croutons darüber streuen.

Und: **Ingwer-Orangen-Drink**

Zutaten:

1-2 EL Ingwer

600ml Ananassaft

2 EL Langnese-Honig
400ml Möhrensaft

Zubereitung:

Alles im Mixer mixen - fertig!

Sommerliche Bratwürste
Hauptspeise 1: Blätterteigpizza mit Bratwurst

Zutaten:

Blätterteig
1 rote Bratwurst
1 weiße Bratwurst
2 EL Schnittlauch
5 Kirschtomaten
150g Schmelzkäse (z.B. Milkana)

Zubereitung:

Blätterteig auftauen und leicht ausrollen, und mit dem Schmelzkäse leicht einstreichen. Danach die Bratwürste in Scheiben schneiden und auf der Creme verteilen, danach mit Schnittlauch und Tomatenwürfeln bestreuen und im vorgeheizten Ofen bei 180°C goldbraun backen.

Hauptspeise 2: Gebackene Bratwürste

Zutaten:

4 große weiße Bratwürste ohne Haut (kann man aber auch mit Haut benutzen)
2 Eier
Paniermehl
Mehl

Zubereitung:

Die Bratwürste in schöne Scheiben schneiden und panieren, danach in einer Pfanne ausbacken, auf leckeren Kartoffelsalat setzen und mit Zitrone beträufeln.

Beilage: Neuenglischer Kartoffelsalat

Zutaten:

500g Kartoffeln (festkochend)
2 Schalotten (fein geschnitten)
4 Eigelb
3 EL Petersilie (gehackt)
4 EL Rotweinessig
100g Butter
1-2 Paprika (fein gehackt)
1 EL Zitronensaft
100ml Wasser
1 Bund Radieschen in Scheiben geschnitten
Zitronensaft, Rotweinessig
Wasser, Cayenne, Pfeffer, Salz

Zubereitung:

Die Kartoffeln in Salzwasser kochen. Wenn sie gar sind, das Wasser abgießen. Die Kartoffeln etwas abkühlen lassen, schälen und in Scheiben schneiden. Dann Paprika, Schalotte und Radieschen schneiden und auf die warmen geschnittenen Kartoffeln geben. Eier unter Zugabe von etwas Wasser, Salz, Pfeffer, Cayenne und Essig schaumig schlagen. Die Butter in einem Topf auf kleiner Flamme zergehen lassen, die Eimasse hinzufügen und vorsichtig bei geringer Hitze unter stetigem Rühren aufschlagen (nicht zu heiß werden lassen, sonst entsteht Rührei). Anschließend die Soße über die Kartoffeln geben.



Gartenparty **Blätterteig-Pilzpastete**

Zutaten:

Kastenkuchenform
1 Lauch
2 Schalotten
250ml Sahna
4 Eier
500g Pilze (je nach Geschmack und Saison)
Blätterteig
Olivenöl
Muskat
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Kuchenform buttern und mit dem Blätterteig auslegen (guten Rand stehen lassen). Die Pilze in Olivenöl anbraten und würzen. Sollte zuviel Flüssigkeit entstehen, auf ein Sieb geben. Danach Sahne und Eier mischen, leicht würzen und zu den Pilzen geben, ebenso den angedünsteten Lauch, alles gut mischen und in die Form geben. Danach einen Blätterteigdeckel darauf legen und mit Eigelb bestreichen. Im vorgeheizten Ofen bei 200-220 Grad ca. 25 Minuten backen.

Dazu: Blütensalat

Zutaten:

1 Felice (Kreuzung aus Frisee- und Eisbergsalat)
300g Löwenzahnsalat
100g Gänseblümchenblüten
1 Eichenblatt
1/2 Bund Zitronenmelisse
100g Kapuzinerkresseblüten
1 EL Honig
100g geröstete Erdnüsse
100ml Himbeer dressig
Salz, Pfeffer
200ml Traubenkernöl

Zubereitung:

Den Salat waschen und klein zupfen, die Blüten hinzugeben. Aus Honig, Essig, Gewürzen und Öl leichte Vinaigrette herstellen, den Salat darin leicht marinieren und die Nüsse darüber streuen.

Erdbeer-Kirsch-Pfirsichbowle

Zutaten:

500g Zucker
2l trockener Weißwein
1l trockener Sekt
300g Kirschen
200g Pfirsiche
500g Erdbeeren
1/2 Bund Zitronenmelisse

Zubereitung:

Obst klein schneiden, in eine Schüssel geben und mit Zucker und Weißwein auffüllen. Als letztes den Sekt und Eiswürfel dazugeben und mit gehackter Zitronenmelisse garnieren.

Miesmuscheln

Zutaten:

2kg Miesmuscheln
400ml Brühe
4 Tütchen Safran
2 Zwiebeln (klein gewürfelt)
200ml Sahne
4 Zehen Knoblauch
4 EL Creme fraiche
4 Zweige frischer Koriander
200g Staudensellerie
120g Butter
1 Fenchel
2 TL Curry
Olivenöl
200ml trockener Weißwein (Riesling)
1 TL Kurkuma
Salz, Pfeffer
2 Chilis
Saucenbinder

Zubereitung:

Die Muscheln waschen und den Bart entfernen. Muscheln die weit geöffnet sind aussortieren.
Zwiebel, Knoblauch und Gemüsewürfel in Öl anschwitzen, mit Curry, Safran, Kurkuma und Chili würzen und mit Weißwein ablöschen. Jetzt mit Brühe auffüllen und aufkochen lassen.
Muscheln in den kochenden Fond geben, den Deckel drauf und auf kleiner Flamme 5-8min ziehen lassen.

Fond abschütten und noch 3-4min einkochen lassen. In dieser Zeit noch geschlossene Muscheln aussortieren.
Den Fond mit der Sahne, Creme Fraiche und der kalten Butter aufmixen.
Noch mal abschmecken und über die Muscheln geben.
Mit Petersilie oder Koriander bestreuen und mit Weißbrot servieren.

Jägerschnitzel in Zwiebel-Currysoße (Deutschlandreise - Berlin)

Zutaten:

8 Scheiben grobe Brühwurst oder Fleischwurst
2 Zwiebeln
3 EL Ketchup
2 Eier
1/4l Tomatensaft
Öl, Zucker, Salz, Pfeffer
1 EL Curry
Instant Bratenfond

Mehl/Paniermehl
Pommes Frites

Zubereitung:

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Danach in Öl anbraten bis sie leicht Farbe annehmen. Dann den Ketchup und den Curry dazu geben, mit etwas Bratenfond und dem Tomatensaft auffüllen, würzen und 15 min. kochen lassen. In der Zwischenzeit die Wurstscheiben mit den Eiern, Mehl und Paniermehl panieren um im Öl anbraten, bis die Panade knusprig ist.

Orangen nudeln

Zutaten:

300g Nudeln
150g Zucker
1 Bd. Basilikum
1 Orange
100g gehackte Haselnüsse
Zimt, Salz
1/2l Sahne

Zubereitung:

Die Nudeln in Salzwasser kochen, abschrecken und auf ein Sieb geben. Die Orangen filetieren und den Strunk ausdrücken. In einem Topf den Zucker karamellisieren, mit dem Orangensaft ablöschen und etwas einkochen. Dann die Milch dazu geben und mit den Nudeln noch mal gut durch kochen. Mit etwas Zimt abschmecken, den geschnittenen Basilikum dazu geben und im Suppenteller anrichten. Die gerösteten Haselnüsse und Orangenfilets darüber streuen.

Puten- Labskaus (Deutschlandreise - Hamburg)

Zutaten:

200g Putenbrust
1 Packung TK-Rösti
300g Rote Beete aus dem Glas
gekörnte Brühe
2 rote Zwiebeln
1 EL Meerrettich
5 Gewürzgurken
1/2 Scheibe kalorienreduzierter Schmelzkäse
2 EL Kapern
2 Kressekästchen
4 Eier

Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Das Putenfleisch klein schneiden und anbraten. Danach die Zwiebeln schneiden, andünsten und mit den kleingehackten Röstis mischen. Nun die Mischung mit der Brühe ablöschen und das Putenfleisch hinzufügen. Im nächsten Arbeitsschritt muss die gesamte Masse nochmals zerkleinert werden und kann danach mit dem Frischkäse verbunden werden

In der Zwischenzeit die Gurken sowie die rote Beete würfeln. Diese Würfel mit dem Meerrettich und den Kapern zu der Masse geben, um alles noch mal gut durchzukochen. Zum Schluss kann das Labskaus ganz nach Belieben abgeschmeckt werden.

Nun können die Spiegeleier gebraten werden, die auf dem Labskaus mit frischer Kresse angerichtet werden. Wer möchte, kann das Gericht gerne mit Hering oder Matjes kombinieren.

Dazu: Gefüllte Pizzabrötchen mit Räucherfischen und diversen Soßen

Zutaten:

1 Packung Pizzateig

Lachssoße:

200g Räucherlachs
200g Majonaise
Safranfäden
1 Orange
2 Zweige Koriander

Forellensoße:

2 Forellenfilets (geräuchert)
200g Majonaise
1/2 Kopfsalat
2 Chilischoten
Salz, Pfeffer
Kopfsalatblätter
2 EL Dill

Aalsoße

200g Räucheraal
200g Mayonaise
3 Backpflaumen
2 EL Creme Fraiche
1 Schale Kresse
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Den Pizzateig nach Packungsangabe zubereiten und nach Belieben kleine Brötchen formen. Die Brötchen können noch mit Sesam, Paprika und Mandeln bestreut werden, um sie danach ebenfalls nach Packungsanweisung zu backen.

