

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Amateur: Hack

2018-2020

110 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 21. Oktober 2022.

Inhalt

Bananen-Kokos-Hackfleisch-Auflauf, Babyspinat, Basmati	1
Bananen-Mini-Frikadellen mit süßsaurer Soße, Kokos-Reis	2
Bifteki mit Tomaten-Reis und Zaziki	3
Bratklopse, Cranberry-Soße, Kartoffel-Püree, Blattsalat	4
Bratwurst, Grill-Gemüse und -Kartoffel, Kräuter-Quark	5
Bulgur-Fleisch-Pflanzerl, Kirsch-Soße, Kartoffel-Püree	7
Burger 'Italian Style', Pommes frites und Sour-Cream-Dip	8
Burger, Hackfleisch-Soße, Zwiebelringen, Knoblauch-Dip	9
Cheeseburger mit Guacamole, Zwiebel im Bierteig, Coleslaw	10
Cheeseburger, Mayonnaise, Kartoffel-Ecken mit Dip	12
Chili-Frikadellen, Pommes frites, Ketchup, Mandeln, Bier	13
Dekonstruierte polnische Kohl-Roulade	14
Dim Sum mit Hackfleisch, roher Rettich und Asia-Soße	15
Dim Sum mit Schweinehack-Füllung, Erdnuss-Dip, Garnelen	17
Dreierlei Pfifferlings-Dim-Sum mit spicy Soja-Soße	19
Fleisch-Bällchen mit Linsen-Mus, karamellisierte Zwiebeln	21
Fleisch-Bällchen, Tomaten-Fenchel-Soße, Kartoffel-Stampf	22
Fleisch-Küchle mit Karotten-Gemüse, Kartoffel-Stampf	23
Fleisch-Krapfen mit Bergkäse, Sauerrahm und Krautsalat	24
Fleisch-Laberln mit Kartoffel-Püree und Röstzwiebeln	25
Fleisch-Pflanzerl mit Kartoffel-Püree, Rahm-Schwammerl	26
Frankfurter Grieß Soß, schottische Eier, Kartoffel-Würfel	27
Frikadelle mit Schafskäse-Füllung und Bratkartoffeln	28
Frikadelle, Rotwein-Soße, Apfel-Rotkohl, Kartoffel-Stampf	29
Frikadellen mit Bratkartoffeln und zweierlei Dip	30

Frikadellen mit Feta und Kartoffel-Gurken-Salat	31
Frikadellen mit Feta-Füllung, Kohlrabi, Kartoffel-Püree	32
Frikadellen mit Kartoffel-Püree und Butter-Gemüse	33
Frikadellen mit Kartoffel-Püree und Gurken-Salat	34
Frikadellen mit Kartoffel-Stampf, Tomaten-Sugo	35
Frikadellen, dicke Bohnen, Kartoffel-Petersilien-Stampf	36
Gebackene Köfte mit Tzatziki und frittierten Auberginen	37
Gefüllte Auberginen mit Kichererbsen-Feta-Salat	38
Gefüllte Paprika mit geschichtetem Kartoffel-Salat	39
Goat-Cheese-Burger mit Bacon, Himbeer-Chili-Soße, Püree	40
Grüne Ravioli mit Zitronen-Hack-Füllung, Zitronen-Butter	41
Grüner Risotto mit Kräuter-Frikadellen und Rucola-Pesto	42
Hack-Bällchen in arabischer Soße und Couscous	43
Hack-Bällchen in Tomaten-Soße, Paprika-, Zwiebel-Ringe	44
Hack-Röllchen, Tomaten-Soße, Kartoffel-Stampf, Chicorée	45
Hackbällchen in Tomaten-Soße, Garnelen, Patatas bravas	47
Hackfleisch im Kartoffel-Knödel mit Bayerisch Kraut	49
Hackfleisch mit Tofu und Kokos-Reis	50
Hackfleisch-Bällchen mit Minz-Dip und Couscous	51
Handkäs-Tatar, Vinaigrette, Crumble, Frikadellen, Salat	52
Köfte im Nuss-Mantel, Rote-Bete-Salat, Tortilla	53
Köfte mit Bulgur, Tomaten-Paprika-Salat, Joghurt-Minz-Dip	54
Köfte mit Fladenbrot, Cacik, Rucola, Couscous-Salat	56
Köfte mit Gemüse, Kräuter-Joghurt, Petersilien-Couscous	57
Köfte mit Möhren-Joghurt und weißem Bohnen-Salat	58
Köfte mit Tahin-Soße und Portobello-Pilzen aus dem Ofen	59
Köfte-Auberginen-Spieße, Tomaten-Salat, Gemüse-Bulgur	60
Königsberger Klopse mit Basmati, Fladenbrot, Rote Bete	61
Königsberger Klopse mit Erbsen-Püree	63
Königsberger Klopse mit Kapern-Soße und Rote-Bete-Salat	64
Königsberger Klopse mit Kartoffel-Stampf	65
Königsberger Klopse mit Kartoffel-Stampf	66

Königsberger Klopse mit Rote-Bete-Püree	67
Königsberger Klopse mit Salzkartoffeln und Möhren	68
Königsberger Klopse, Kartoffeln und Rote-Bete-Salat	69
Königsberger Klopse, Süßkartoffel-Püree, Rote-Bete-Salat	70
Königsberger Klopse	71
Kalb-Frikadellen mit Wurzel-Gemüse, Estragon-Senf-Soße	72
Kalbfleisch-Pflanzerl mit Couscous, Minz-Limetten-Joghurt	73
Kofta mit Brotsalat, Gelbe-Bete-Hummus und Minz-Joghurt	74
Kräuter-Bulette, Spitzkohl-Kartoffel-Stampf, Basilikum-Öl	75
Lamm-Kebab mit Taboulé und Menemen	76
Lammhack-Fleisch mit Hummus und Joghurt-Dip	77
Libanesische Kafta mit Tomaten-Soße, Petersilien-Salat	78
Möhren mit Frikadelle, Mettwurst, Petersilien-Pesto	79
Maisfladen mit Chili con carne, Garnelen, Caesar Salad	81
Manti mit Hackfleisch, Joghurt, Tomaten-Butter, Manti-Brot	83
Maultachen mit Hackfleisch oder Tomaten-Soße oder Lachs	84
Maultaschen im Steinpilz-Sud mit krosser Petersilie	86
Maultaschen mit Zwiebeln, Bacon-Crunch, Kräuter-Salat	87
Mexikanische Hack-Bällchen mit Joghurt-Fladen	89
Mexikanischer Taco mit Sprial-Pommes und Sour Cream	90
Mini-Hackbraten mit Wachteleiern, Erbsen-Karotten-Gemüse	91
Mit Schafskäse gefüllte Bifteki, Tsatsiki, Gurken-Salat	92
Orecchiette con polpette mit Schafskäse und Friarielli	93
Pappardelle mit Bolognese-Sauce	94
Pasta mit Tomaten-Soße und Fleisch-Bällchen	95
Pelmeni mit Butter und sauren roten Zwiebeln	96
Pfannkuchen mit Hackfleisch-Füllung und Champignon-Soße	97
Rösti und Stampf mit Lamm-Frikadellen und Kräuter-Quark	98
Reis con carne in Taco-Cup mit Tomaten-Salsa, Guacamole	99
Reis-Teigtaschen mit Soja-Soße, Schalotten und Koriander	100
Rind-Frikadellen mit Mango-Salsa und Apfel-Möhren-Stampf	101
Rinderhack in Salatblättern, Apfel-Rote-Bete-Salat	102

Rinderhack-Burger mit Honig-Senf-Soße und Pommes	103
Saure Klopse mit Salzkartoffeln und Rotkohl-Salat	104
Schwäbische Maultaschen mit geschmelzten Zwiebeln	105
Schwedische Hack-Bällchen, Pilzrahm, Kartoffeln, Kompott	106
Scotch Eggs mit Avocado-Dip, Pommes frites, Gurken-Salat	107
Sellerie-Salat mit Erdnüssen, Garnelen, Sai-Ua-Bällchen	108
Semmelknödel-Burger mit Kalb-Patty, Schalotten-Jus, Salat	109
Shakshuka, Aubergine, Lamm-Hack, Tahini-Soße, Arab-Brot	110
Spaghetti bolognese	111
Spaghetti mit Soße Bologneser Art und Beilagen-Salat	112
Spargel-Burger, Rinder-Patty, Mayonnaise, Erdbeer-Soße	113
Tagliatelle mit Pilz-Rahm-Soße und Polpettine	114
Tajine mit Hack-Bällchen, Kartoffeln, Erbsen, Salat	115
Tortilla-Chips, Guacamole, Hot-Salsa, Hackfleisch-Salat	116
Tortilla-Wrap mit Guacamole, Salsa-Dip und Parmesan-Chip	117
Vietnamesische Rollen mit Nuoc Cham	119
Vogelnester mit Kartoffel-Spalten und Frühling-Salat	121
Western-Kartoffel-Salat mit Frikadellen und Gurken-Relish	122
Wildschein-Bratwurst, Pilz-Gemüse, Herzogin-Kartoffeln	123
Wirsing-Roulade mit Reis-Hack-Füllung und Tomaten-Soße	124
Zweierlei Hackbällchen mit Schmorgurken und Jasminreis	125

Index

126

Bananen-Kokos-Hackfleisch-Auflauf, Babyspinat, Basmati

Für zwei Personen

Für das Bobotie:

300 g Rinderhackfleisch	1 Scheibe helles Toastbrot	2 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe	2 cm Ingwer	2 Eier
65 ml Milch	20 g Aprikosenmarmelade	10 g Tomatenmark
2 Lorbeerblätter	Currypulver	Kurkuma
Olivenöl	Butter	Salz, Pfeffer

Für den Babyspinat:

500 g Babyspinat	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 rote Chilischote	Rapsöl	Salz, Pfeffer

Für den Reis:

150 g Basmatireis	Salz
-------------------	------

Für das Bananen-Kokos-Topping:

1 Zitrone	1 Banane	50 g Kokosraspeln
1 EL Butter		

Für das Bobotie:

Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Das Toastbrot in Stücke rupfen und in kaltem Wasser einweichen, gut ausdrücken und mit dem Hackfleisch vermengen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Hackfleisch-Masse darin anbraten.

Zwiebeln und Knoblauch abziehen, Ingwer schälen und alles in kleine Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer darin andünsten, bis die Zwiebeln glasig sind.

Danach mit Currypulver, Kurkuma, Aprikosenmarmelade und Tomatenmark abschmecken und mit 50 ml Wasser aufgießen.

Gebrautes Hackfleisch mit in die Pfanne geben, alles miteinander vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. In eine Auflaufform geben. Eier aufschlagen und mit der Milch verquirlen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Hackfleisch in der Auflaufform mit der Ei-Milch-Mischung bedecken. Die Lorbeerblätter auf den Auflauf legen und für ca. 25 Minuten in den Ofen geben.

Für den Babyspinat:

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Chili entkernen und die Hälfte fein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln, Chili und Knoblauch darin andünsten, bis die Zwiebel glasig ist. Den Spinat waschen und zufügen. Solange dünsten, bis er zusammenfällt.

Abschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Reis:

400 ml Wasser erhitzen und gut salzen. Den Reis zufügen, aufkochen und ca. 20 Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen.

Für das Bananen-Kokos-Topping:

Die Kokosraspeln für die Garnitur in einer Pfanne leicht in Butter anrösten. Bananen schälen und in Scheiben schneiden. Die Zitrone auspressen und Bananen mit dem Saft beträufeln.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Kokosraspeln und Bananenscheiben garnieren und servieren.

Gabriele von Orde am 01. Juli 2019

Bananen-Mini-Frikadellen mit süßsaurer Soße, Kokos-Reis

Für zwei Personen

Für die Frikadellen:

250 g gem. Hackfleisch	1 Banane	1 Zehe Knoblauch
1 Ei	3 EL Paniermehl	1 TL mittelscharfer Senf
$\frac{1}{2}$ Tl scharfes Paprikapulver	1 TL edelsüßes Paprikapulver	3 Tropfen Tabasco
30 g Butterschmalz		

Für die Sauce:

1 Dose passierte Tomaten	1 Mango	1 Banane
1 Zwiebel	$\frac{1}{2}$ Zitrone (Saft)	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
Zucker	Salz	Pfeffer

Für den Reis:

200 g Basmati	3 EL Kokosflocken	100 ml Kokosmilch
Salz		

Für die Frikadellen:

Knoblauch abziehen und pressen.

Banane schälen und zerdrücken. Hackfleisch mit Knoblauch und Banane, Paniermehl, Senf, Paprikapulver, Tabasco, Salz und Pfeffer vermengen. Kleine Frikadellen formen und in Butterschmalz ausbraten.

Für die Sauce:

Zwiebel abziehen und in einer Pfanne andünsten. Passierte Tomaten hinzugeben. Mango schälen und in Stücke schneiden. Banane schälen und in Scheiben schneiden. Obst zur Tomatensauce geben. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und einer Prise Zucker abschmecken. Petersilie abrausen, trocken wedeln und feinhacken.

Für den Reis:

Reis mit 100 ml Salzwasser und Kokosmilch ca. 15 Minuten kochen.

Kokosflocken ohne Fett bei mittlerer Hitze goldbraun rösten und auf einem Teller abkühlen lassen. Kokosraspel mit dem Reis vermengen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Stefan Langlotz am 27. Juni 2018

Bifteki mit Tomaten-Reis und Zaziki

Für zwei Personen

Für die Bifteki:

500 g gemischtes Hackfleisch	4 EL Semmelbrösel	1 große Zwiebel
4 Knoblauchzehen	1 TL Senf	1 TL Tomatenmark
2 EL Basilikum, getrocknet	2 EL Oregano, getrocknet	2 EL Rosmarin, getrocknet
1 EL Zimtpulver	Paprikagewürz	Salz
Pfeffer	Chiliflocken	Olivenöl

Für den Tomatenreis:

100 g Langkorn Spitzenreis	1 Strauchtomate	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	200 g passierte Tomaten
1 EL Chilisaucе	1 Prise Zucker	Salz
Pfeffer	Olivenöl	frischer Rosmarin

Für das Zaziki:

250 g griech. Joghurt	4 Knoblauchzehen	$\frac{1}{2}$ Salatgurke
Salz	Pfeffer	

Für die Bifteki:

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein schneiden.

Das Hackfleisch mit Semmelbröseln, Senf, Tomatenmark, Zwiebeln und Knoblauch vermengen. Basilikum, Oregano, Zimt, Rosmarin, Paprikagewürz, Chili, Salz und Pfeffer hinzufügen.

Aus der Masse kleine längliche Frikadellen formen und im heißen Olivenöl in einer Pfanne von beiden Seiten scharf anbraten.

Für den Tomatenreis:

Die Tomate waschen, den Strunk entfernen, in kleine Stücke schneiden und zur Seite legen. Schnittlauch abbrausen und klein schneiden.

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen, fein würfeln und im Olivenöl andünsten. Die passierten Tomaten, die Chilisaucе und 100 ml Wasser hinzugeben.

Kurz aufkochen, den Reis hinzugeben und unter ständigem Rühren ca. 20 Minuten garen lassen. Bei Bedarf etwas Wasser nachgießen, so dass der Reis cremig bleibt.

Nach ca. 10 Minuten die Tomatenstücke und den Schnittlauch hinzugeben und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Zum Schluss den Reis mit Rosmarin garnieren.

Für das Zaziki:

Die Gurke halbieren und die Kerne entfernen. Auf einer Reibe in feine Scheiben reiben und in einem Sieb mit Salz bestreuen, um die Gurke zu entwässern. Ein paar Minuten stehen lassen, ausdrücken und mit dem griechischen Joghurt vermischen. Den Knoblauch schälen und durch eine Presse in den Joghurt drücken.

Mit wenig Salz und Pfeffer würzen, gut vermischen und ziehen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Kathrin Schröder am 10. Oktober 2018

Bratklopse, Cranberry-Soße, Kartoffel-Püree, Blattsalat

Für zwei Personen

Für die Bratklopse:

250 g gem. Hackfleisch	1 Brötchen vom Vortag	1 Zwiebel
$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	1 Ei	150 ml Sahne
1 TL mittelscharfer Senf	1 TL edelsüßes Paprikapulver	$\frac{1}{2}$ TL getrockneter Majoran
Butterschmalz	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Cranberry-Sauce:

50 g TK Cranberries	1 Apfel	1 Orange
1 Zitrone	100 ml Rotwein	1 EL Rum
1 TL Ahornsirup	1 Zweig Thymian	10 g Butter
1 Prise Zimt		

Für das Kartoffelpüree:

250 g Kartoffeln	1 Wintertrüffel	250 g Butter
Salz	Pfeffer	

Für den Blattsalat:

1 kleiner Kopfsalat	1 Granatapfel	1 Prise Zucker
6 EL Olivenöl	6 EL Himbeeressig	Salz, Pfeffer

Für die Bratklopse: Den Ofen auf 130 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Brötchen kleinschneiden und in Sahne für 10 Minuten einweichen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und kleinschneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel darin dünsten. Knoblauch dazu pressen.

Hackfleisch mit dem Ei, Senf, Paprikapulver, Majoran, dem eingeweichten Brötchen und der Zwiebel-Knoblauch-Mischung verkneten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Hackmasse vier Klopse formen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Klopse darin kurz anbraten. Klopse herausnehmen, auf ein Blech mit Backpapier geben und 15 Minuten im Ofen fertigbrennen.

Für die Cranberry-Sauce: Die Cranberries und den Apfel waschen, Thymian abbrausen und trockenwedeln. Apfel halbieren, vom Kerngehäuse befreien und in kleine Würfel schneiden. Butter in einem Topf zerlassen. Wenn die Butter leicht gebräunt ist, Ahornsirup dazugeben. Thymian zupfen und hinzugeben.

Cranberries, Apfel und Rum, Rotwein zufügen. Von der Orangenschale Zesten abziehen. Zitrone und Orange halbieren, auspressen und Saft auffangen. Mit Zitronensaft, Zimt und Orangensaft abschmecken. Für 15 Minuten zugedeckt köcheln lassen.

Für das Kartoffelpüree: Die Kartoffeln schälen und in grobe Würfel schneiden. Wasser mit Salz in einem Topf zum Kochen bringen und darin bissfest garen. Zweimal durch die Kartoffelpresse drücken. Butter nach und nach untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Trüffel hobeln und kurz vor dem Servieren damit bestreuen.

Für den Blattsalat: Den Salat waschen, trockenschleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Olivenöl, Himbeeressig, Zucker, Salz und Pfeffer zu einer Vinaigrette vermischen. Granatapfel aufbrechen und Kerne entfernen Kurz vor dem Anrichten die Vinaigrette und 1 EL Granatapfelkerne über den Salat geben.

Mamas Bratklopse mit Cranberry-Sauce, getrüffeltem Kartoffelpüree auf Tellern anrichten, Salat in eine kleine Schüssel geben und gemeinsam servieren.

Petra Konitzer-Nieder am 26. März 2018

Bratwurst, Grill-Gemüse und -Kartoffel, Kräuter-Quark

Für zwei Personen

Für die Bratwurst:

300 g mageres Schweinefleisch	300 g fetter Schweinebauch	5 m Schweinedarm (26/28
Wurstgarn	2 Knoblauchzehen	2 g geriebene Muskatnuss
2 g gemahlener Koriander	2 g gemahlener Piment	4 g Majoran
35 g Salz	4 g gemahlener Pfeffer	

Für das Grillgemüse:

1 grüne Zucchini	8 große weiße Champignons	1 Knoblauchzehe
2 Zweige Rosmarin	1 Bund Thymian	100 ml Olivenöl
20 g grobes Meersalz	10 g schwarzer Pfeffer	

Für die Grillkartoffel:

2 große Kartoffeln	2 Zweige Thymian	$\frac{1}{2}$ EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für den Kräuterdip:

300 g halbfetten Speisequark	100 g Sauerrahm	100 g Crème-fraîche
1 Zitrone	2 Prisen Zucker	1 Bund Schnittlauch
1 Bund Basilikum	1 Bund glatte Petersilie	Salz, Pfeffer

Für die Bratwurst:

Den Schweinedarm vorher in einer großen Schüssel in lauwarmem Wasser 2 Std. einweichen, dabei mehrfach spülen. Beide Fleischsorten sorgfältig von Sehnen und Knorpeln befreien und in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Danach die Fleischwürfel etwa 15 Minuten tiefkühlen. Die beweglichen Teile des Fleischwolfs ebenfalls kalt stellen.

Beide Fleischsorten mit dem Salz bestreuen und durch den Fleischwolf (Lochscheibe 8 mm) geben. Knoblauch abziehen, feinhacken und mit Pfeffer, Muskatnuss, Koriander, Piment und Majoran zur Fleischmasse geben. Alles gut vermengen, bis die Masse leicht zu kleben beginnt. Das Füllrohr (26 mm) am Fleischwolf oder Wurstfüller befestigen und den Darm aufziehen. Die Fleischmasse in den Darm füllen, dabei Würste von ca. 15 cm Länge abdrehen und mit Wurstgarn abbinden. Wurst auf dem Grill von allen Seiten grillen.

Für das Grillgemüse:

Zucchini waschen und die Endstücke abschneiden. Rosmarin und Thymian abbrausen, trockenwedeln und ganz fein hacken. Knoblauch abziehen und halbieren. Zucchini längs in dünne Scheiben schneiden.

Zucchinischeiben mit Öl bestreichen und mit der Knoblauchzehe einreiben. Scheiben auf den heißen Grill legen und solange grillen, bis sie leicht glasig sind und ein angenehmes Grillmuster haben. Etwa 5 Minuten von jeder Seite. Danach mit grobem Meersalz und feingehacktem Rosmarin bestreuen und mit etwas Pfeffer abschmecken.

Von den Pilzen die Stiele entfernen und mit einem Löffel die Lamellen entfernen. In jeden Pilz ein bis zwei Tropfen Olivenöl und ein Häuflein vom frisch gehackten Thymian geben. Champignons auf Holzspieße stecken und ca. 10 Minuten grillen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Für die Grillkartoffel:

Einen Topf mit Salzwasser aufstellen. Kartoffeln gut waschen und ca. 10 Minuten vorkochen. Danach rundherum mit der Gabel mehrfach tief einstechen. Salzen, pfeffern und mit Thymian bestreuen und mit Olivenöl beträufeln. Kartoffeln auf den Grill legen und von allen Seiten grillen.

Für den Kräuterdip:

Schnittlauch, Basilikum und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Zitrone halbieren, Saft auspressen und auffangen.

Speisequark, Sauerrahm und Crème fraîche in eine Rührschüssel geben und den Saft der Zitrone mit dem Zucker dazugeben. Kräuter dazugeben und noch mal alles vorsichtig aber gründlich verrühren. Masse mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Maike Eggers am 18. Juli 2019

Bulgur-Fleisch-Pflanzerl, Kirsch-Soße, Kartoffel-Püree

Für zwei Personen

Für die Bulgurpflanzlerl:

250 g Hackfleisch vom Rind	40 g Bulgur	2 Scheiben Toastbrot
1 Zwiebel	1 Knolle Ingwer à 2 cm	1 Knoblauchzehe
$\frac{1}{2}$ Zitrone, Schale	$\frac{1}{2}$ Orange, Schale	50 ml Hühnerfond
50 ml Milch	1 Ei	1 TL Djion-Senf
1 TL Baharat-Gewürz	1 TL Ras-el-Hanout	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
2 EL Ghee	Salz	Pfeffer

Für die Sauce:

75 g TK-Kirschen	$\frac{1}{4}$ Knolle Sellerie	$\frac{1}{2}$ Karotte
1 Zwiebel	1 EL Tomatenmark	1 TL Puderzucker
1 TL Stärke	300 ml trockener Rotwein	400 ml Hühnerfond
100 ml Kirschsafft	1 EL Butter	1 TL Sonnenblumenöl
mildes Chilisalز	Pfeffer	

Für das Kartoffelpüree:

6 mittelgr. Kartoffeln	200 g Sahne	3 EL Butter
Salz	Pfeffer	

Für die Bulgurpflanzlerl:

Den Bulgur in einem feinen Sieb waschen, in kochendem Salzwasser 4 Minuten garen, abschrecken und abtropfen lassen. Die Zwiebel abziehen, fein würfeln und im Hühnerfond aufkochen. Das Toastbrot würfeln und in Milch einweichen. Mit dem Ei, Senf, Orangen- und Zitronenschale, Ingwer, Knoblauch, Baharat und Ras el-hanout pürieren. Die Brösel mit Hackfleisch, Zwiebel, gehackter Petersilie und Bulgur mischen. Aus der Masse etwa 2 cm große Tropfen formen und diese in einer Pfanne mit Ghee bei mittlerer Hitze rundum anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Sauce:

Karotte und Sellerie schälen, von den Enden befreien und fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen, Karotte und Sellerie darin anschwitzen. Das Gemüse mit dem Puderzucker bestäuben und karamellisieren lassen.