Im zweiten Schritt wird die Forelle von der Haut befreit. Selbiges gilt für den Aal, der zusätzlich von seiner Mittelgräte befreit werden sollte. Beide Fische werden in Würfel geschnitten und können nach Belieben noch mit einer Zwiebel vermischt werden.

Für alle drei Soßen bildet die Mayonaise die Grundbasis. Für den Lachs wird sie mit Safran eingefärbt und mit den Orangenfilets sowie mit dem gehackten Koriander vermischt.

Der Kopfsalat wird für die Forellensoße in feine Streifen geschnitten. Danach werden die Streifen mit den gehackten Chilis, dem Dill und der Mayonaise vermischt.

Die Mayonaise für die Aalsoße wird lediglich mit der gehackten Brunnenkresse, Creme fraiche und den zerkleinerten Backpflaumen vermischt.

Alle Soßen können nach Belieben gut abgeschmeckt werden. Im letzten Schritt werden die fertigen Pizzabrötchen aufgeschnitten und mit den Soßen gefüllt. Wer möchte, kann die übrigen Salatblätter als Plattengarnitur verwenden.



Sherry-Hühnchen mit grünem Pfeffer

Zutaten:

400g Hühnerbrüste ohne Haut
1 EL grüner Pfeffer
4 Zweige Thymian
2 TL Honig

Salz, Olivenöl
0,1l Sherry
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen

Zubereitung:

Hühnerbrüste schnetzen, Zwiebel und Knoblauch schälen und würfeln. Jetzt das Hähnchen scharf anbraten, dabei salzen, Zwiebelwürfel, Knoblauch und Thymian zugeben.

Wenn das Hähnchen von allen Seiten angebraten ist, den Pfeffer und den Honig zugeben, das Ganze mit Sherry ablöschen.

Hähnchen vom Herd nehmen und ca. 20 Minuten ziehen lassen.

Guten Appetit!

Frittata mit Avocado

Zutaten:

4 Eier
4 Zweige Blattpetersilie
1 kleine Stange Porree
1 Zwiebel
1 EL Zitronensaft
2 Knoblauchzehen
1 reife Avocado
Salz, Pfeffer
Olivenöl

Zubereitung:

Zwiebel, Knoblauch schälen und klein schneiden. Porree waschen und in kleine Ringe schneiden. Blattpetersilie waschen und klein hacken.

Avocado in kleine Würfel schneiden und mit dem Zitronensaft marinieren, damit die Avocado nicht braun wird.

Eier aufschlagen und kräftig mixen. Die Blattpetersilie zu den gemixten Eiern geben. Zwiebel, Knoblauch und Porree im heißen Olivenöl anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Alle Zutaten zu den Eiern geben und vermischen. Abschmecken und würzen.

Pfanne aufsetzen und Olivenöl hineingeben, Eiermasse in die warme Pfanne geben.

Und dann die Pfanne in die den auf 160°C vorgeheizten Ofen geben.

Ca. 5-8 Minuten.

Aus dem Ofen nehmen und einmal wenden und auf dem Brett in kleine Vierecke schneiden.

Schwäbische Maultaschen (Deutschlandkreise Baden-Württemberg)

Zutaten:

300g Mehl
200g Hackfleisch
150g Kalbsbrät
Fleischbrühe instant
5 Eier
200g TK-Blattspinat
1/2 Bd. Petersilie
Muskat
4 Zwiebeln
100g Butter
1 TL Kurkuma zum Einfärben
Salz, Pfeffer, Wasser

Zubereitung:

Aus dem Mehl und den Eiern mit einer guten Prise Salz und dem Kurkuma und etwas 6 EL Wasser einen geschmeidigen Teig kneten und 1/2 Stunde ruhen lassen. Wer will, kann den Teig auch einen Tag vorher zubereiten und einen ganzen Tag ruhen lassen.

In der Zwischenzeit mischen wir das Hackfleisch mit dem Brät. Den aufgetauten Spinat gut ausdrücken, danach grob hacken und mit der gehackten Petersilie unter die Fleischmasse geben. Die Eier hinzu und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Nun den Teig dünn ausrollen, damit man schöne Bahnen hat und dann die Füllung darauf geben. Das letzte Drittel frei lassen, mit etwas Ei bestreichen und die Bahn einrollen. Mit einem Kochlöffelstiel in der beliebigen Form abdrücken und mit einem Küchenmesser schneiden. Die Maultaschen in einem Topf mit kochender Fleischbrühe geben und ca. 10 min. köcheln lassen. In der Zwischenzeit die Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden und mit etwas Butter goldbraun schwitzen. Danach die Maultaschen in einem Suppenteller mit etwas Brühe geben und mit den braunen Zwiebeln servieren. Klassische Maultaschen sind an beiden Seiten offen, was den Unterschied zu den italienischen Ravioli macht.

Eingewickeltes Obst

Eingewickelte Kirschen

Zutaten:

1kg Kirschen
Honig nach Geschmack
200ml Amaretto

1 Schote Vanillemark
1/2l Kirschsaft
Thymian nach Geschmack
Abrieb einer Zitrone
Rosmarin nach Geschmack

Zubereitung:

Die Kirschen müssen zuerst gewaschen und entsteint werden. Danach sollte man sie halbieren und mit dem Honig in einem Topf erhitzen. Nun kann man das Vanillemark und den Abrieb dazugeben. Den Saft einkochen lassen und kurz vor Ende den Amaretto dazugeben. Das Eingemachte ins Glas füllen und mit Gummi und Deckel fest verschließen. Das Glas nun für 25 Minuten bei 80- 90°C im Wasserbad in den Backofen schieben.

Eingeweckte Äpfel

Zutaten:

Für saure Äpfel:
500g saure Äpfel
600g Zucker
1l Wasser

Für süße Äpfel:
500g Äpfel
400g Zucker
1l Wasser

Zur Verfeinerung:
1 Vanillestange
1 Zimtstange
Rosmarin

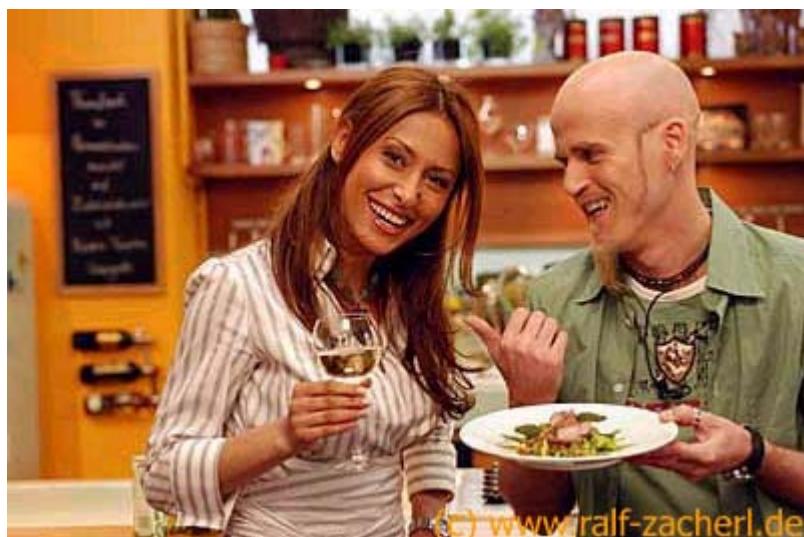
Zubereitung:

Die Äpfel waschen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Das Wasser mit den Aromaten zum kochen bringen und parallel dazu den Backofen auf 80°C vorheizen. Im letzten Schritt werden die Gläser mit den Apfelspalten gefüllt und mit der Zuckerlösung übergossen. Nun müssen die Gläser nur noch geschlossen werden und können ebenfalls in den Ofen geschoben werden.

Tipps und Tricks:

- 1) Die Gläser, Deckel und Gummiringe müssen sehr sauber sein, sonst könnte das Eingemachte schnell verderben.

- 2) Gläser oder Deckel mit gesprungenen oder gesplitterten Rändern sollte man nicht verwenden.
- 3) Die Weckgläser nicht mit scharfen Gegenständen öffnen.
- 4) Die Einmachgummis sollten nicht mit Eiweiß oder Gelatine bestrichen werden.
- 5) Die Flüssigkeit darf nicht zu hoch im Glas sein. Ein fingerbreit Abstand vom Rand ist das Maximum.
- 6) Die Gläser dürfen nicht zu schnell und zu stark erhitzt werden.
- 7) Die Einkochzeit darf nicht verkürzt werden und die Temperaturgrenze darf nicht überschritten werden.
- 8) Die Gläser nicht im kalten Wasser auskühlen lassen.
- 9) Man sollte die Früchte sorgsam auswählen, denn um so besser die Früchte sind, um so besser ist das Eingeweckte.



www.ralf-zacherl.de

Zacherls Allerlei (Deutschlandreise - Sachsen)

Zutaten:

100g Flusskrebsschwänze
 250g Calamaretti
 3 Hähnchenbrüste
 1 Bd. Koriander
 Salz, Pfeffer
 1/2 l Kokosnussmilch
 2 Karotten
 250g Zuckerschoten
 1 Limone
 2 gelbe Paprika
 1 EL rote Curtypaste
 300g Sojasprossen
 gekörnte Brühe

Zubereitung:

Das Hähnchenfleisch von Knochen und Haut befreien und in kleine Stücke schneiden. Danach in einer Pfanne mit etwas Olivenöl anbraten, ebenso die geputzten Calamaretti heiß anbraten. Dann das Gemüse putzen, schälen und in kleine Stücke schneiden.

In einem Topf das Gemüse anschwitzen und die Curtypaste sowie etwas gekörnte Brühe dazu geben. Mit der Kokosnussmilch und etwas Wasser ablöschen und das Gemüse weich garen. Danach die Hähnchenstücke, Calamaretti und Flusskrebse hinzu geben. Mit den Gewürzen abschmecken und etwas Limonensaft dazu geben.

Bananen-Quarkkeulchen mit Amaretto-Kirschen

Zutaten:

350g eingemachte Kirschen
3 EL Zucker
1 TL Zimt
3 Bananen
2 EL Rosinen
1 Eigelb
250g Quark
3 EL gehackte Haselnüsse
1 EL Speisestärke
Paniermehl

Zubereitung:

Den Quark etwas ausdrücken (am besten in ein sauberes Tuch geben und kräftig drücken). Danach die Bananen schälen und zerdrücken (reife Bananen verwenden) und mit allen Zutaten vermischen. Im Kühlschrank ca. 15 min. kaltstellen, dann wird die Masse fester und lässt sich besser verarbeiten. Danach in beliebige Form bringen und in Paniermehl wenden. In der Pfanne vorsichtig goldbraun braten und zum Kompott servieren.

Kochschinken aus der Serviette

Zutaten für den Kochschinken:

400g Kochschinken
1 Stange Lauch
5 Brötchen
1 Tasse Milch
4 Eier
1 Zwiebel
4 große Kartoffeln
Salz, Pfeffer
1 TL gekörnte Brühe

ein sauberes Handtuch
flüssige Butter

Für die Soße:

1 kleine Stange Lauch
1/2 Bund Kerbel
gekörnte Brühe
1 Zwiebel
1/4l Sahne
1 TL Mehl
2 Zweige Petersilie
Backerbsen (fertig aus dem Supermarkt)

Zubereitung:

Den Kochschinken in grobe Würfel schneiden. Ebenfalls die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Danach in der flüssigen Butter halb gar braten. Den Lauch der Länge nach halbieren, waschen, trocken schütteln und in feine Scheiben schneiden. Zusammen mit den gewürfelten Zwiebeln etwas andünsten. Die Milch mit der Brühe zum Kochen bringen und das Brötchen in Würfel schneiden. Danach die Brötchenwürfel mit der heißen Milch übergießen und etwas ziehen lassen.

Alle Zutaten in einer Schüssel vermischen und die Eier dazugeben. Nun die Masse gut abschmecken, zu einer Rolle formen, in das Handtuch rollen und mit einem Bratfaden zusammen binden. Die Rolle sollte im 80°C heißen Wasser ca. 20 Minuten ziehen. Danach kann man die Rolle vorsichtig auspacken, in Scheiben schneiden und in etwas Öl nachbraten.

Für die Soße wird der Lauch gewaschen, in feine Scheiben geschnitten und mit den gewürfelten Zwiebeln angedünstet. Dann mit Mehl und gekörnter Brühe bestäuben und mit Sahne auffüllen. Alles zusammen zum Kochen bringen, die gezupften Kräuter hinzugeben, mit dem Mixer glatt mixen und gut abschmecken. Die Soße und die Backerbsen über das Gericht geben.

Danach:

Ein orientalischer Stinker oder **Handkäs' mit Musik mal anders**

Zutaten:

4 Handkäs (a 120g)
1 rote Zwiebel
1 Apfel
1 TL Kreuzkümmel
1 EL Feigensenf
1 EL frischer Koriander
1 EL Blattpetersilie
3 EL Apfelessig
2 EL Sonnenblumenöl

Zubereitung:

Zuerst die Zwiebel schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Nun je einen Teelöffel Kräuter hacken und mit den Zwiebeln, Essig, Feigensenf, dem gemahlenen Kreuzkümmel, Öl und den Apfelwürfeln vermischen. Danach den Käse in Scheiben schneiden, mit der Soße übergießen und etwas ziehen lassen. Zum Schluss kann man den Käse mit Sesambrot servieren.

Beschwipstes Schwein mit Äpfeln (Deutschlandreise - Nordrhein-Westfalen)

Zutaten:

4 Schweinefilets a 150g

1 Zwiebel

3 Äpfel

1 EL Majoran

Butter

Salz, Pfeffer

0,4l Altbier

1 EL Soßenbinder

1/4l saure Sahne

1 Packung TK-Röstis

Zubereitung:

Zuerst wird das Schweinefilet in drei Stücke geschnitten, leicht plattiert und gewürzt. Nun das Filet kurz an beiden Seiten anbraten, herausnehmen und zur Seite stellen. Im zweiten Schritt werden die Äpfel und die Zwiebeln geschält. Danach wird beides in Streifen geschnitten und mit etwas Butter in der Pfanne hellbraun gebraten. Jetzt wird alles Altbier übergegossen und durch langsames Köcheln auf die Hälfte reduziert. Die Filets hinzugeben und im Ofen zirka 6 Minuten garen lassen.

Sobald die Pfanne aus dem Ofen genommen wird, sollte man das Fleisch aus der Pfanne nehmen und die Soße mit saurer Sahne sowie Majoran verfeinern. Damit die Sahne nicht gerinnt, sollte man die Soße kurz aufkochen und mit Soßenbinder binden. Vor dem Servieren mit den fertigen TK-Röstis kann man das Fleisch noch mal kurz in der Pfanne ziehen lassen.

Süße Mathilde

Zutaten:

4 frische Pfirsiche

6 Löffelbiskuits

2 EL Puderzucker

2 EL Zitronat

4 EL Weißwein

1 EL gehackte Mandeln
1/2 Bund Estragon oder Basilikum oder Rosmarin
Eis

Zubereitung:

Die Früchte halbieren, entsteinen und die Schale leicht erhitzen. Danach den Estragon oder eines der zwei anderen angegebenen Gewürze zupfen, klein schneiden und den Löffelbiskuit zerbröseln. Nun mit Puderzucker, Mandeln und fein gehackten Zitronat mischen. Den Weißwein in eine feuerfeste Form geben, die Pfirsiche mit der Schnittfläche nach oben hineinsetzen und die Biskuitfüllung auf den Pfirsichen verteilen. Nun wird die Form für ca. 20 Minuten im auf 160° C vorgeheizten Backofen gebacken, bis die Kruste leicht braun ist. Das fertige Gericht mit Vanilleeis servieren. Übrigens kann es auch gut kalt gegessen werden.



Dörrobst-Leberknödel auf Rahm-Sauerkraut (Deutschlandreise Rheinland Pfalz)

Zutaten:

250g Rinderleber (ganz klein)
2 Brötchen
100g Dörrobst
Salz, Pfeffer
2 Eier
2 EL Petersilie
2 EL Semmelbrösel
500g Sauerkraut
1 EL Butter
5 EL Creme fraiche

Zubereitung:

Das Sauerkraut in einem Topf erhitzen und die Creme fraiche hinzugeben.
Abschmecken und etwas einkochen lassen.

Für die Knödel wird das Brötchen in Würfel geschnitten und mit der Butter knusprig gebraten. Die Lebermasse mit dem gequirlten Ei, der Petersilie und dem gehackten Dörrobst vermischen. Danach die Semmelbrösel dazu, so dass es eine feste Masse gibt. Diese wird dann von Hand oder mit einem Löffel zu Klößen abgestochen und in kochendes Salzwasser (evtl. gekörnter Brühe) gekocht. Dann etwa 10 min. ziehen lassen. Danach auf dem Rahm-Sauerkraut servieren.

"Die verliebte Winzerin" - Weinbergpfirsich mit Traubensabayonne

Zutaten:

2 Weinbergpfirsiche
1/4l kräftiger Weißwein
150g Zucker
evtl. Eis, z.B. von Langnese
1 Zimtstange
1 Vanillestange
200g weiße Trauben
1 Ei
2 Eigelb

Zubereitung:

Den Weißwein mit 100g Zucker, der Zimtstange und der ausgekratzten Vanilleschote zum Kochen bringen. In der Zwischenzeit den Pfirsich halbieren und die Hautseite einritzen. (Wer möchte, kann den Kern zerstoßen und die Nuss mit in den Fond geben. Das ergibt einen natürlichen Bittergeschmack, da der Kern einen Anteil an Blausäure enthält und bei mäßigem Genuss nicht bedenklich ist.)

So werden sie in den kochenden Fond gelegt, der dann auf die Seite gestellt wird. (Sollten die Pfirsiche hart sein, müssen sie ein paar Minuten kochen bis sie gar sind.) Danach die Trauben halbieren und ebenfalls kurz in den Fond dazu legen. Die Eigelb und das Ei mit dem restlichen Zucker in einen Schlagkessel geben und 200ml von dem Pfirsichfond dazu geben. Auf einem Wasserbad cremig schlagen - der Schlagkessel darf nicht im Wasser hängen, denn dann wird er zu heiß und man bekommt Rührei.

Nun den Pfirsich trocken auf einen Teller geben. Die Trauben rings herum verteilen und die Soße darüber verteilen. In das Loch des Pfirsichs kann man eine Kugel Eis geben und servieren.