Tomatenmark anrösten und mit der Hälfte des Rotweins ablöschen. Auf die Hälfte einreduzieren lassen und wiederholen bis der Rotwein aufgebraucht ist. Fond und 75 ml Kirschsafft hinzufügen und aufkochen lassen. Das Gemüse abseihen. Mit Chilisalز und Pfeffer abschmecken. Die Stärke im übrigen Kirschsafft abbinden.

Die Butter in einer weiteren Pfanne aufschäumen, erhitzen und die Kirschen darin erwärmen.

Für das Kartoffelpüree:

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in einem Topf mit Salzwasser weichkochen.

Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und in einen Topf mit aufgeschäumter Butter pressen. Mit Sahne, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Püree und die Pflanzerl anrichten, die Kirschen darum verteilen und mit der Sauce beträufelt servieren.

Nina Maier am 15. Januar 2018

Burger 'Italian Style' , Pommes frites und Sour-Cream-Dip

Für zwei Personen

Für den Burger:

300 g Rinderhack	2 Scheiben Parmaschinken	2 Brioche Burger Brötchen
1 Kugel Mozzarella	100 g Parmesan	150 g Rucola
1 Tomate	1 Bund Rosmarin	1 Bund Oregano
2 EL Balsamico-Creme	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Pommes:

5 große festk. Kartoffeln	1 EL Pommesgewürz	2 Liter neutrales Öl
---------------------------	-------------------	----------------------

Für den Sour-Cream-Dip:

2 EL Saure Sahne	2 EL Crème-fraîche	1 Zitrone
$\frac{1}{2}$ Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 Bund Basilikum
2 TL weißer Balsamico	1 Prise Zucker	Salz, Pfeffer

Für den Burger:

Den Rosmarin und den Oregano abbrausen, trockenwedeln und vom Stiel zupfen. Hackfleisch mit Salz, Pfeffer und Liquid Smoke würzen und Rosmarin und Oregano untermischen. Hackfleischmasse mit der Hand vermengen und mit der Burgerpresse zu zwei Pattys formen.

Backofen auf 200 Grad vorheizen. Parmesan reiben und auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech zwei Käsehäufchen machen. Circa 10 Minuten backen, dann auskühlen lassen.

Tomate waschen, den Strunk entfernen und in Scheiben schneiden. Mozzarella ebenfalls in Scheiben schneiden. Öl in Grillpfanne erhitzen und Pattys von einer Seite scharf anbraten. Wenden und mit Tomaten und Mozzarella-Scheiben belegen. Kurz mit einer Edelstahlschüssel abdecken, bis Käse geschmolzen ist. Rucola waschen und trockenschleudern. Burger-Brötchen aufschneiden und die Schnittseite kurz in die Grillpfanne legen. Balsamico-Creme auf Brötchen schmieren, mit Rucola belegen, darauf Patty, Parmaschinken und Parmesanchip legen und mit dem Brötchen abschließen.

Für die Pommes:

Kartoffeln waschen, schälen und in gleichmäßige Stifte schneiden. Fett in der Fritteuse auf 190 Grad erhitzen und Kartoffeln ca. 5 Minuten vorfrittieren. Auf Küchenpapier abtropfen und abkühlen lassen.

Pommes anschließend erneut in die Fritteuse geben und goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen, in eine Schüssel geben und mit Pommesgewürz abschmecken.

Für den Sour-Cream-Dip:

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Knoblauchzehe abziehen und pressen. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und Blätter fein hacken. Saure Sahne, Creme fraîche und Essig verrühren. Zwiebel, Knoblauch und Basilikum unterheben. Zitrone heiß abwaschen und Schale abreiben. Dip mit Zitronenschale, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Stephan Müller am 29. Oktober 2018

Burger, Hackfleisch-Soße, Zwiebelringen, Knoblauch-Dip

Für zwei Personen

Für die Sauce:	250 g Rinderhackfleisch	1 rote oder grüne Paprika
1 Zwiebel	120 ml Ketchup	1 TL Senf
1 TL Branntweinessig	(oder Kräuternessig)	Salz, Pfeffer
Für die Burger Buns:	4 Scheiben Toastbrot	2 kleine Eier
120 ml Sahne	Butter	1 Prise Salz
Für die Zwiebelringe:	1 Gemüsezwiebel	240 ml Milch
1 Ei	150 g Paniermehl	150 g Mehl
$\frac{1}{2}$ Päckchen Backpulver	1 L neutrales Öl	1 TL Salz
Für den Dip:	2 Knoblauchzehen	1 Zitrone
150 g Crème-fraîche	100 g Naturjoghurt	1 Zweig Petersilie
Salz, Pfeffer		

Für die Sauce: Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Paprika waschen, trockentupfen, halbieren, vom Kerngehäuse und Scheidewänden befreien und in kleine Würfel schneiden.

Hackfleisch ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze anbraten, bis das Hackfleisch braun wird. Sobald sich am Boden des Topfes Röststoffe bilden, Paprikawürfel, Zwiebel, 20 ml Wasser und Ketchup dazugeben.

Nun das Ganze ohne Deckel köcheln lassen, bis sich die Flüssigkeit deutlich reduziert hat. Die Masse mit Essig, Pfeffer und Salz abschmecken. Ganz zum Schluss Senf unterrühren.

Für die Burger Buns: Eier in einem breiten Gefäß (Auflaufform o.ä.) mit der Sahne und dem Salz verquirlen. Toastscheiben an einigen Stellen mit einer Gabel einstechen und dann in das Eier-Sahne-Gemisch legen, bis sich das Brot mit der Flüssigkeit vollgesogen hat. Butter in einer Pfanne erhitzen und darin die Toastscheiben von beiden Seiten ca. 5 Minuten goldbraun braten. Dann die Sloppy-Joe-Sauce auf dem French Toast platzieren und mit einer weiteren Scheibe bedecken.

Sollten Sie keine Zeit für die Zubereitung von French Toasts haben, können Sie natürlich einfach fertige Burger Brötchen verwenden.

Für die Zwiebelringe: Zwiebel abziehen und mit einem Messer in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebelringe vorsichtig in Ringe (am besten immer zwei Schichten) trennen. Mehl, Salz und Backpulver in eine Rührschüssel geben und gut miteinander verrühren. Anschließend die Zwiebelringe darin wenden, bis sie gut mit der Mehlmischung bedeckt sind.

Zwiebelringe aus der Mehlmischung nehmen und erst einmal beiseitelegen. Milch und Ei hinzugeben und verrühren, bis keine Klümpchen mehr zu sehen sind. Die mehlierten Zwiebelringe zunächst durch den Teig ziehen, etwas abtropfen lassen und dann in Paniermehl wenden. Während man diesen Prozess mit allen übrigen Zwiebelringen wiederholt, kann man das Öl langsam erhitzen. Sobald alle Zwiebelringe fertig paniert und das Öl heiß genug ist, Zwiebelringe etwa 3-4 Minuten goldbraun darin frittieren, bis sie eine goldbraune Farbe annehmen. Zum Schluss Zwiebelringe aus dem Öl heben und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Dip: Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und 2 EL auffangen. Crème Fraîche und Joghurt miteinander verrühren und zusammen mit einem Spritzer Zitronensaft, Knoblauch und Petersilie verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Maxi Halang am 04. November 2020

Cheeseburger mit Guacamole, Zwiebel im Bierteig, Coleslaw

Für zwei Personen

Für die Burger-Brötchen:

200 g Mehl	1 Ei	8 g frische Hefe
125 ml Milch	3 EL Sesam	4 g Salz

Für die Frikadelle:

400 g Rinderhack	1 Ei	2 Scheiben Cheddarkäse
3 EL Schwarzbier	rosenscharfes Paprikapulver	Öl, Salz, Pfeffer

Für die Guacamole:

1 Avocado	2 Rispentomaten	1 Limette
1 TL Schmand	Chiliflocken	Salz, Pfeffer

Für die Schnittlauch-Creme:

4 EL Mayonnaise	2 EL griech. Joghurt	½ Bund Schnittlauch
Salz	Pfeffer	

Für die Burger:

1 Eisbergsalat

Für die Zwiebelringe:

2 rote Zwiebeln	30 ml Schwarzbier	70 g Mehl
1 Ei	Öl	Salz

Für den Coleslaw:

200 g Weißkohl	1 mittelgroße Karotte	1 EL Mayonnaise
1 EL griech. Joghurt	½ Zitrone	1 Prise Zucker
Salz	Pfeffer	

Für die Burger-Brötchen:

Den Backofen auf 210 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen und eine kleine Schale mit Wasser in den Ofen stellen.

Mehl, Hefe, Milch und Salz in eine Küchenmaschine geben und gründlich mit den Knethaken vermengen. Je nach gewünschter Größe 2 Brötchen formen und auf ein Backblech legen. Ei trennen, die Brötchen mit dem Eigelb bepinseln und mit Sesam bestreuen. Die Brötchen 15-20 Minuten backen, kurz abkühlen lassen und in der Mitte aufschneiden.

Für die Frikadelle:

Hackfleisch, Ei und Bier vermengen. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen und Frikadellen in der gewünschten Größe passend zum Brötchen formen.

Eine Pfanne mit wenig Öl erhitzen. Die Frikadellen in die Pfanne geben und von beiden Seiten ca. 4 Minuten braten.

Zum Schluss je eine Scheibe Cheddar auf die Frikadellen legen und schmelzen lassen.

Für die Guacamole:

Tomaten waschen und in kleine Würfel schneiden. Die Avocado aufschneiden, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch in eine Schüssel geben. Mit einer Gabel zerdrücken. Eine Hälfte der Limette auspressen und den Saft zur Avocado dazugeben. Die Tomatenwürfel und den Schmand hinzufügen. Alles verrühren und mit Salz, Pfeffer und Chilliflocken abschmecken.

Für die Schnittlauch-Creme:

Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und in kleine Röllchen schneiden.

Mayonnaise, Joghurt und Schnittlauch verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und die unteren Brötchenhälften damit bestreichen.

Für die Burger:

Die Salatblätter abtrennen, waschen und vorsichtig abtupfen. Erst die Salatblätter auf die untere Brötchenhälfte auf die Sauce legen, danach die Frikadelle darauf geben. Die Guacamole darauf verteilen und den Burger mit der zweiten Brötchenhälfte schließen.