Heidschnuckenrücken in Apfel-Ingwersoße mit dreierlei Kartoffeln

Zutaten:

800g Heidschnuckenrückenfilet oder Lamm
2 Äpfel

2 EL Ingwer
2 EL Honig
Salz, Pfeffer, Koriander aus der Mühle
2 Bd. Frühlingslauch
2 EL Mandeln
2 EL Rosinen
300g Kartoffeln
300g Süßkartoffeln
200g Cheesechips als Garnitur
Öl, Weißwein und Bratensoße instant

Zubereitung:

Die Kartoffeln und Süßkartoffeln mit der Schale in Salzwasser kochen. Danach die Kartoffeln etwas abkühlen lassen, pellen und in Scheiben schneiden. Die Schieben in heißem Öl braten, sowie mit Salz und Pfeffer abschmecken. Durch das Braten entsteht ein schöner Farbeffekt, weil man gelbe und orange Kartoffeln erhält. Für die Soße werden die Äpfel geschält und in kleine Würfel geschnitten. Den Frühlingslauch waschen, trocken schütteln und in kleine Ringe schneiden. Danach wird der Frühlingslauch in Öl leicht angedünstet und die Apfelwürfel dazugegeben. Honig hinzufügen und kurz weiterdünsten. Durch die Zugabe von Wein und Soßenpulver entsteht eine cremige Soße. Danach die Soße mit etwas Koriander abschmecken. Nun den gehackten Ingwer, die Mandeln und die Rosinen hinzugeben. Das Heidschnuckenfilet von der Silberhaut befreien. Danach das Fleisch mit Salz, Pfeffer und Koriander abschmecken. Nun das Fleisch im heißen Öl braun braten und für 8-12 Minuten in den auf 180°C vorgeheizten Backofen schieben. Nach dem Herausnehmen sollte das Fleisch noch ca. 5 Minuten ruhen, damit die Spannung nicht mehr so stark ist und beim Aufschneiden der Saft erhalten bleibt. Die Scheiben auf den Kartoffeln anrichten und mit Soße servieren.

Geeister Rotwein mit Beeren

Zutaten:

0,5l halbtrockener Rotwein
0,1l roter Portwein
1 Kaffeetasse kräftiger Schwarztee
Abrieb einer Zitrone
Abrieb einer Orange
100g Zucker
1 EL gehackte Minze
4 Lavendelblüten
100g gemischte Beeren, besonders Wald- und Heidelbeeren
Eiswürfel

Zubereitung:

Im heißen Schwarztee den Zucker auflösen. Danach mit dem Orange- und Zitronenabrieb und den Lavendelblüten noch einmal aufkochen. Den Tee 5 Minuten ziehen lassen. Den Rotwein mit dem Portwein mischen und in Eiswasser herunterkühlen lassen. Die Reduktion vom Tee, Abrieb und Zucker dazu geben. Vier

schöne Longdrinkgläser mit ca. 2 EL Beeren füllen und die gehackte Minze darüber geben. 2 Eiswürfel hinein geben und mit dem Getränk auffüllen. Die Gläser mit Minzblättern und Zitronen- und Orangenscheiben dekorieren. Damit man den Drink mit Früchten genießen kann, empfiehlt es sich, ihn mit einem Löffel oder einem Spieß zu servieren.

Ralfs Miesmuscheln mit Nudeln (Deutschlandreise Schleswig-Holstein)

Zutaten:

400g Tagliatelle
600g Miesmuscheln
1 rote Zwiebel
2 Knoblauchzehen
Olivenöl
1 Zitronengras
2 Limonenblätter
1 Dose gesch. Tomaten
1/4l Riesling
1 EL Thai-Basilikum
2 Chilischoten
100g Cashewnüsse
Salz, Pfeffer, Kardamom

Zubereitung:

Die Muscheln entbarten und waschen. Die Zwiebel schälen, in Würfel schneiden und in einem Topf mit Olivenöl anbraten. Die Dose Tomaten hinzu geben, sowie den Knoblauch, das Zitronengras (klein geschnitten) und die Limonenblätter. Alles zusammen ca. 7 Minuten kochen lassen. Danach die Limonenblätter und das Zitronengras herausnehmen und würzen. Mit dem Riesling auffüllen und die Muscheln hinein geben. Die Muscheln zugedeckt ca. 5 Minuten kochen, ab und zu schütteln. Die ungeöffneten Muscheln wegwerfen. Danach den gehackten Basilikum, die Chilischote und die Nüsse dazu geben. Die Nudeln in Salzwasser "al dente" kochen und die Soße mit den Muscheln darüber geben. Als Beilage knackigen grünen Salat und knuspriges Brot reichen.

Kalter Pharisäer

Zutaten:

4 Tassen Kaffee, kalt
4cl Rum
4TL Zucker
8EL Schlagsahne
4 Kugeln (Vanille-)Eis

Zubereitung:

Den Kaffee zubereiten, Zucker hinzu geben und abkühlen lassen. Einen Schuss Rum und eine Kugel Eis in jede Tasse Kaffee geben. Das Ganze mit einer ordentlichen Sahnehaube bedecken.

Schwäbische Maultaschen (Deutschlandreise Baden-Württemberg)

Zutaten:

300g Mehl
200g Hackfleisch
150g Kalbsbrät
Fleischbrühe instant
5 Eier
200g TK-Blattspinat
1/2 Bd. Petersilie
Muskat
4 Zwiebeln
100g Butter
1 TL Kurkuma zum Einfärben
Salz, Pfeffer, Wasser

Zubereitung:

Aus dem Mehl und den Eiern mit einer guten Prise Salz und dem Kurkuma und etwas 6 EL Wasser einen geschmeidigen Teig kneten und 1/2 Stunde ruhen lassen. Wer will, kann den Teig auch einen Tag vorher zubereiten und einen ganzen Tag ruhen lassen.

In der Zwischenzeit mischen wir das Hackfleisch mit dem Brät. Den aufgetauten Spinat gut ausdrücken, danach grob hacken und mit der gehackten Petersilie unter die Fleischmasse geben. Die Eier hinzu und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Nun den Teig dünn ausrollen, damit man schöne Bahnen hat und dann die Füllung darauf geben. Das letzte Drittel frei lassen, mit etwas Ei bestreichen und die Bahn einrollen. Mit einem Kochlöffelstiel in der beliebigen Form abdrücken und mit einem Küchenmesser schneiden. Die Maultaschen in einem Topf mit kochender Fleischbrühe geben und ca. 10 min. köcheln lassen. In der Zwischenzeit die Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden und mit etwas Butter goldbraun schwitzen. Danach die Maultaschen in einem Suppenteller mit etwas Brühe geben und mit den braunen Zwiebeln servieren. Klassische Maultaschen sind an beiden Seiten offen, was den Unterschied zu den italienischen Ravioli macht.

Eingewicktes Obst
Eingewickte Kirschen

Zutaten:

1kg Kirschen
Honig nach Geschmack
200ml Amaretto
1 Schote Vanillemark
1/2l Kirschsaft
Thymian nach Geschmack
Abrieb einer Zitrone
Rosmarin nach Geschmack

Zubereitung:

Die Kirschen müssen zuerst gewaschen und entsteint werden. Danach sollte man sie halbieren und mit dem Honig in einem Topf erhitzen. Nun kann man das Vanillemark und den Abrieb dazugeben. Den Saft einkochen lassen und kurz vor Ende den Amaretto dazugeben. Das Eingemachte ins Glas füllen und mit Gummi und Deckel fest verschließen. Das Glas nun für 25 Minuten bei 80- 90°C im Wasserbad in den Backofen schieben.

Eingeweckte Äpfel

Zutaten:

Für saure Äpfel:
500g saure Äpfel
600g Zucker
1l Wasser

Für süße Äpfel:
500g Äpfel
400g Zucker
1l Wasser

Zur Verfeinerung:
1 Vanillestange
1 Zimtstange
Rosmarin

Zubereitung:

Die Äpfel waschen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Das Wasser mit den Aromaten zum kochen bringen und parallel dazu den Backofen auf 80°C vorheizen. Im letzten Schritt werden die Gläser mit den Apfelspalten gefüllt und mit der Zuckerlösung übergossen. Nun müssen die Gläser nur noch geschlossen werden und können ebenfalls in den Ofen geschoben werden.

Tipps und Tricks:

- 1) Die Gläser, Deckel und Gummiringe müssen sehr sauber sein, sonst könnte das Eingemachte schnell verderben.
- 2) Gläser oder Deckel mit gesprungenen oder gesplitterten Rändern sollte man nicht verwenden.
- 3) Die Weckgläser nicht mit scharfen Gegenständen öffnen.
- 4) Die Einmachgummis sollten nicht mit Eiweiß oder Gelatine bestrichen werden.
- 5) Die Flüssigkeit darf nicht zu hoch im Glas sein. Ein fingerbreit Abstand vom Rand ist das Maximum.
- 6) Die Gläser dürfen nicht zu schnell und zu stark erhitzt werden.
- 7) Die Einkochzeit darf nicht verkürzt werden und die Temperaturgrenze darf nicht überschritten werden.
- 8) Die Gläser nicht im kalten Wasser auskühlen lassen.
- 9) Man sollte die Früchte sorgsam auswählen, denn um so besser die Früchte sind, um so besser ist das Eingeweckte.



Semmelknödel-Sandwich mit Leberkäse (Deutschlandreise Bayern - O'zapft is!)

Zutaten:

4 Semmelknödel (Fertigpackung)
300g Leberkäse
1 Kopfsalat
1 Bund Radieschen
1/2 Rettich
2 Tomaten
1/2 Bund Petersilie

Süßer Senf
Ketchup
Salz, Pfeffer
Zahnstocher

Zubereitung:

Die Knödel in Salzwasser nach Packungsanweisung zubereiten oder bereits gekochte Knödel vom Vortag benutzen. Die fertigen Knödel in 3-4 Teile schneiden und in einer Pfanne anbraten.