Für die Zwiebelringe:

Mehl, Ei, Bier und eine Prise Salz zu einem glatten Teig verrühren. Die Zwiebeln abziehen und in ca. 1 cm dicke Ringe schneiden. Die Zwiebelringe durch den Teig ziehen, dann in 180 °C heißem Fett 2 Minuten frittieren. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Für den Coleslaw:

Weißkohl putzen und die Karotte schälen. Beides in sehr dünne, ca. 2,5 cm lange Streifen schneiden und in einer Schüssel vermengen. Zitrone auspressen. Mayonnaise, Joghurt und einen Spritzer Zitronensaft mit einer Prise Zucker, Salz und Pfeffer in einer anderen Schüssel gut vermischen. Danach über die Weißkohlmischung gießen und verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Kaja Schlumm am 16. September 2019

Cheeseburger, Mayonnaise, Kartoffel-Ecken mit Dip

Für zwei Personen

Für die Burger-Brötchen:	200 g Mehl	200 g Speisequark
1 Ei	1 Pck. Backpulver	20 g Puderzucker
15 g Sesamkörner	1 TL Jodsalz	
Für den Cheeseburger:	300 g Rinderhackfleisch	20 g Rucola Salat
1 Tomate	1 rote Zwiebel	4 Scheiben Cheddarkäse
Sonnenblumenöl	Salz	Pfeffer
Für die Mayonnaise:	1 Knoblauchzehe	1 kleine Zwiebel
1 Gewürzgurke	1 Ei	1 TL mittelscharfer Senf
1 EL Tomatenketchup	125 ml Sonnenblumenöl	1 EL Essig
1 Bund Petersilie	1 TL Zucker	
Für die Kartoffelecken:	4 mittlere, festk. Kartoffeln	4 EL Sonnenblumenöl
2 EL Paprikapulver	Salz	Pfeffer
Für den Sauerrahm-Dip:	250 g Sauerrahm	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	1 Bund Schnittlauch	Meersalz, Pfeffer

Für die Burger-Brötchen: Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Mehl, Speisequark, 1 Ei, Backpulver, Jodsalz und Puderzucker zu einem glatten Teig vermengen. Mit feuchten Händen aus dem Teig drei Brötchen formen und auf dem Blech platzieren. Die Brötchen mit Sesamkörnern bestreuen und etwa 10 Minuten backen, bis sie goldbraun sind.

Für den Cheeseburger: Rinderhackfleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Daraus zwei Patties formen und in einer heißen Pfanne mit etwas Öl anbraten. Den Käse auf den Patties verteilen und anschmelzen lassen. Währenddessen den Salat und die Tomate waschen und in Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden.

Für die Knoblauch-Mayonnaise: Die Zwiebel und Knoblauch abziehen und ganz fein schneiden. Ebenfalls eine Gewürzgurke fein schneiden. Das Ei trennen und das Eigelb mit Essig, Senf und Zucker ein paar Sekunden verquirlen. Langsam das Sonnenblumenöl hinzugeben. Die Mayonnaise sollte eine feste, dennoch cremige Konsistenz haben. Zu der Mayonnaise Tomatenketchup hinzufügen. Knoblauch, Zwiebel und Gewürzgurke mit der Mayonnaise vermischen. Zum Schluss die frische Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und zu der Mayonnaise geben. Alles gut verrühren. Für den Burger die Brötchen aufschneiden und beide Hälften mit einem EL der Mayonnaise bestreichen. Auf die untere Hälfte des Brötchens das Patty mit Käsebelag geben und dieses mit Salat, Tomate und Zwiebeln belegen.

Für die Kartoffelecken: Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Öl, 4 EL Wasser und die Gewürze gut miteinander verrühren. Die Kartoffeln waschen und in Spalten schneiden. Anschließend mit der Gewürzmischung marinieren. Die Kartoffelspalten mit der Schnittfläche nach oben auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und im vorgeheizten Ofen bei 220°C für 20-25 Minuten knusprig backen. Die Kartoffeln sind fertig, wenn sie schön braun sind.

Für den Sauerrahm-Dip: Zitrone auspressen. Knoblauch abziehen, Schnittlauch waschen und beide Zutaten fein hacken. Mit Pfeffer, Meersalz, einem Spritzer Zitronensaft und Sauerrahm vermengen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Björn Kampmann am 20. Mai 2019

Chili-Frikadellen, Pommes frites, Ketchup, Mandeln, Bier

Für zwei Personen

Für die Pommes frites:

2 große mehligk. Kartoffeln Salz

Für den Ketchup:

300 g Kirschtomaten (Dose)	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	250 ml Weißwein	2 TL Tomatenmark
$\frac{1}{2}$ TL Guakernmehl	$\frac{1}{2}$ TL getrock. Oregano	$\frac{1}{2}$ TL getrock. Minze
1 TL Zucker	Basilikum, Chili	Olivenöl, Salz

Für die Chili-Frikadellen:

200 g gemischtes Hackfleisch	1 Brötchen vom Vortag	1 rote Chilischote
1 rote Zwiebel	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	1 Ei
1 TL Senf	Chiliflocken	Salz, Pfeffer

Für die Mandeln:

100 g Mandeln	2 EL Zucker	Chili
1 Msp. Zimtpulver		

Für das Weihnachtsbier:

2 Flaschen Pale Ale Bier	1 Orange	1 Msp. Zimtpulver
Chili	Minze	

Für die Pommes frites:

Die Kartoffeln schälen und in Stifte schneiden. In der Fritteuse bei 180 Grad frittieren. Abschließend salzen und in der Papiertüte anrichten.

Für den Ketchup:

Knoblauch und Schalotte abziehen und hacken. In einem kleinem Topf Schalotte, Knoblauch, Oregano und Minze mit Olivenöl anbraten.

Tomaten aus der Dose ohne Saft ebenfalls hineingeben und mitkochen. Tomatenmark hinzufügen. Anschließend pürieren und mit Zucker, Zitronenabrieb, Salz, wenig Chili und einem kleinen Schuss Weißwein 10 min. eindicken lassen. Mit Guakernmehl die Sämigkeit einstellen.

Für die Chili-Frikadellen:

Zwiebel abziehen und hacken. Chili hacken. Petersilie abbrausen, trockentupfen und hacken. Ei trennen und das Eigelb bereitlegen. Hackfleisch mit einem eingeweichten Brötchen, Zwiebeln, Chili, Petersilie, dem Eigelb, Senf sowie Salz, Pfeffer und Chiliflocken zu einer Masse kneten. Daraus kleine Bällchen formen und in der Fritteuse frittieren.

Für die Mandeln:

Mandeln mit Zucker und 20 ml Wasser in einer beschichteten Pfanne erhitzen und karamellisieren. Mit Zimt und Chili abschmecken, abkühlen lassen und abschließend in einer Papiertüte servieren.

Für das Weihnachtsbier:

Pale Ale im Topf erhitzen. Orange filetieren und zu dem erhitzten Bier dazugeben. Ein wenig Zimt und Chili einrühren. Mit Minze dekorieren und in einem Glas servieren.

Dreierlei vom Weihnachtsmarkt anrichten und servieren.

Klaus Bolz am 05. Dezember 2019

Dekonstruierte polnische Kohl-Roulade

Für zwei Personen

Für die Fleischfüllung:

200 g Hackfleisch	2 Knoblauchzehen	$\frac{1}{2}$ TL Kurkumapulver
$\frac{1}{2}$ TL Kümmel	$\frac{1}{2}$ TL Majoran	Öl, Pfeffer, Salz

Für die Gerstengrütze:

100 g Gerstengrütze	Salz
---------------------	------

Für die Tomatensauce:

400 g passierte Tomaten	2 Knoblauchzehen	1 TL Honig
1 Prise Oregano	1 TL edelsüßes Paprikapulver	1 TL Kurkuma
1 TL Majoran	Öl, Pfeffer, Salz	

Für die Zwiebeln:

3 EL Honig	1 Gemüsezwiebel	Butter, Salz
------------	-----------------	--------------

Für die Kohlblätter:

1/2 Chinakohl	Salz
---------------	------

Für die Fleischfüllung:

Backofen auf 220 Grad Ober- / Unterhitze vorheizen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch abziehen und pressen. Hackfleisch mit Kurkuma, Kümmel, Majoran und Knoblauch vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Alles in die Pfanne geben und anbraten.

Für die Gerstengrütze:

Gerstengrütze in gesalzenem Wasser ca. 15 min. gar kochen.

Für die Tomatensauce:

Öl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch abziehen, hineinpressen und kurz anschwitzen. Passierte Tomaten hineingeben und mit dem Knoblauch vermengen. Oregano, Paprikapulver, Kurkuma, und Majoran unterheben und einmal aufkochen lassen. Honig dazu geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bei geringer Hitze köcheln lassen bis die Tomatensauce etwas dickflüssiger eingekocht ist.

Für die Zwiebeln:

Zwiebel abziehen und hacken. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin anschwitzen. Salzen und den Honig unterrühren. Unter stetigem Rühren die Zwiebel schmoren bis sie goldbraun ist.

Für die Kohlblätter:

4 -5 junge grüne Kohlblätter verlesen. Gesalzenes Wasser zum Kochen bringen und die Kohlblätter darin ca. 5 min. gar kochen.

Zwei Servier- / Anrichteringe mit ca. 9 cm Durchmesser auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen (zur Not geht es auch ohne Serviereringe) und schichtweise Kohlblätter, Fleisch, Gerstengrütze, Tomatensauce und Zwiebeln in die Ringe hineingeben. Vorgang wiederholen bis der Ring vollständig gefüllt ist.

Anschließend für ca. 5 min. in den Backofen schieben.

Vor dem Servieren die Ringe auf Tellern anrichten und abziehen.

David Kotowski am 25. März 2019

Dim Sum mit Hackfleisch, roher Rettich und Asia-Soße

Für zwei Personen

Für die Dim Sums:

150 g Mehl, Typ 550 1 Prise Salz

Für die erste Füllung:

150 g Rinderhackfleisch	3 Shiitake-Pilze	2 Knoblauchzehe
1 Chilischote	1 Limette	3 cm Ingwer
$\frac{1}{4}$ TL Fischsauce	$\frac{1}{4}$ TL Reisöl	1 EL Pankobrösel
1 Stange Zitronengras	1 Bund Thaibasilikum	Salz, Pfeffer

Für die zweite Füllung:

150 g Schweinehackfleisch	2 EL Wasserkastanien	1 rote Chilischote
1 Zitrone	2 EL Sahne	$\frac{1}{2}$ TL Mirin
1 TL dunkle Sojasauce	$\frac{1}{4}$ TL Sesamöl	1 EL Pankobrösel
1 Bund Koriander	Salz	Pfeffer

Für den Rettich:

1 Stange Rettich	150 ml Reissessig	100 ml Sake
1 EL Rohrzucker	Salz	

Für Asia-Sauce Teriyaki-Style:

3 Shiitake-Pilze	5 cm Ingwer	1 rote Chilischote
150 ml helle Sojasauce	150 ml Sake	50 ml Mirin
2 EL Palmzucker	1 EL brauner Zucker	Sesamöl

Für die Garnitur:

1 Bananenblatt

Für die Dim Sums:

Das Mehl mit Salz in eine Schüssel geben und langsam mit 80 ml warmem Wasser verrühren, dann gut kneten bis ein elastischer Teig entsteht. Mit einem Nudelholz ca. 9 cm große Kreise ausrollen.

Für die erste Füllung:

Chilischote waschen, trockentupfen, der Länge nach halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien und grob zerkleinern. Galgant grob zerkleinern. Zitronengras abbrausen und trockenwedeln, ebenfalls zerkleinern. Limette unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Knoblauch abziehen. Chili, Galgant, Knoblauch, Zitronengras und Limettenabrieb in einen Mörser geben und zu einer Paste verarbeiten. Thaibasilikum abbrausen, trockenwedeln und hacken. In den Mörser geben, alles mit Salz und Pfeffer würzen und schließlich mit dem Hackfleisch vermengen. Masse mit Fischsauce und Reisöl aromatisieren.

Shiitake putzen und hacken. Pilze zusammen mit Pankobrösel unter die Masse heben.

Für die zweite Füllung:

Wasserkastanien abtropfen lassen und fein hacken. Chilischote waschen, trockentupfen, der Länge nach halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien und hacken. Koriander abbrausen, trockenwedeln und ebenfalls fein hacken. Wasserkastanien, Chili, Koriander, Pankobrösel, Sahne und Schweinehackfleisch vermengen und mit Salz, Pfeffer, Mirin, Sesamöl, Sojasauce und Zitrone abschmecken.

Eine Hälfte der ausgerollten Teigkreise mit der Rinderhackfleischfüllung füllen, die andere Hälfte mit der Schweinehackfleischfüllung füllen. Dim Sums gut verschließen und in einem Bambuskorb über Wasserdampf ca. 12 Minuten dämpfen.

Für den Rettich:

Rettich schälen und mit einem Käsehobel sechs lange Scheiben abhobeln. Reissessig, Sake, Rohrzucker und Salz verrühren und den Rettich darin ca. 20 Minuten marinieren. Abtropfen lassen und als Röllchen aufrollen.

Für Asia-Sauce Teriyaki-Style:

Chilischote waschen, trockentupfen, der Länge nach halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien und fein hacken. Ingwer fein reiben.

Shiitake putzen. Shiitake, Chili, Ingwer, Sojasauce, Sake, Mirin, Palmzucker und braunen Zucker in einen Topf geben und langsam um ca. die Hälfte einkochen lassen. Dann mit Sesamöl abschmecken.

Für die Garnitur:

Bananenblatt säubern und das Gericht darauf anrichten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Thomas Marquardt am 21. Oktober 2020

Dim Sum mit Schweinehack-Füllung, Erdnuss-Dip, Garnelen

Für zwei Personen

Für die Dim Sum:

200 g Hackfleisch	15 g frische Shiitake	1 kleine Karotte
1 Bund Frühlingszwiebel	1 Knoblauchzehe	20 g Ingwer
1 Ei	50 g Tapiokastärke	150 g Reismehl
1 TL Fischsauce	1 EL Hoisin Sauce	1 EL Sesamöl
1 EL grüner Thaipfeffer	Salz	Pfeffer

Für den Erdnuss-Dip:

85 g Erdnussbutter	1 Knoblauchzehe	2 cm Ingwer
3 EL Ahornsirup	2 EL Sojasauce	1 Limette, Saft
Salz	Pfeffer	

Für die Garnelenpralinen:

4 Riesengarnelen (8/12)	Limette-Abrieb	Pankobrösel
1 TL gutes Currypulver	Öl	Salz
Pfeffer		

Für den Wasabi-Schaum:

120 g Frischkäse	120 g Sauerrahm	1 Zitrone, Saft
2 EL asiat. Sesamöl	2 EL Sojasauce	3 EL Wasabi

Für den Carabinero:

2 Carabinero à ca. 125 g	1 Orange (Saft, Abrieb)	4 EL Hummerfond
1 EL Butter		

Für den Mango-Pak-Choi-Salat:

200 g Pak Choi	$\frac{1}{2}$ Mango	$\frac{1}{2}$ Frühlingszwiebel
1 Knoblauchzehe	1 Chilischote	$\frac{1}{2}$ Limette
5 g Ingwer	10 ml geröst. Sesamöl	1 TL Misopaste
1 EL Sojasauce	1 EL Reissig	2 TL Honig
15 g weißer Sesam	15 g schwarzer Sesam	1 EL Zucker

Für die Dim Sum:

Die Tapiokastärke und das Reismehl mit einer Prise Salz grob vermischen und mit 250 ml heißem Wasser angießen und gut kneten bis ein zäher, geschmeidiger Teig entsteht. Teig unter einem nassen Tuch zur Seite stellen.

Karotte, Ingwer, Shiitake-Pilze und den Knoblauch putzen bzw. schälen und abziehen und in feine Würfel schneiden. Frühlingszwiebel putzen, in sehr feine Ringe schneiden und zu dem andern geschnittenen Gemüse geben. Hackfleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch in Sesamöl kurz anbraten und Frühlingszwiebeln, Knoblauch, Pilze, Karotte und Ingwer 3-4 Minuten scharf anbraten. Herausnehmen und mit dem Ei, dem Thaipfeffer, der Fischsauce und der Hoisin Sauce vermengen und zur Seite stellen.

Aus dem Teig eine Rolle herstellen und Walnussgroße Stücke abschneiden. Mit einem Plattier Eisen plattieren, sodass ca. 8 cm große Scheiben entstehen. Diese mit 2 TL der Masse füllen und verschließen. In einem Bambusdampfaufsatz 4-5 Minuten garen und herausnehmen.

Für den Erdnuss-Dip:

Knoblauch abziehen, Ingwer schälen, in den Mixer geben und klein hacken. 30 ml Wasser, Ahornsirup, Sojasauce, Erdnussbutter, Limettensaft, Salz und Pfeffer in einen Mixer geben und zu einer glatten Sauce vermengen.

Für die Garnelenpralinen:

Garnelen unter fließendem kaltem Wasser waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Die Hälfte der Garnelen durch die feine Seite des Fleischwolfs drehen. Die restlichen Garnelen in feine Würfel schneiden und mit der Masse mischen. Mit Limettenabrieb, Currypulver, Salz und Pfeffer würzen. Masse mit leicht angefeuchteten Händen zu walnussgroßen Pralinen formen. Pralinen in den Pankobröseln wenden.

Das Öl in einem Topf oder in einer Fritteuse auf 160 Grad erhitzen und die Garnelenpralinen darin 2-3 Minuten goldbraun ausbacken.

Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Wasabi-Schaum:

Alle Zutaten gut zusammen mischen, in eine Espumafflasche füllen und verschließen. Kapsel hineinschrauben und gut schütteln. Neben die Pralinen sprühen.

Für den Carabinero:

Die Köpfe der Carabineros abdrehen und das Fleisch aus der Schale lösen dabei nach Belieben den Schwanzfächer stehen lassen. Am Rücken entlang einschneiden und den Darm entfernen. Carabineros gründlich waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen. In einer Pfanne die Butter erhitzen und die Schwänze darin bei mittlerer Hitze auf jeder Seite etwa 15 Sekunden leicht anbraten und wieder aus der Pfanne nehmen. Hummerfond und Orangensaft in die Pfanne geben und bei starker Hitze kurz ein wenig einkochen lassen. Orangenabrieb hinzufügen, die Carabineros wieder in die Pfanne legen und bei niedriger Hitze etwa 1 Minute in der Sauce schwenken.

Für den Mango-Pak-Choi-Salat:

Pak Choi fein würfeln und Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden.

Mango schälen und würfeln. Knoblauch, Ingwer und Chili fein hacken und mit Limette beträufeln. Zucker in einem Stieltopf karamellisieren. Weißen und schwarzen Sesam dazugeben und vermengen. Mischung gleichmäßig auf einem Backpapier verteilen, auskühlen lassen und danach in kleine Splitter brechen. Für das Dressing Misopaste, geröstetes Sesamöl, Sojasauce, Reisessig, Limettensaft, Zucker und Honig in eine Schüssel geben. Knoblauch, Ingwer und Chili dazugeben und verrühren.

Pak Choi, Frühlingszwiebeln und Mango anrichten. Mit Miso-Dressing beträufeln und mit Samsplittern anrichten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Simon Maus am 03. Dezember 2020

Dreierlei Pfifferlings-Dim-Sum mit spicy Soja-Soße

Für zwei Personen

Für den Teig:

120 g Mehl (Typ 00)	60 g Mehl	100 ml kochendes Wasser
1 ½ TL Sonnenblumenöl	Mehl	

Für die Suppe:

315 ml Hühnerfond	1 Knolle Ingwer à 1 cm	1 Zwiebel
20 g getrocknete Pfifferlinge	1 Knoblauchzehe	

Für die Füllung:

100 g Pfifferlinge	125 g Hackfleisch vom Schwein	3 Frühlingszwiebeln
1 Knoblauchzehe	1 Knolle Ingwer à 3 cm	1 TL Shaoxing Reiswein
1 TL Sojasauce	1 ½ TL Zucker	1 ½ TL Sesamöl
½ TL feines Salz	½ TL weißer Pfeffer	Pfeffer

Für die Füllung der Jiaozi:

100 g Pfifferlinge	100 g Hackfleisch vom Schwein	¼ Chinakohl
1 Karotte	1 TL Sojasauce	1 TL Fischsauce
75 ml Wasser	2 EL Sonnenblumenöl	1 TL Sesamöl
Salz	Pfeffer	

Für die Füllung:

100 g Pfifferlinge	100 g Riesengarnelen	1 cm Ingwer
2 Frühlingszwiebeln	1 Prise Zucker	1 TL Sojasauce
1 TL Chiliöl		

Für die Sauce:

25 ml Sojasauce	25 ml Mirin	1 Knolle Ingwer à 2 cm
1 Frühlingszwiebel	1 Limette	

Für den Teig:

Die beiden Mehlsorten vermischen. Wasser und Öl dazugeben und verkneten mit eine Bindung entsteht. Den fertigen Teig in Klarsichtfolie im Kühlschrank lagern.

Teig teilen. Zur Wurst rollen und 6 Teile daraus schneiden. Restlicher Teig wieder in den Gefrierbeutel. Mit der Hand platt drücken und mit einem Rollholz zu einem Kreis rollen. Die Mitte sollte etwas dicker sein als der Rest damit die Füllung gehalten wird. Teigkreise befüllen.

Für die Suppe:

Hühnerfond aufkochen. Ingwer mit einer Pfannen anschlagen und in die Brühe geben. Zwiebel, Knoblauch und Pfifferlinge hinzu. Nach 5,6 Minuten die Zutaten aus der Brühe fischen und das Agar Agar einrühren. In eine große, flache Form gießen und in den Kühlschrank stellen. „Suppe“ aus dem Kühlschrank nehmen und den Schüsselinhalt kleinhacken. Zu der 1 Füllung geben und verkneten.

Für die Füllung:

Die Pfifferlinge mit einer Pilzbürste sorgfältig abbürsten, kleinschneiden und mit etwas Öl und Knoblauch in einer Pfanne anbraten. Kurz abkühlen lassen.

Den Ingwer schälen und fein reiben. Die Frühlingszwiebeln von der äußeren Schale befreien, putzen und in feine Ringe schneiden. Den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Hackfleisch mit Ingwer, Frühlingszwiebeln, Knoblauch, Sojasauce, Reiswein, Zucker, Sesamöl, Salz und Pfeffer und den abgekühlten Pilzen vermengen.

Für die Füllung der Jiaozi:

Die Pfifferlinge mit einer Pilzbürste sorgfältig abbürsten, kleinschneiden und mit etwas Öl und Knoblauch in einer Pfanne anbraten. Kurz abkühlen lassen.

Die Karotten schälen, von den Enden befreien und fein reiben. Den Kohl fein hacken. Karotten,

Kohl und Pfifferlinge mit dem Hackfleisch, Soja- und Fischsauce, Wasser und Sesamöl vermengen und ziehen lassen.

Pfanne mit Öl erhitzen. Jiaozi Teigtaschen hinein geben und von einer! Seite kross anbraten. Dann ca. 75 ml Wasser hinzu und den Deckel auflegen. Anschließend, wenn das Wasser verdunstet ist, die Jiaozi wieder anbraten. **Für die Füllung der Jiaozi:**

Shrimps hacken und mit den gebratenen Pilzen vermischen.

Mit Ingwer und Frühlingszwiebeln vermengen und mit den restlichen Zutaten abschmecken.

Wasser aufkochen lassen. Bambuskörbchen mit Backpapier auslegen und kleine Löcher hinein stechen. Mit etwas Öl bestreichen.

Die Teigtaschen 1 und 3 in den Korb geben und 5 Minuten dämpfen. Dann die Etagen des Korbes wechseln und noch einmal 5 Minuten dämpfen.