Nun auch den Leberkäse in der Pfanne anbraten. In der Zwischenzeit können die Radieschen und der Rettich gewaschen werden. Sie werden mit Hilfe eines Hobels in dünne Scheiben geschnitten. Jetzt kann man die Radieschen mit Salz und Pfeffer würzen. Nach dem Würzen sollte man alles 10 Minuten ziehen lassen. Dann die Flüssigkeit abgießen und die Petersilie zu den Radieschen geben.

Die Knödelscheiben mit süßem Senf bestreichen und mit einem sauberer und trockenen Salatblatt belegen. Auf das Salatblatt die Radieschen und ein Streifen Leberkäse schichten und zum Schluß das Fleisch mit Ketchup bestreichen und mit einer Tomate belegen. Danach sollte man eine zweite Lage darauf legen und das Sandwich zum Servieren mit einem Zahnstocher fixieren.

Obst am Spieß Bananen mit Honig und Schokolade

Zutaten:

2 Bananen
2EL Honig
1 Zitrone
1 Tafel Vollmilch-Schokolade
100g Cornflakes
100g Kokosraspeln
4 Spieße
Sonnenblumenöl

Zubereitung:

Die Banane schälen, in ca. 3cm dicke Scheiben schneiden und mit etwas Zitronensaft marinieren.

Im zweiten Schritt sollte man die Schokolade klein hacken und im Wasserbad vorsichtig schmelzen. Sollte die Schokolade zu dickflüssig sein, kann man sie mit etwas Öl geschmeidiger machen.

Nun kann man die Bananenstücke vorsichtig mit einer Gabel durch den Honig ziehen und auf den Holzspieß stecken. Um die Spieße zu glasieren legt man sie am besten über eine ausreichend große Schüssel, damit die Schokolade aufgefangen wird. Zum Schluss kann man die Banane mit Cornlakes und Kokosraspeln überstreuen. Vor dem Verzehr sollte man die Spieße ein wenig kaltstellen, damit die Schokolade trocknen kann.

Glasierter Apfel-Kirschspieß

Zutaten:

3 Äpfel
16 Kirschen
2EL Zucker
2cl Obstwasser/Schnaps
100ml Apfelsaft/Kirschsaft
Abrieb einer Orange
1EL Butter
4 Spieße

Zubereitung:

Zuerst sollten die Äpfel geviertelt, das Kerngehäuse entfernt und nochmals halbiert werden. Im zweiten Schritt werden die Kirschen entsteint. Danach lässt man in einer Pfanne Zucker zerlaufen, bis er leicht braun wird.

Zum Glasieren sollte man das Obst mit einem Stück Butter und dem Orangenabrieb in die Pfanne geben. Um die Masse zu reduzieren und abzulöschen, sollte man die Spieße abwechselnd mit Apfelsaft, Kirschsaft und Obstwasser beträufeln.

Pute mit Apfel auf Kartoffel-Bohnenragout

Zutaten:

1 Putenbrust (600g)
3 Äpfel
1/2 TL Majoran
4 große Kartoffeln
1 Dose weiße Bohnen (200g)
2 Zwiebeln
Magerer Speck (150g)
200ml Sahne
Semmelbrösel (60h)
2 EL Petersilie gehackt
Instantbrühe
Salz, Pfeffer, Bindegarn

Zubereitung:

Die Zwiebeln so wie den Speck in kleine Würfel schneiden und mit etwas Öl an schwitzen, dann die geschälten und in Würfel geschnittenen Kartoffeln hinzugeben, etwas Brühe dazu geben und mit Wasser leicht bedecken. Wenn die Kartoffeln gar sind sollte nicht zu viel Fond übrig sein, dann die Bohnen dazu geben, würzen, die Petersilie dazu geben und mit der Sahne nochmals aufkochen.

Die Pute der Länge nach mit einem scharfen Messer so aufschneiden, das man eine schöne Fläche bekommt. Die Äpfel in Würfel schneiden und glasieren, gut würzen und mit den Bröseln und Majoran mischen. Wenn die Masse kalt ist, auf die Brust

streichen und in die ursprüngliche Form wieder rollen. Mit einem Bindegarn gut zusammen binden, würzen und in einer Pfanne von allen Seiten anbraten, danach für ca. 12 min bei 200C° in den Ofen schieben, vorsichtig aufschneiden und auf dem Ragout servieren.

Dazu: **Apfelflipp (alkoholfrei)**

Zutaten:

3 Äpfel
0,5l Apfelsaft
1 unbehandelte Zitrone
1/2 Bd. Zitronenmelisse
2 TL Honig
0,75l Ginger Ale

Zubereitung:

Die Äpfel vierteln, Kerngehäuse entfernen und in kleine Würfel schneiden. Zitroneschale dünn abschälen und in Streifen schneiden. Zitrone auspressen und beides zu den Würfeln geben. Melisse zupfen, in Streifen schneiden und mit dem Honig zu den Äpfeln geben. Das ganze mit dem Apfelsaft auffüllen, in ein verschließbares Gefäß füllen und kalt stellen. Ginger Ale kommt erst am Ende dazu, weil dann die Kohlensäure voll erhalten bleibt und der Cocktail herrlich frisch und prickelnd schmeckt.

Gebackene Pfifferlinge mit Kräuterdip

Zutaten:

400g Pfifferlinge
1 EL flüssige Butter
2 Eigelb
200g Champignons
1 TL Schnittlauch
2 EL Milch
1 Küchenzwiebel
1 TL Petersilie
100ml Milch
Paniermehl, Mehl
Eier zum Panieren
200g Creme fraiche
2 EL TK Kräutermischung
1 Knoblauchzehe
Saft einer Zitrone
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Pilze und die Zwiebel in kleinste Würfel schneiden (nur wenn nötig waschen) und in einer Pfanne mit etwas Olivenöl anbraten, würzen und so lange auf kleiner Flamme halten, bis keine Flüssigkeit mehr da ist. Dann auf ein Sieb geben und auskühlen lassen. Die Butter in einem kleinen Topf zerlaufen lassen, dann das Mehl hinzu geben, kurz mitschwitzen und die kalte Milch hinzu geben, so dass eine dicke Mehlschwitze entsteht. Danach zu den Pilzen geben, ebenso das Eigelb. Dann die Kräuter hinzugeben und mit Hilfe eines Spritzsackes dicke Würste auf ein Blech spritzen / oder kleine Klösschen formen und für 10 min. in den Kühlschrank (Tiefkühler) stellen. Danach mit einem Küchenmesser in Stücke schneiden und wie ein Schnitzel panieren. In heißem Fett goldbraun ausbacken und mit dem Kräuterdipp auf einem Kopfsalat servieren.

Quarkspeise mit Blaubeeren

Zutaten:

500g Quark
100g Zucker
1/2 Minze
1 Stange Vanille
50ml Sahne
1 Pckg. Schokoladenblättchen
200g Blaubeeren
1 Orange

Zubereitung:

Quark, Zucker, Mark einer Vanillestange und Sahne glattrühren. Abrieb einer Orange und den Saft untermischen. Etwas Zucker karamellisieren, die Blaubeeren hinzugeben und mit Orangensaft ablöschen. Minze hinzugeben. Quark, Blaubeeren und Schokoplättchen in ein Glas schichten und im Kühlschrank kaltstellen.

Roastbeef mit Pfiff

Roastbeef mit Rettich und scharfem Dipp

Zutaten:

400g Roastbeef
1 kleiner Rettich
6 EL Creme Fraiche
2 rote Zwiebeln
1 Bd. Koriander
2 Chilischoten oder Cayennepfeffer

Pflanzenöl
Weißweinessig
Salz
Pfeffer

Zubereitung:

Den Rettich und die Zwiebel schälen und in Streifen schneiden bzw. hobeln. Den Salat mit Salz, Pfeffer, Pflanzenöl und Essig marinieren. Für den Dipp die Chilischoten halbieren, entkernen, fein würfeln und zur Creme fraiche geben. Den Koriander waschen, klein schneiden und ebenfalls zugeben. Den Dipp jetzt mit Salz und Pfeffer abschmecken und in einem verschließbaren Behälter abfüllen. Den Salat auf ein Sieb geben und damit die Roastbeefscheiben füllen und zusammenrollen. Auch in einen Behälter füllen und viel Spaß beim Picknick!

Marinierte Toskanische Hühnerflügel

Zutaten:

600g Hühnerflügel
200g Tomaten
1 Zwiebel
200g Oliven
1 Bd. Salbei
2 Knoblauchzehen
Paprikapulver
Olivenöl
Balsamico
Salz
Pfeffer

Zubereitung:

Die Hühnerflügel mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen und in Olivenöl anbraten. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen, klein schneiden und zu den Flügeln geben. Jetzt die Tomaten würfeln, den Salbei zupfen und mit den Oliven zu den Flügeln geben. Das Ganze jetzt mit Balsamico ablöschen, noch mal nachschmecken und im vorgeheizten Ofen bei 180°C ca. 15 min. fertig garen. Man könnte es jetzt warm essen, aber es schmeckt kalt noch viel besser. Und das Schöne ist: man kann es bequem mit den Fingern essen und hat eine richtig gute Soße dabei!