Für die Sauce:

Den Ingwer schälen und fein reiben. Die Frühlingszwiebeln von der äußeren Schale befreien, putzen und in feine Ringe schneiden. Sojasauce mit Mirin, Frühlingszwiebeln und Ingwer verrühren. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Sarah Bunting am 18. September 2018

Fleisch-Bällchen mit Linsen-Mus, karamellierte Zwiebeln

Für zwei Personen

Für die Fleischbällchen:

200 g Rinderhackfleisch	200 g gemischtes Hackfleisch	1 mittelgroße Zwiebel
1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Minze	1 Ei
5 EL Weizenkleie	Mehl, Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Linsenmus:

200 g rote Dosenlinsen	200 g rote Linsen	50 g Langkornreis
1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen	

Für die Zwiebeln:

4 Zwiebeln	Olivenöl	1 TL gemahl. Kreuzkümmel
1 TL Paprikapulver	Zucker	Salz

Für die Fleischbällchen:

Die Zwiebel abziehen und kleinhacken. Petersilie und Minze abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Hackfleisch mit Zwiebel, Petersilie, Minze, Ei und Weizenkleie vermengen bis eine homogene Masse entsteht. Mit Salz und Pfeffer würzen. Golfballgroße Bällchen formen und vorsichtig platt drücken. Die Keftedakia sollen nicht mehr als 2cm dick sein.

Etwas Mehl in einen großen Teller geben. Einen zweiten großen Teller mit 2 Schichten Küchenpapier auslegen. Etwa 2-3 mm dick Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Je ein Bällchen nehmen, im Mehl wenden und in die Pfanne geben. Wenn die Bällchen von der einen Seite knusprig angebraten sind, dann wenden. Wenn beide Seiten knusprig gebacken sind, Bällchen auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das Linsenmus:

Reis und Linsen waschen. Knoblauch abziehen. Zwiebel abziehen und im Ganzen mit Linsen und Reis in einen Topf geben. Mit Wasser auffüllen, bis die Mischung knapp bedeckt ist. Bei mittlerer Hitze so lange garen, bis alles weich ist.

Zwiebel und Knoblauch entfernen und Linsen und Reis zu einem Mus pürieren. Vor dem Anrichten abkühlen lassen.

Für die Zwiebeln:

Zwiebeln abziehen, halbieren und in grobe Scheiben schneiden. In einer großen Pfanne in heißem Olivenöl bei hoher Temperatur anbraten, dann die Hitze reduzieren. Mit Kreuzkümmel, Paprikapulver, Zucker und Salz verrühren und das Ganze schmoren, bis die Zwiebeln zerfallen und eine sämige Konsistenz bekommen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Lucas Oppermann am 28. August 2019

Fleisch-Bällchen, Tomaten-Fenchel-Soße, Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für die Bällchen:

150 g Kalbshackfleisch	150 g Schweinehackfleisch	75 g Semmelbrösel
1 Zwiebel	1 Zitrone	1 Ei
30 g Parmesan	5 Zweige glatte Petersilie	1 TL Fenchelsamen
1 TL geräuch. Paprikapulver	1 Prise Cayennepfeffer	1 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Sauce:

1/2 Fenchelknolle	250 g bunte Kirschtomaten	250 g passierte Tomaten
100 ml trockener Weißwein	1 EL Anislikör	1 TL Ras el Hanout
1 Prise Zucker	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für den Stampf:

250 g Sellerieknolle	4 mittelgroße mehligk. Kartoffel	30 g Butter
50 ml Milch	Muskatnuss	Salz

Für die Bällchen:

Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Zitrone unter heißem Wasser abspülen und Schale abreiben. Zwiebel abziehen und fein hacken. Parmesan reiben. Kalbshackfleisch und Schweinehackfleisch mit Semmelbröseln, Ei, gehackten Zwiebel, Zitronenabrieb, Parmesan, Petersilie, Fenchelsamen, Cayennepfeffer und Paprikapulver in einer Schale vermengen. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken und 6-8 kleine Fleischbällchen daraus formen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Bällchen darin anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und ggf. auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Beiseitestellen.

Für die Tomaten-Fenchel-Sauce:

Fenchel putzen, den Strunk entfernen. Das Grün abschneiden und beiseite legen. Fenchel in dünne Streifen schneiden und in einer Pfanne mit Öl anbraten. Nach 5 Minuten mit Anislikör und Weißwein ablöschen und ca. 2 Minuten köcheln lassen. Kirschtomaten putzen, halbieren und zusammen mit den passierten Tomaten zum Fenchel geben. Sauce mit Ras el Hanout, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Fleischbällchen zur Sauce geben und alles zugedeckt 5 Minuten köcheln lassen. Vor dem Servieren mit Fenchelgrün garnieren.

Für den Stampf:

Sellerieknolle putzen, schälen und in kleine Stücke schneiden. Kartoffeln ebenfalls schälen und klein schneiden. Sellerie und Kartoffeln in einem Topf mit Salzwasser etwa 20 Minuten weich kochen. Das Wasser abgießen, das Gemüse auffangen und ausdampfen lassen. Gemüse zurück in den Topf geben, Butter und Milch hinzugeben und alles zu einem Stampf verarbeiten. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Lynn Harder am 28. Oktober 2019

Fleisch-Küchle mit Karotten-Gemüse, Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für die Fleischküchle:

100 g Hackfleisch vom Rind	100 g Hackfleisch vom Schwein	1 Zwiebel
2 Essiggurken	150 g Semmelbrösel	2 Eier
2 EL mittelscharfer Senf	1 Prise Backpulver	6 Zweige glatte Petersilie
1 Muskatnuss	100 g Butterschmalz	Salz
Pfeffer		

Für das Karottengemüse:

250 g Babykarotten mit Grün	1 Schalotte	1 Vanilleschote
100 g Sahne	$\frac{1}{2}$ TL Zucker	$\frac{1}{2}$ TL Mehl
Salz	Pfeffer	

Für den Kartoffelstampf:

250 g vorw. festk. Kartoffeln	100 g Sahne	80 g Butter
6 Zweige glatte Petersilie	1 Muskatnuss	Salz, Pfeffer

Für die Fleischküchle:

Den Ofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Zwiebeln, Petersilie und Essiggurken fein hacken und zum Hackfleisch geben. Eier, Muskat, Salz, Pfeffer und Senf dazugeben und vermischen. Backpulver und Semmelbrösel untermischen und zu in Form bringen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Fleischküchlein rechts und links anbraten und im vorgeheizten Ofen fertig garen.

Für das Karottengemüse:

In einem großen Topf reichlich Wasser zum Kochen bringen. Babymöhren anritzen, etwa 1 cm vom Grün stehen lassen und kurz in kochendem Wasser blanchieren.

Die Vanilleschote längs halbieren, mit dem Messerrücken das Mark auskratzen und beiseite legen. Mit Butterschmalz und Zucker in der Pfanne erhitzen, Möhren dazugeben und einköcheln lassen, abschmecken und mit Salz und Pfeffer und etwas Mehl abbinden.

Für den Kartoffelstampf:

In einem großen Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Die Kartoffeln schälen und im Salzwasser gar kochen. Die Kartoffeln nach etwa 18 Minuten aus dem Wasser nehmen, in eine Schüssel geben und stampfen.

Mit Butter, Sahne, Muskat, Salz und Pfeffer dazugeben und verrühren. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Marcel Stadler am 30. August 2018

Fleisch-Krapfen mit Bergkäse, Sauerrahm und Krautsalat

Für zwei Personen

Für den Krapfenteig:

125 g Roggenmehl	125 g Weizenmehl	90 ml Milch
1 EL Essig	25 g Butter	Salz

Für die Fleischfüllung:

200 g gekochter Bauernschinken	150 g gemischtes Hackfleisch	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	2 Eier	75 g Bergkäse
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	1 Zweig glatte Petersilie	2 EL neutrales Öl
Salz	Pfeffer	

Für den lauwarmem Krautsalat:

400 g Braunscheiger Kraut	1 kleine Zwiebel	100 g Speckwürfel
3 EL weißer Balsamico	$\frac{1}{2}$ TL Zucker	$\frac{1}{2}$ TL Kümmel
Salz	Pfeffer	

Für den Sauerrahm:

150 g Crème-fraîche	1 Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch
$\frac{1}{2}$ Zitrone	Salz	Pfeffer

Für den Krapfenteig: Das Roggen- und das Weizenmehl in die Rührschüssel der Küchenmaschine geben. Milch, 90 ml Wasser und Butter in einem Topf aufkochen lassen, mit Essig und Salz würzen, anschließend heiß über die Mehlmischung gießen und durchkneten lassen.

Teig aus der Küchenmaschine nehmen und kurz ruhen lassen.

Anschließend Teig dünn ausrollen und in große ca. 12 cm Quadrate schneiden.

Für die Fleischfüllung: Zwiebel, Knoblauch abziehen, fein hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, feinhacken. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, in Röllchen schneiden.

Rauchfleisch klein würfeln. Zwiebel und Knoblauch in einer Pfanne in Öl anschwitzen, Rauchfleisch und Hackfleisch hinzugeben und weiter rösten bis keine Flüssigkeit mehr vorhanden ist. Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken, von der Herdplatte nehmen etwas auskühlen lassen.

Ein Ei verquirlen, Bergkäse reiben. Ein Ei und ca. 3 EL gerieben Bergkäse sowie Petersilie in die Fleischmasse geben und kurz unterrühren.

Zweites Ei verquirlen. Die Teigquadrate mit je 2 EL Fleischfülle belegen, die Ränder mit verquirltem Ei bestreichen, zuklappen, die Ränder gut mit einer Gabel zudrücken und in der Fritteuse bei 190 Grad, ca. 3-4 Minuten goldgelb frittieren. Krapfen auf einem Küchentrepp abtropfen lassen und mit geriebenen Bergkäse und Schnittlauch bestreuen.

Für den lauwarmem Krautsalat: Kraut hauchdünn schneiden, waschen und trockenschleudern. Zwiebel abziehen und kleinwürfelig schneiden. Kraut mit etwas Salz, Zucker und Balsamico marinieren und ziehen lassen.

Speckwürfel in einer großen Pfanne mit Zwiebel knusprig anbraten, anschließend das marinierte Kraut kurz in den angebratenen Speckwürfeln durchschwenken, damit es lauwarm wird. Mit Salz, Pfeffer und Kümmel abschmecken.

Für den Sauerrahm: Schnittlauch waschen, trockenwedeln und in kleine Röllchen schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. Zitrone waschen, trockentupfen, abreiben und auspressen. Crème fraîche und Zitronensaft glattrühren, mit Zitronenabrieb, Knoblauch, Salz und Pfeffer würzen. Mit Schnittlauch verfeinern.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Eva Ulrich am 12. November 2018

Fleisch-Laberln mit Kartoffel-Püree und Röstzwiebeln

Für zwei Personen

Für die Fleischlaberln:

500 g gem. Hackfleisch	1 altbackenes Brötchen	250 ml Milch
1 Zwiebel	½ Bund glatte Petersilie	2 EL Estragonsenf
2 Eier	200 g Semmelbrösel	1 TL Majoran
1 EL Butter	Pflanzenöl	Salz, Pfeffer

Für das Püree:

4 mehligk. Kartoffeln	3 EL Butter	250 ml Milch
1 Musaktnuss	Salz	Pfeffer

Für die Röstzwiebeln:

1 Zwiebel	2 EL griffiges Mehl	Pflanzenöl
-----------	---------------------	------------

Für die Garnitur:

3 Karotten	1 EL Butter	Salz
------------	-------------	------

Für die Fleischlaberln:

Das Brötchen in Milch einweichen. Zwiebel abziehen, klein schneiden und in einer Pfanne in Butter glasig werden lassen. Petersilie abbrausen, trocken wedeln und feinhacken. Hack und gehackte Petersilie mit in die Pfanne geben. Das eingeweichte Brötchen ausdrücken und gemeinsam mit dem Senf, Eiern und Gewürzen mit in die Pfanne geben. Hackbällchen formen, in Semmelbrösel wenden und in Pflanzenöl langsam herausbraten.

Für das Püree:

Kartoffeln schälen, klein schneiden und in einem Topf mit Salzwasser weichkochen. Kartoffel abseihen und abdampfen lassen. Milch in einem Topf erwärmen und Butter dazugeben. Die Kartoffeln damit übergießen und zu einem Püree vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Für die Röstzwiebeln:

Zwiebel abziehen, in feine Ringe schneiden, in Mehl wenden und langsam in Pflanzenöl goldbraun und knusprig werden lassen. Auf dem Kartoffelpüree anrichten.

Für die Garnitur:

Karotten schälen und kurz in einem Topf mit Salzwasser blanchieren. Anschließend in einer Pfanne mit Butter schwenken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Petra Hönig am 14. Mai 2018

Fleisch-Pflanzerl mit Kartoffel-Püree, Rahm-Schwammerl

Für zwei Personen

Für die Fleischpflanzerl:

500 g gem. Hackfleisch	80 g Toastbrot, ohne Rand	1 kleine Zwiebel
1 kleine Knoblauchzehe	100 ml Milch	1 Ei
2 TL scharfer Senf	200 ml Rinderfond	2 Zweige Majoran
2 Zweige glatte Petersilie	2 Zweige Thymian	1 Zitrone (Abrieb)
2 EL Butterschmalz	1 EL Butter	Salz, Pfeffer

Für das Kartoffelpüree:

400 g mehlig. Kartoffeln	100 ml Sahne	100 ml Milch
50 g Butter	Muskatnuss	Salz, Pfeffer

Für die Rahm-Schwammerl:

5 Champignons	100 g Pfifferlinge	$\frac{1}{2}$ rote Zwiebel
$\frac{1}{2}$ Frühlingszwiebel	200 ml Sahne	50 ml Weißweinessig
200 ml Rinderfond	2 Zw. glatte Petersilie	1 TL Butter
Salz, Pfeffer		

Für die Fleischpflanzerl:

Die Milch in einem Topf erwärmen. Brot darin einweichen. Zwiebel abziehen, klein hacken und in einer Pfanne in Butter anschwitzen.

Kräuter abrausen, trockenwedeln und feinhacken. Fond zugeben und Zwiebeln weichkochen bis die komplette Flüssigkeit verkocht ist.

Hackfleisch, eingeweichtes Brot, Ei, weiche Zwiebeln, Senf, Kräuter und Zitronenabrieb miteinander vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Pfanne erhitzen und Butterschmalz hineingeben.

Mit feuchten Händen aus der Hackmasse Pflanzer formen und in die Pfanne geben. Von beiden Seiten ca. 4-6 Minuten braten. Dann Pfanne von der Hitze nehmen und 5 Minuten nachziehen lassen.

Für das Kartoffelpüree:

Kartoffeln schälen, würfeln und in kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten weichkochen, abschütten und durch eine feine Kartoffelpresse drücken.

Sahne, Milch und Butter in einem Topf erwärmen (nicht zu heiß) und Muskatnuss hineinreiben. Nun das Milch-, Sahne-, Butter-Gemisch langsam mithilfe eines Schneebesens mit den zerdrückten Kartoffeln mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Rahm-Schwammerl:

Zwiebel abziehen und zusammen mit der Frühlingszwiebel kleinschneiden und in Butter anschwitzen. Petersilie abrausen, trockenwedeln und feinhacken. Pilze putzen, kleinschneiden und hinzugeben. Salz und einen Spritzer Essig zugeben. Mit Fond (nach Gefühl) ablöschen und 5 Minuten köcheln lassen. Sahne (nach Gefühl) und Petersilie hinzugeben und mit Salz und Pfeffer und gegebenenfalls Essig abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Franz-Xaver Zeller am 17. August 2020

Frankfurter Grie Soß, schottische Eier, Kartoffel-Würfel

Für zwei Personen

Für die Mayonnaise:

250 ml Sonnenblumenöl	1 Zitrone	1 TL Senf
1 Ei	Salz	Pfeffer

Für die Sauce:

1 Bund Kräuter	200 g fester Schmand	2 EL Mayonnaise
1 EL Dijon-Senf	½ Zitrone, Saft, Abrieb	1 TL Zucker
Salz	Pfeffer	

Für die schottischen Eier:

200 g Kalbhackfleisch	100 g Salsiccia	2 TL Dijon-Senf
4 Wachteleier	3 EL Semmelbrösel	3 EL Mehl
1 Ei	1 Muskatnuss	Salz, Pfeffer

Für die Kartoffelwürfel:

3 festk. Kartoffeln	3 EL Ghee	Salz, Pfeffer
---------------------	-----------	---------------

Für die Mayonnaise:

Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Ei, Zitronensaft, Senf, Öl, Salz und Pfeffer der Reihe nach in einen hohen Rührbecher geben, einen Pürierstab auf höchster Stufe langsam von unten nach oben ziehen bis eine homogene Creme entstanden ist. Mit dem Pürierstab verrühren.

Für die Sauce:

Den Schmand und die gewaschenen Kräuter nach und nach in einen Mixer geben und zerkleinern bis die Kräuter noch Substanz und Biss haben, die Sauce aber schön grün ist.

In eine Schüssel umfüllen und die weiteren Zutaten unterrühren und abschmecken.

Für die schottischen Eier:

Aus Hack und Brät der Salsiccia mit Senf und Muskat eine Hackmasse kneten.

Die Wachteleier 2 Minuten und 45 Sekunden kochen und sofort eiskalt abschrecken, schälen und in Mehl wälzen. Vom Hackfleisch jeweils eine kleine Menge abnehmen und in der Hand zu einem flachen Kreis klopfen. Jeweils ein Wachtelei darin vorsichtig einhüllen und zu einem geschlossenen Ball formen. Diesen im verquirlten Ei und anschließend im Paniermehl wälzen.

Die panierten Kugeln anschließend im heißen Fett bei 175 Grad ausbacken bis sie goldbraun sind.

Für die Kartoffelwürfel:

Die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel von 15mm schneiden. In einer bedeckten Pfanne mit Ghee auf mittlerer Hitze braten. Die letzten 5 Minuten den Deckel entfernen, damit die Würfel knusprig werden. Kräftig salzen und pfeffern.

Die Grüne Sauce mittig auf den Teller geben, die schottischen Eier darauf platzieren und die Kartoffelwürfel garniert servieren.

Horst Ballé am 17. September 2018

Frikadelle mit Schafskäse-Füllung und Bratkartoffeln

Für zwei Personen

Für die Frikadelle:

200 g Rinderhack	80 g Schafskäse	1 EL Senf
1 Ei	0,5 Knoblauchzehe	2 mittelgroße Zwiebeln
0,5 Bund glatte Petersilie	1 altbackenes Brötchen	2 EL Butterschmalz
Pfeffer	Salz	

Für den Gurkensalat:

1 Salatgurke	1 Bund Frankfurter Kräuter	150 g Joghurt, 10%
1 Crème-fraîche	Pfeffer	Salz

Für die Bratkartoffeln:

4 festk. Kartoffeln	5 EL Butterschmalz	1 große Zwiebel
100 g gewürfelter Speck	2 EL Butter	Pfeffer, Salz

Für die Garnitur:

½ Bund glatte Petersilie

Für die Frikadelle:

Brötchen in Wasser einweichen. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Brötchen gut ausdrücken, mit dem Hack, Senf, Ei, Zwiebeln, Knoblauch, Pfeffer, Salz und Petersilie vermengen. Zu einer Frikadelle formen, eine Mulde in die Mitte drücken und etwas Schafskäse hineingeben, verschließen und in der Pfanne im heißen Butterschmalz langsam braten.

Für den Gurkensalat:

Gurke waschen und mit einem Sparschäler in lange dünne Streifen schneiden. Kräuter waschen, abbrausen, klein hacken und mit dem Joghurt und Crème fraîche in einem Standmixer mixen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sauce mit den Gurkenscheiben vermengen und eine kleine Portion in einer kleinen Extraschale anbieten.

Für die Bratkartoffeln:

Die Kartoffeln mit der Schale gar kochen. Abkühlen lassen, anschließend schälen und in Scheiben schneiden. Butterschmalz in der Pfanne erhitzen, die Kartoffeln hineingeben. Wenn die Kartoffeln von einer Seite schön angebräunt sind wenden. Auch die zweite Seite goldbraun anbraten. Zwiebel abziehen und klein hacken. In einer zweiten Pfanne Zwiebeln goldbraun anbraten. Herausnehmen und zu den Kartoffeln geben. In der Pfanne der Zwiebeln den Speck anbraten. Auch diesen zu den Kartoffeln geben. Zum Schluss die Bratkartoffeln mit der Butter verfeinern und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnitur:

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken.

Frikadelle mit Schafskäsefüllung und Bratkartoffeln auf Tellern anrichten und mit Petersilie dekorieren. Gurkensalat daneben geben und servieren.

Theresia Edskes am 03. Juni 2019

Frikadelle, Rotwein-Soße, Apfel-Rotkohl, Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für die Frikadellen:

500 g gemisch. Hackfleisch	80 g Toastbrot	1 Zwiebel
1 Ei	100 ml Milch	1 EL neutrales Öl
2 TL scharfer Senf	2 EL getrock. Majoran	2 Zweige glatte Petersilie
$\frac{1}{2}$ Muskatnuss	Butter	Rapsöl, Salz, Pfeffer

Für den Kartoffelstampf:

$\frac{1}{2}$ Kg festk. Kartoffeln	100 ml Milch	1 EL Butter
$\frac{1}{2}$ Muskatnuss	Salz	

Für den Rotkohl:

$\frac{1}{4}$ Kopf Rotkohl	1 säuerlicher Apfel	1 kleine Zwiebel
$\frac{1}{2}$ TL Wacholderbeeren	100 ml Rotwein	1 EL Apfelessig
2 EL schwarzes Johannisbeergelee	1 EL Zucker	1 Lorbeerblatt
$\frac{1}{2}$ Zimtstange	Butterschmalz	Salz

Für die Sauce:

50 g Butter	200 ml Rotwein	80 ml Kalbsfond
1 TL Zimtpulver	Salz	Pfeffer

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Toastbrot entrinden, in Würfel schneiden und in einer Schüssel mit Milch einweichen. Zwiebeln abziehen, fein würfeln und in Öl glasig dünsten. Muskatnuss reiben und 1 Msp. auffangen. Ei mit Senf, etwas Salz und Pfeffer und Muskat verquirlen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Hackfleisch mit dem eingeweichten Brot, der Ei-Masse, den Zwiebeln, Majoran und Petersilie vermischen.

Aus der Hackfleischmasse mit angefeuchteten Händen kleine Frikadellen (Golfball-Größe) formen. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen, Frikadellen bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten goldbraun braten und etwas andrücken. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Im Backofen in einer ofenfesten Form mit Deckel nachziehen lassen.

Für den Kartoffelstampf:

Einen Topf mit Wasser aufsetzen und aufkochen.

Kartoffeln schälen, waschen und in das kochende Wasser geben. Salz zum Kochwasser geben. Garpunkt der Kartoffeln nach ca. 20 Minuten durch Einstechen mit einer Messerspitze überprüfen. Wasser abgießen und gleich danach Milch und Butter dazugeben. Muskatnuss reiben und 1 Msp. auffangen. Kartoffeln stampfen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Für den Rotkohl:

Rotkohl waschen und Strunk und äußere Blätter entfernen. 1 Viertel des Kopfes mit einer Küchenreibe fein raspeln. Zwiebel abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Butterschmalz in einem Topf erhitzen und Zwiebeln darin dünsten. Rotkohl dazu geben. Lorbeerblatt abzupfen und zusammen mit Zimtstange und Wacholderbeeren im Säckchen unterrühren. Mit Rotwein ablöschen. Essig, Zucker und $\frac{1}{2}$ TL Salz dazugeben und gut mischen.

Alles aufkochen und zugedeckt ca. 20 Minuten schmoren lassen. Ab und zu umrühren. Evtl. Wasser nachgießen, damit der Rotkohl nicht anbrennt.

Apfel schälen, vom Kerngehäuse befreien und vierteln. Apfel in kleine Stückchen schneiden und nach ca. 10 Minuten unter den Rotkohl heben.

Kohlflüssigkeit einkochen lassen. Gewürze entfernen. Kohl mit Essig, Zucker, Gelee und Salz abschmecken und bei mäßiger Hitze warmhalten.

Für die Sauce:

Rotwein mit etwas Bratensatz aus der Rotkohl-Pfanne reduzieren.