Beilage: Sommerlicher Salat

Zutaten:

1 Eisbergsalat
2 Pfirsiche

1/2 Bund Estragon
200g Austernpilze
2 Scheiben gekochter Schinken
1 EL grüner Pfeffer
Fertigdressing

Zubereitung:

Den Eisbergsalat putzen, waschen und klein zupfen, da dann nicht so viele Zellwände kaputtgehen und er nicht so schnell braun wird. Die Austernpilze vierteln, die Pfirsiche würfeln, den Estragon zupfen und den Schinken in Streifen schneiden. Alle Zutaten mischen und kaltstellen. Man kann dazu ruhig ein Fertigdressing nehmen.



Cordon Bleu von Austernpilzen mit süß-saurem Brokkoli

Zutaten:

8 große Austernpilzkappen
2 Schalotten
1 Bd. Frühlingslauch

Thymian
Süß-Saure Chili for Chickensoße
1 Bd. Schnittlauch
2 EL Kräuterbutter
2 Eier
Honig
500g Brokkoli
2 EL Mandelblätter
Rosmarin
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Austernpilze vom Stiel befreien und kurz anbraten. Die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden, ebenso den Frühlingslauch. Danach beides in einem kleinen Topf andünsten, danach erkalten lassen. Danach mit dem Schnittlauch zu der streichfähigen Kräuterbutter geben und vermischen. Danach auf vier Pilzen je ca. 1-2 EL Kräuterbutter geben und mit einem anderen Pilz abdecken. Das Paniermehl mit Paprikapulver mischen, dann bekommt man eine schöne rote Farbe. Jetzt etwas würzen und mit den Eiern, Mehl und Paniermehl wie ein Schnitzel panieren. Im heißen Fett in einer Pfanne goldbraun ausbacken. Rosmarin und Thymian in die Pfanne geben, das gibt einen schönen Geschmack.

Den Brokkoli in große Blumen teilen und danach in etwas dickere Scheiben schneiden. Im Salzwasser blanchieren, so dass noch ein leichter Biss da ist. Danach in Eiswasser abschrecken, das erhält die Farbe. Den Honig in einer Pfanne erwärmen und den Brokkoli hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Soße ablöschen, zum Schluss die gerösteten Mandelblätter darüber geben.

Krautfleckerl

Zutaten:

600g Weißkraut
6 Stück Würfelzucker
100g gehackte Zwiebeln
200g Kochschinken
Butter
Salz, Pfeffer, Kümmel
3cl weißer Balsamico
1 EL gehackte Petersilie
1 TL Soßenpulver
12 Lasagneblätter
100ml Gemüsebrühe

Zubereitung:

Im ersten Schritt müssen aus dem Kraut die Rippen herausgetrennt werden, um es

danach in zirka 1cm mal 1cm große Stücke zu schneiden oder zu zupfen. Währenddessen können die Lasagneblätter vorgekocht werden, die, sobald sie gar sind, ebenfalls in 3cm mal 3cm große Quadrate geteilt werden. Oder einfach mit zwei Gabeln zerrupft werden.

Danach kann der Schinken in vergleichbar große Stücke geschnitten werden, um ihn in einem Topf mit Wasser und Zucker so lange garen zu lassen bis sich der Zucker komplett gelöst hat. Um einen besseren Geschmack zu bekommen sollte der Zucker leicht karamellisiert sein. Nun kann der Schinken mit Balsamicoessig abgelöscht werden und wird gegart, bis die Flüssigkeit fast verschwunden ist. Im nächsten Schritt die Butter und die Zwiebeln hinzugegeben, bis die Zwiebeln glasig sind.

Jetzt wird das Kraut hinzugefügt, gewürzt und noch einige Zeit gegart, bis das Kraut leicht zusammenfällt. Im letzten Schritt können die Nudelfetzen dazu gegeben werden, die mit etwas Soßenpulver bestreut und 100 ml Gemüsebrühe aufgekocht werden. Zum Schluss wird das Gericht mit Petersilie garniert.

Beilage: Salat von Karotten, Weißkraut und Kapern

Zutaten:

400g Weißkraut
200g Karotten
50g Kapern
Olivenöl
1 EL Knoblauch feingehackt
2 cl Weissessig
1 EL Honig
Meersalz, Pfeffer
1 EL gehackter Dill und Kerbel

Zubereitung:

Zuerst das Weißkraut vom Strunk befreien und so fein wie möglich in Streifen schneiden. Danach sollte es mit einem Teelöffel Salz bestreut werden und muss kräftig durchgeknetet werden, am besten mit den Händen, bis man merkt das es weich geworden ist.

Nun können die Karotten geschält werden und müssen wie das Kraut in feine Streifen geschnitten werden. Jetzt die beiden Gemüse mischen.

Für die Soße werden Essig, Honig, Knoblauch und Olivenöl gemischt. Im letzten Schritt wird der Salat mit der Soße sowie den Kapern gemischt und mit Kräutern nochmals abgeschmeckt.

Obstlasagne mit Quark

Zutaten:

2 Wiener Tortenböden
Orangenlikör
250g Quark
250g Frischkäse
4 EL Honig
1 Stange Vanille
1/2 Bd. Minze
10 Blatt Basilikum
1/2 Kilo Obst der Saison
100g Kuvertüre
250g Sahne
1 Spritzsack mit Sterntülle
Springform mit 18cm Durchmesser

Zubereitung:

Einen Tortenring in Größe der Böden mit Folie auslegen. Das Obst, wenn nötig, schälen, in Stücke schneiden und mit etwas Orangenlikör marinieren. Den Quark und den Frischkäse in eine Schüssel geben, den Honig und das Mark der Vanille dazu geben, die Kräuter hacken und ebenfalls dazu geben und alles zusammen rühren. Nun einen Boden in den Ring legen, mit dem Likör beträufeln, nun schichtweise den Quark und die Früchte einschichten. Am Schluss wieder einen Boden darauf geben. Die Sahne schlagen und mit dem Spritzsack den Deckel verzieren.

Dekotipp:

Die Kuvertüre vorsichtig erwärmen (am besten im Wasserbad) und mit einer Papiertüte kleine Netze auf ein Backpapier spritzen. Im Kühlschrank fest werden lassen und die Torte damit dekorieren. Den Ring abnehmen, die Folie entfernen und Tortenstücke schneiden. Anschließend servieren.

Dazu: Mit Birnen und Rosinen gefüllter Brie

Zutaten:

1 Brie (ca. 500 Gramm)
100g Butter
1 TL Rosmarin
2 Birnen
1 TL Honig
1 TL Thymian
2 EL Rosinen
2 Scheiben Pumpernickel
1 TL Lavendelblüten

Zubereitung:

Vom Brie eine Scheibe (1/3) abschneiden und mit Hilfe eines Löffels das Weiche vom Käse heraus holen. Danach das Weiche vom Käse mit der weichen Butter mixen. Zu der Käse-Buttermasse den Honig, die Rosinen und die Kräuter geben. Am Schluss den geriebenen Pumpernickel dazu geben und wieder in den Käse einfüllen. Den Deckel darauf und fest zusammen drücken, etwas abkühlen lassen und aufschneiden.



Kohlrouladen à la Ralf

Zutaten:

- 1 Wirsingkopf
- 200g Kartoffelwürfel
- 150g Creme Fraiche
- 1 große Zwiebel
- 100g Walnüsse
- 2 EL Petersilie (gehackt)
- 200g geräucherter Bauchspeck
- 200g Möhren

200g Petersilienwurzeln
Muskat, Pfeffer, Zucker
Butter, Brühpulver,
Wasser
1 faustgroße Schöpfkelle

Zubereitung:

Acht schöne Wirsingblätter in Salzwasser blanchieren. Den Rest vom Wirsing in kleine Würfel schneiden und mit der Zwiebel halb gar dünsten, dann gleich gut abschmecken. Die Hälfte vom Bauchspeck ebenfalls mit dem Gemüse und der Zwiebel mitdünsten. Die Kartoffelwürfel im Fett gold-gelb braten und zu der Gemüsemasse geben. Creme fraiche unterheben und danach in der Kelle jeweils zwei Speckstreifen über Kreuz legen. Danach das Wirsingblatt hinein legen, es sollte ein schöner Rand darüber hängen bleiben. Nun die Masse einfüllen und schließen, danach stürzen.

Die Möhren und die Petersilienwurzeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. In einem Topf mit etwas Butter andünsten, Brühpulver darüber streuen und mit Wasser ablöschen. Nun die Köpfe darauf legen und im vorgeheizten Ofen bei 180 °C ca. 14-18 min. abschieben. Ab und zu mit Fond übergießen, vor dem Servieren die gehackte Petersilie über das Gemüse streuen.

Obsalat mit Leuterzucker

Zutaten:

Obst nach Geschmack
1l Wasser
1kg Zucker

Zubereitung:

Wasser und Zucker zusammen mischen und aufkochen, bis die Flüssigkeit wieder klar wird. Zur individuellen Geschmacksgebung kann man auch z.B. 2 Stangen Zitronengras mitkochen.

Ralfi-Goreng

Zutaten:

300g Mie Nudeln
100ml Erdnussöl
1 Bund Lauchzwiebeln
3 Knoblauchzehen, gehackt
200g Chinakohl, fein geschnitten
150g Schweinefilet oder Rücken
150g Hühnerbrust

100g kleine Garnelen
2 Chilischoten
1EL frischer Koriander, gehackt
1EL frischer Ingwer, gehackt
Salz, Zucker, Honig, Sojasoße

Zubereitung:

Die Nudeln kochen, abschrecken und auf ein Sieb geben. Das Fleisch in dünne Streifen schneiden, danach die Nudeln im Wok anbraten, nochmals heraus nehmen und bei Seite stellen. Das Fleisch anbraten, danach die Lauchzwiebeln, Knoblauch, Ingwer, Chili, Chinakohl und die Garnelen hinzugeben und unter ständigem Rühren weiter braten. Mit Salz, Zucker, Honig und Sojasoße würzen und die Nudeln wieder hinzugeben. Nochmals kurz mit braten und kurz vor dem Servieren den gehackten Koriander dazu geben.

Soljanka mit gepfefferten Westbananen (Wiedervereinigungsessen)

Zutaten:

400g Aufschnitt (Bierschinken, Lyoner ...)
100g Salami
2 Küchenzwiebeln
2EL Tomatenmark
100g Spreewaldgurken (können auch andere Essiggurken sein)
3 Lorbeerblätter
2 Bananen
2EL Puderzucker
1EL Butter
100g Creme Fraiche
3EL Ketchup
Paprikapulver Edelsüß, gemahlener Piment, Salz, schw. Pfeffer, Öl

Zubereitung:

Die Zwiebeln schälen und mit Salami und Aufschnitt in Streifen schneiden. Zwiebel und Wurststreifen in Öl anbraten, Tomatenmark zugeben und alles leicht anrösten. Jetzt mit Paprika stäuben, Tomatenketchup und Lorbeerblätter zugeben und mit ca. 0,8L Wasser auffüllen. Das ganze zum Kochen bringen und mit Salz und Piment abschmecken.

In der Zeit die Spreewaldgurken in Streifen schneiden und ganz wichtig: Den Fond aufheben. Hitze reduzieren, Gurkenscheiben dazu und noch mal mit dem Gurkenwasser abschmecken.

Puderzucker in einer Pfanne karamellisieren, Butter und die längs halbierten Bananen dazu, kurz braten und gut pfeffern.

Soljanka im tiefen Teller mit den gepfefferten Westbananen servieren und einen Löffel Creme Fraiche drauf.

Bratwurst-Lecso mit Knoblauchkartoffeln

Zutaten:

4 grüne Paprika
4 Bratwürste
Paprikapulver
2 mittlere rote Zwiebeln
1 TL Thymian (gehackt)
Brühe (gekörnte)
6 Tomaten
5 Knoblauchzehen
Olivenöl
400g kleine festkochende Kartoffeln
Salz, Pfeffer, Zucker

Zubereitung:

Paprika und Tomaten entkernen und in Streifen schneiden, dann auch die Zwiebeln. Die Bratwürste in Scheiben schneiden und im Öl kross anbraten, herausnehmen und auf die Seite stellen. In der gleichen Pfanne mit Olivenöl die Zwiebeln anbraten, bis sie leicht Farbe annehmen. Dann die Paprika hinzugeben und ebenfalls anschwitzen. Danach die Tomaten dazu geben, würzen und etwas dünsten, bis die Flüssigkeit etwas verkocht ist. Danach die Bratwürste wieder dazu geben und den Thymian. Die Kartoffeln kochen, dann halbieren. Den geschälten Knoblauch in Scheiben schneiden und mit etwas Paprika in Olivenöl anschwenken, danach die Kartoffeln drin anbraten, bis sie schön Farbe angenommen haben.

Zwetschgenkompott

Zutaten:

500g frische Zwetschgen
1 Zimtstange
100g Mandeln
100ml Rotwein
100g Zucker
Abrieb und Saft einer Orange

Zubereitung:

Zwetschgen halbieren und entsteinen, Zucker karamellisieren und Zwetschgen dazu geben. Mit Rotwein ablöschen, Orangensaft, Abrieb und Zimtstange dazu geben und ca. 5-10 min. leicht köcheln lassen. Mandeln rösten und nach dem Anrichten darüber streuen.

Jakobsmuscheln mit Blattspinat gratinierte Jakobsmuscheln

Zutaten:

4 Jakobsmuscheln frisch oder TK
200g Blattspinat
100g Sahne
1 Eigelb
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
Muskat, Cayennepfeffer, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Muscheln würzen und auf beiden Seiten ganz kurz anbraten. Die Schalotten und den Knoblauch schälen und würfeln, dann in Butter glasieren, den Spinat hinzugeben und weich dünsten und würzen. Das Eigelb mit geschlagener Sahne mischen und mit Salz und Cayennepfeffer würzen (das ist die Liason). Den Spinat in eine Form oder eine Schale geben, ohne Flüssigkeit, die Muscheln darauf setzen und mit der Liason überziehen, danach für 2-3 min. unter dem Salamander (Küchengerät zum Überbacken von Speisen) gratinieren.

Gebratene Jakobsmuscheln im Fenchel-Zimtsud

Zutaten:

4 Jakobsmuscheln frisch oder TK
1 Fenchelknolle
Salz, Pfeffer
1 Schalotte
1cl Pernod
2cl Weißwein
60g Butter
100ml Gemüsebrühe
Zimtstange

Zubereitung:

Die Muscheln würzen und in einer Pfanne mit Olivenöl kurz anbraten, herausnehmen und zur Seite stellen. Die Schalotte und den Fenchel schälen und die einzelnen Blätter in ganz feine Würfel schneiden. Das Fenchelgrün hacken und ebenfalls mit Olivenöl, einer Zimtstange und den Schalotten glasieren. Mit Pernod, Gemüsebrühe und Weißwein ablöschen und gar dünsten. Danach mit der Butter abbinden, Zimt und das gehackte Grün dazu geben, nochmals kurz die Muscheln darin erwärmen und servieren.



Obstlasagne mit Quark

Zutaten:

2 Wiener Tortenböden
Orangenlikör
250g Quark
250g Frischkäse
4 EL Honig
1 Stange Vanille
1/2 Bd. Minze
10 Blatt Basilikum
1/2 Kilo Obst der Saison
100g Kuvertüre
250g Sahne
1 Spritzsack mit Sterntülle
Springform mit 18cm Durchmesser

Zubereitung:

Einen Tortenring in Größe der Böden mit Folie auslegen. Das Obst, wenn nötig, schälen, in Stücke schneiden und mit etwas Orangenlikör marinieren. Den Quark und den Frischkäse in eine Schüssel geben, den Honig und das Mark der Vanille dazu geben, die Kräuter hacken und ebenfalls dazu geben und alles zusammen rühren. Nun einen Boden in den Ring legen, mit dem Likör beträufeln, nun schichtweise den Quark und die Früchte einschichten. Am Schluss wieder einen Boden darauf geben. Die Sahne schlagen und mit dem Spritzsack den Deckel verzieren.

Dekotipp:

Die Kuvertüre vorsichtig erwärmen (am besten im Wasserbad) und mit einer Papiertüte kleine Netze auf ein Backpapier spritzen. Im Kühlschrank fest werden lassen und die Torte damit dekorieren. Den Ring abnehmen, die Folie entfernen und Tortenstücke schneiden. Anschließend servieren.

Dazu: Mit Birnen und Rosinen gefüllter Brie

Zutaten:

1 Brie (ca. 500 Gramm)
100g Butter
1 TL Rosmarin
2 Birnen
1 TL Honig
1 TL Thymian
2 EL Rosinen
2 Scheiben Pumpernickel
1 TL Lavendelblüten

Zubereitung:

Vom Brie eine Scheibe (1/3) abschneiden und mit Hilfe eines Löffels das Weiche vom Käse heraus holen. Danach das Weiche vom Käse mit der weichen Butter mixen. Zu der Käse-Buttermasse den Honig, die Rosinen und die Kräuter geben. Am Schluss den geriebenen Pumpernickel dazu geben und wieder in den Käse einfüllen. Den Deckel darauf und fest zusammen drücken, etwas abkühlen lassen und aufschneiden.

Kartoffelgulasch mit karamellisierten Pflaumen

Zutaten:

1kg große, festkochende Kartoffeln
1 rote Paprika
1 grüne Paprika
2 große Zwiebeln

4 fein gehackte Knoblauchzehen
2 EL Tomatenmark
Salz, Pfeffer, Kümmel
Paprikagewürz, Brühe
Zitronenabrieb, Rotwein
Olivenöl
12 Pflaumen (frisch/getrocknet)

Zubereitung:

Die Zwiebeln und die Paprika in Würfel schneiden. Danach alles in Olivenöl glasieren, bis sie leicht Farbe annehmen. Nun kann das Tomatenmark hinzugefügt werden und man sollte die Masse nochmals gut durchrören. Als nächstes kann man das Gemüse mit Rotwein und Brühe ablöschen, dabei sollte man darauf achten, dass alles gut bedeckt ist. Jetzt mit Knoblauch und den anderen Gewürzen abschmecken.

Die Kartoffeln schälen, in daumendicke Würfel schneiden und in der Soße etwa 20 Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit können die Pflaumen halbiert und entsteint werden. In einer Pfanne Zucker karamellisieren und die Pflaumen hinzugeben. Nun die Pflaumen mit ein bisschen Butter dünsten und über das Gulasch geben.

Dazu: **Buttermilch-Pflaumenshake mit Ingwer**

Zutaten:

3/4l Buttermilch
1/4l Rotwein
1 EL frischer Ingwer
300g gereifte Pflaumen
4 EL Honig
1 EL Pflaumenmus

Zubereitung:

Den Ingwer schälen, in kleine Stücke schneiden und mit dem Rotwein 3- 5 Minuten aufkochen lassen. Nach dem Aufkochen den Sud vom Herd nehmen. Als nächstes können die entsteineten Pflaumen in den Mixer gegeben werden. Danach die Buttermilch und den Ingwer Rotwein dazugeben. Zum Schluss alles zusammen mit dem Pflaumenmus in den Mixer füllen und eisgekühlt servieren.

Kalbskotelette in Weißwein-Salbeisauce (Zauberhaftes Kalbskotelette)

Zutaten:

4 Kalbskotelettes
80g Parmaschinkenstreifen
8-10 Salbeiblätter
16 grüne Oliven
1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian
2 Knoblauchzehen
1/8L Weißwein
2EL Mehl
300g kleine Kartoffeln
Rinderbrühe instant
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Kotelettes, wer möchte, vom Fett befreien, würzen und in Mehl wenden. Danach in Olivenöl gut von beiden Seiten anbraten, herausnehmen und zur Seite stellen. Den Schinken und die Salbeiblätter in dünne Streifen schneiden und in der gleichen Pfanne einige Minuten anschwitzen, etwas Rosmarin und Thymian fein gehackt dazu geben. Mit dem Weißwein ablöschen und etwas gekörnte Brühe hinzugeben. Kartoffeln roh vierteln und dazu geben. Die Kotelettes wieder dazu legen, sowie die Oliven und den Knoblauch und ca. 15 min. in den vorgeheizten Ofen bei 180°C geben.
Auf einer Platte servieren. Sollte die Soße zu dünn sein, etwas einkochen lassen und über die Kotelettes gießen. Mit einem knackigen Salat und Ciabatta servieren.

Beilage: **Mit Frischkäse gefüllte Zucchiniblüten**

Zutaten:

8 Zucchiniblüten (Kürbisblüten)
200g Frischkäse
1 Eigelb
1EL Olivenpaste oder kleingehackte Oliven
1EL Pinienkerne
1/2 Bd. Schnittlauch
4EL Paniermehl
1EL getrocknete Tomaten
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Tomaten fein hacken und mit Pinienkernen, kleingehackten Oliven oder der Olivenpaste, Paniermehl und Eigelb unter die Frischkäsemasse rühren, dann abschmecken. Die Zucchiniblüten werden mit einem Tuch von den feinen Haaren an der Frucht befreit. In der Blüte befindet sich der Blütenstempel, den wir auch entfernen. Durch leichtes Reinblasen öffnet sich die Blüte und man kann vorsichtig den Stempel herausbrechen. Am unteren Ende der Blüte befinden sich noch etwas harte Zacken, die wir mit einem Messer wegschneiden.

Die Füllmasse geben wir in einen Spritzsack und füllen die Blüten damit. Sie sollten gut voll, aber nicht zu prall sein, so dass wir die Blütenzipfel zusammen drehen können. Am Ende mit dem Schnittlauch, den wir vorher durchs Wasser gezogen haben, damit er weicher ist, zubinden.

Bunte Wirsingpfanne

Zutaten:

1/2 Wirsing
1 Dose Mais (klein)
1 Dose Kidneybohnen (klein)
Fleischbrühe instant
Pfeffer, Salz, Paprika scharf
2 Knoblauchzehen
1EL Tomatenmark
250g Chorizo oder andere scharfe Würste
2 Zwiebeln
400g gekochter Reis oder TK Reismischung

Zutaten:

Den Reis in Salzwasser gar kochen, den Mais und die Bohnen aus der Dose nehmen und unter fließendem Wasser abspülen und auf ein Sieb geben.

Die Zwiebeln schälen und fein schneiden. Die Wurst pellen und auch klein schneiden und mit den Zwiebeln anbraten. Den Wirsing in die einzelnen Blätter teilen und klein schneiden, zu den Zwiebeln dazu geben und kurz mit braten. Etwas Fleischbrühe und die Gewürze sowie den Knoblauch, der fein gehackt ist, dazu geben und mit dem in Wasser aufgelösten Tomatenmark ablöschen. Alles zusammen garen, bis der Wirsing noch einen leichten Biss hat.

Danach die Bohnen, den Mais und den gekochten Reis dazu, gut vermischen, dann abschmecken und servieren.

Beilage: Gebackener Mozzarella

Zutaten:

1 Mozzarella (200-300g)
2 Knoblauchzehen
1TL Rosmarin
1TL Thymian
1/2TL Salbei
1 Chilischote
4EL Parmesan
10ST. Gemischte Oliven
2 Eier

Mehl, Paniermehl, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Den Mozzarella waschen und trocken legen, danach die Oliven in den Laib drücken. Die Kräuter und den Chili fein hacken und mit dem Parmesan vermischen. Danach den fein gehackten Knoblauch unterheben. Dann den Laib würzen und mit der Masse fest einreiben, danach in Mehl wenden und mit Ei und Paniermehl panieren. Danach in einer Pfanne mit Öl auf allen Seiten gold-gelb anbraten und servieren.



Sylter Liebesfrühstück: Krabbentoast (Regionale Spezialitäten)

Zutaten:

8 Scheiben Toast
Butter
8 Eier
150g Sahne
1 Bund Schnittlauch

400g Krabben
4 Scheiben Räucherlachs
2 Strauchtomaten
1Msp Kurkuma
Salz, weißer Pfeffer

Zubereitung:

Den Toast rösten und mit Butter bestreichen. Danach kann man die Eier in die Schale schlagen, die Sahne dazugeben und mit dem Schneebesen schaumig schlagen. Nun können die Tomaten geviertelt, entkernt und gewürfelt werden.

Jetzt kann die Ei-Masse in der Pfanne gebraten werden. Das fertige Rührei wird auf den Toast gegeben. Dabei sollte man darauf achten, dass man eine kleine Kuhle in den Eiern hinterlässt, damit man den Räucherlachs später dekorativer auf das Rührei legen kann.

Im letzten Schritt werden die Krabben in den Lachs gewickelt. Wer möchte, kann das Ei mit Kurkuma noch nachträglich schön gelb färben. Vor dem Servieren wird der Lachs mit den Krabben auf das Ei gegeben und der Teller wird mit Salat und Schnittlauch garniert.

Stachelbeer- Kiwi- Grütze mit Nelken

Zutaten:

500g Stachelbeeren
5 Kiwis
4 Gewürznelken
1TL Ingwer frisch und fein gehackt
1 Bund frische Minze
500ml Weißwein
100g Zucker
50g Sagoperlen

Zubereitung:

Die Stachelbeeren waschen und halbieren. Bei besonders großen Stachelbeeren empfiehlt es sich, die Beeren zu vierteln. Danach die Kiwis schälen und achteln. Nun etwas Weißwein mit Ingwer und Nelken auskochen. Sobald der Ingwer und die Nelken weich sind, kann man die Masse passieren. Parallel dazu kann der Sago mit dem restlichen Weißwein ca. 20-25 Minuten leicht köcheln. Jetzt ein Drittel der Stachelbeeren zu dem Sago geben. Nachdem man sie ein wenig mitgekocht hat, können die Früchte püriert werden und dann das Muss mit der Ingwer- Nelken Lösung, sowie dem Zucker aufgegossen werden. Das ganze muss nochmals wenige Minuten kochen, bevor die restlichen Früchte dazugegeben werden. Im letzten Schritt lässt man alles zusammen noch mal 2-3 Minuten ziehen und stellt die Masse danach kalt. Vor dem Servieren kann man die Minze noch zerkleinern, um die Grütze mit ihr zu dekorieren.

Schupfnudelvariationen (Regionale Spezialitäten)

Zutaten: (Grundrezept)

250g Kartoffeln (vorwiegend festkochend)
1 Ei
80g Mehl
1TL Mondamin Speisestärke
Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung:

Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen bis sie weich sind. Jetzt das Wasser abgießen, die Kartoffeln wieder auf den Herd stellen und noch ein bisschen, unter rühren, ausdampfen lassen. Dann durchpressen und auskühlen lassen. Zu den gekochten Kartoffeln das Ei, Speisestärke und Mehl geben, würzen und zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Der Teig darf nicht mehr an den Händen oder an der Schüssel kleben bleiben, dann ist er richtig.

Danach den Teig zu einer langen Rolle rollen und mit einer Palette in Stücke schneiden. Anschließend die Stücke mit der Hand zu Nudeln abdrehen - die Enden sollen dünner sein als die Mitte. Die Schupfnudeln ca. 2-3 Minuten im Salzwasser köcheln und dann im Eiswasser abschrecken. Abtropfen lassen und in einer Pfanne goldbraun braten.

Mohnnudeln (orientalisch)

Hier kommt noch der Abrieb je einer Zitrone und Orange in den Teig. Die Nudeln werden in einer Pfanne mit Butter angebraten und mit Puderzucker glasiert. Kurz vor dem Servieren werden gemahlener Mohn und ein wenig Zimt darüber gestreut.

Olivennudeln (italienisch)

Hier kommt in die Teigmasse 1TL Olivenpaste und 1 EL getrocknete gehackte Tomaten. Damit es eine leckere Sauce gibt einfach eine fertig Nudelsauce benutzen und etwas verfeinern.

Safran-Fenchelnudeln (indisch)

Es kommen 1Msp Safranfäden und 1 TL Fenchelsamen (auf alle Fälle in der Apotheke oder im Reformhaus zu erhalten) in den Teig. Man kann auch die Kartoffeln schon mit Safran kochen, dann ist der Teig schön gelb.

Dazu: **Joghurtdip**

Zutaten:

1 kleiner Becher Naturjoghurt
1Msp Kreuzkümmel
1/2 Bund geschnittene Minze
Orangenabrieb

Zubereitung:

Einfach alles verrühren und dazu reichen.