Fleischsud der Frikadellen und restlichen Bratensatz vom Rotkohl mit in die Pfanne geben und aufkochen. Kalbsfond, Butter und Zimt dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Wasser verdünnen, wenn die Sauce zu dickflüssig. Sauce in einem Topf absieben und auf dem Herd warmhalten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Dominik Goertz am 06. Januar 2020

Frikadellen mit Bratkartoffeln und zweierlei Dip

Für zwei Personen:

Für die Frikadellen:

200 g Rinderhack	100 g Lammhack	100 g Semmelbrösel
1 Knoblauchzehe	1 Zwiebel	1 Ei
2 EL Dijonsenf	1 Stück Ingwer	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Bratkartoffeln:

3 mittelgr. festk. Kartoffeln	1 große, rote Zwiebel	2 Wacholderbeeren
1 TL Kümmel	1 Lorbeerblatt	1 Nelke
Butterschmalz		

Für den ersten Dip:

1 Knoblauchzehe	1 Ei	2 EL Dijonsenf
400 ml Sonnenblumenöl	Salz, Pfeffer	

Für den zweiten Dip:

1 rote Paprikaschote	stückige Tomaten	2 EL Zucker
1 TL Chilisalz		

Für die Frikadellen:

Die Zwiebel abziehen, in Würfel schneiden und in Öl anbraten. Rosmarin und Thymian abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Knoblauch abziehen und fein hacken. Ingwer waschen und fein reiben. Zwiebel mit Fleisch, zwei Drittel der Semmelbrösel, Knoblauch, etwas Ingwer, Rosmarin, Thymian, Senf, Ei, Salz und Pfeffer vermengen und zu Frikadellen formen. Frikadellen in den restlichen Semmelbröseln wenden und ausbacken.

Für die Bratkartoffeln:

Einen Topf mit Wasser aufsetzen. Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Anschließend in Butterschmalz knusprig anbraten.

Zwiebel abziehen, klein hacken und mitanbraten. Lorbeerblatt abzupfen. Wacholderbeeren, geriebenen Kümmel, Lorbeerblatt und Nelke zum Aromatisieren mit in die Pfanne geben und vorm Servieren wieder entfernen.

Für den ersten Dip:

Ei aufschlagen. Öl langsam hinzugeben und eine Mayonnaise mit dem Stabmixer hochziehen. Knoblauch abziehen, fein hacken und zusammen mit Senf, Salz und Pfeffer zur Mayonnaise geben.

Für den zweiten Dip:

Paprika schälen, halbieren und vom Kerngehäuse und Scheidewänden befreien. Paprika mit den Tomaten, Zucker und dem Chilisalz mixen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Thomas Neumann am 15. Juni 2020

Frikadellen mit Feta und Kartoffel-Gurken-Salat

Für zwei Personen

Für die Frikadellen mit Feta:

300 g gemischtes Hackfleisch	150 g Fetakäse	1 altbackenes Brötchen
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 Zitrone
1 Ei	100 g Butter	300 ml Milch
4 EL mittelscharfer Senf	2 EL Tomatenmark	1 Bund Petersilie
1 Bund Thymian	1 EL getrockneter Majoran	2 EL Paprikapulver
Sonnenblumenöl	Salz	Pfeffer

Für den Kartoffel-Gurken-Salat:

400 g kleine, festk. Kartoffel	1 Karotte	1 Salatgurke
1 Zwiebel	500 ml Rinderfond	3 EL mittelscharfer Senf
6 EL Sonnenblumenöl	50 ml Branntweinessig	50 ml Kräuternessig
1 Bund Schnittlauch	Salz	Pfeffer

Für die Frikadellen mit Feta:

Das Brötchen in der Milch einweichen. Zwiebel und Knoblauch abziehen.

Zwiebel fein hacken, Knoblauch pressen. Petersilie und Thymian abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Butter in einen Topf geben und Zwiebel darin glasig dünsten.

Brötchen ausdrücken und mit dem Hackfleisch, Zwiebel, Knoblauch, Petersilie, Thymian, Ei Senf, Tomatenmark, Majoran und Paprikapulver zu einer homogenen Masse verarbeiten. Feta mit den Fingern zerbröseln und unter die Masse mischen. Zitrone unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Hackfleischmasse mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb abschmecken und kleine Frikadellen formen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Frikadellen von beiden Seiten goldbraun anbraten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für den Kartoffel-Gurken-Salat:

Kartoffeln waschen und in Salzwasser bissfest garen. Anschließend abgießen, abschrecken und pellen. Zwiebel abziehen und fein hacken.

Karotte schälen und in sehr feine Streifen schneiden. Fond in einen Topf geben und Zwiebel und Karotten kurz darin aufkochen lassen.

Kartoffeln in feine, gleichmäßige Scheiben reiben. Anschließend mit dem Fond übergießen und kurz ziehen lassen. Dann überschüssigen Fond abgießen und Kartoffeln mit Essig, Senf, Öl, Salz und Pfeffer abschmecken. Alles gut vermengen.

Salatgurke waschen und in feine Scheiben schneiden. Unter den Salat mischen.

Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und in feine Röllchen schneiden.

Kartoffelsalat damit garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Patrick Pieczyk am 28. September 2020

Frikadellen mit Feta-Füllung, Kohlrabi, Kartoffel-Püree

Für zwei Personen

Für das Kartoffelpüree:

400 g mehligk. Kartoffeln	75 ml Vollmilch	50 g Sahne
50 g Butter	1 Muskatnuss	Salz

Für das Kohlrabi-Gemüse:

400 g Kohlrabi	50 ml Milch	$\frac{1}{2}$ EL Butter
250 ml Gemüsefond	$\frac{1}{2}$ EL Mehl	1 Prise Salz

Für die Frikadellen:

300 g Hackfleisch	1 Scheibe Toastbrot	$\frac{1}{2}$ Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 Ei (M)	50 g Feta
1 Prise gemahl. Kreuzkümmel	$\frac{1}{4}$ TL Paprikapulver	$\frac{1}{4}$ TL getrock. Oregano
$\frac{1}{4}$ TL Zimt	$\frac{1}{4}$ TL Chilipulver	Öl, Salz, Pfeffer

Für das Kartoffelpüree:

Die Kartoffeln schälen, waschen und vierteln. In einem Topf mit 1 Liter Wasser und 2 TL Salz aufkochen. Bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten garen. Danach abgießen.

Milch und Sahne in einen Topf geben, aufkochen und kräftig mit Salz und geriebener Muskatnuss abschmecken.

Butter in Würfel schneiden, zu den heißen Kartoffeln geben, stampfen und anschließend zu einem Püree verarbeiten. Nach und nach die erwärmte Milch-Sahne-Mischung hinzufügen und das Püree cremig rühren. Erneut mit Salz und Muskat abschmecken.

Für das Kohlrabi-Gemüse:

Kohlrabi schälen und in Stücke schneiden. Fond mit Salz aufkochen, Kohlrabi zugeben und zugedeckt ca. 10-15 Minuten garen, bis dieser bissfest ist. Kohlrabi danach in einem Sieb abtropfen lassen und die Flüssigkeit auffangen. Etwa 100 ml davon abmessen und aufbewahren.

Butter bei mittlerer Hitze in einem Topf schmelzen, dann mit Mehl bestäuben und unter Rühren anschwitzen. Abgemessene 100 ml Kohlrabi-Wasser und Milch angießen und ca. 5 Minuten unter Rühren köcheln lassen. Sollte die Sauce zu fest sein, noch etwas Milch dazu gießen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann den Kohlrabi in die Sauce geben und schwenken.

Für die Frikadellen:

Toastbrot in Wasser einweichen. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Beides in etwas Öl bei mittlerer Hitze andünsten. Hackfleisch in eine Schüssel geben und Zwiebel und Knoblauch dazugeben.

Toastbrot ausdrücken, mit Ei und Kreuzkümmel, Paprikapulver, Oregano, Zimt und Chilipulver vermengen und zum Hackfleisch geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und alles zu einer homogenen Masse verkneten.

Hackfleischmasse in 6 Portionen teilen. Feta in 6 Würfel schneiden.

Jeweils eine Mulde in die portionierten Hackfleischbällchen drücken, ein Stück Feta in die Mitte legen und zu Frikadellen formen. Darauf achten, dass die Füllung gut verschlossen ist. Öl in einer Pfanne erhitzen und Frikadellen pro Seite ca. 4 Minuten anbraten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Daniela Bierbaum am 26. Oktober 2020

Frikadellen mit Kartoffel-Püree und Butter-Gemüse

Für zwei Personen

Für die Frikadellen:

250 g gemischtes Hack	1 Zwiebel	1 Ei
1 Knoblauchzehe	2 TL Mehl	1 EL Butter
1 altbackenes Brötchen	$\frac{1}{2}$ TL mittelscharfer Senf	$\frac{1}{2}$ TL getrock. Majoran
Paprikapulver	Margarine	Pfeffer, Salz

Für das Kartoffelpüree:

300 g mehligk. Kartoffeln	150 g Butter	125 ml Milch
1 Muskatnuss	Pfeffer	Salz

Für das Buttergemüse:

2 Möhren	200 g Zuckerschoten	2 Frühlingszwiebeln
30 g Butter	20 g Butterschmalz	$\frac{1}{2}$ Bund krause Petersilie
1 Prise Salz	1 Prise Zucker	

Für die Frikadellen:

Brötchen in Wasser einweichen. Zwiebel abziehen und eine Hälfte in feine Würfel schneiden und in Butter in einer Pfanne glasig anschwitzen.

Knoblauch abziehen und fein schneiden. Ei, Knoblauch und Zwiebeln mit dem Hack vermischen und mit Paprikapulver, Majoran, Senf, Salz und Pfeffer würzen. Brötchen ausdrücken und mit dem Hack vermengen. Aus der Masse Bällchen formen, eventuell in Mehl wälzen und in Margarine in einer Pfanne scharf anbraten. 1-2 Mal wenden und ca. 10-15 Minuten garen lassen.

Für das Kartoffelpüree:

Für das Kartoffelpüree:

Kartoffeln schälen und in einem Topf mit Salzwasser gar kochen. Milch in einem Topf erhitzen. Kartoffeln abgießen, durch die Presse drücken und mit Milch und Butter zu einem Püree verrühren. Mit Muskat und Salz und Pfeffer würzen.

Für das Buttergemüse:

Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Zuckerschoten waschen, Stielansätze abschneiden und Fäden an der Seite abziehen.

Zuckerschoten in kochendem Salzwasser 4 Minuten köcheln lassen und anschließend mit kaltem Wasser abschrecken.

Frühlingszwiebeln von der Wurzel befreien, in Ringe schneiden und zusammen mit den Möhren in einer Pfanne in Butterschmalz dünsten.

Salz und Zucker mit in die Pfanne geben, 2 Esslöffel Wasser dazugeben und 10 Minuten garen lassen. Abschließend mit Butter zum Glänzen bringen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und über das Gemüse streuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Heinz Löhner am 16. März 2020

Frikadellen mit Kartoffel-Püree und Gurken-Salat

Für zwei Personen

Für die Frikadellen:

250 g gem. Hackfleisch	50 g Speck	1 Brötchen
2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	1 Zwiebel
50 ml Milch	1 Ei	1 TL Senf
½ Bund glatte Petersilie	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
50 g Butter	Butterschmalz	100 ml Rinderfond
Olivenöl	1 EL Zucker	Salz, Pfeffer

Für das Kartoffelpüree:

500 g Kartoffeln	250 g Butter	100 ml Sahne
100 ml Milch	1 Muskatnuss	Salz, Pfeffer

Für den Gurkensalat:

1 Gurke	2 Schalotten	1 Zitrone (Saft)
150 g Schmand	½ Bund Dill	1 Zweig Schnittlauch
Zucker	Salz	Pfeffer

Für die Frikadellen:

Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Brötchen in Milch einweichen. Schalotten und Knoblauch abziehen und fein hacken. Speck würfeln. Pfanne heiß werden lassen und Schalotten, Knoblauch und Speck kurz anbraten. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, abzupfen und klein hacken. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und hacken.

Angebratene Schalotten, Knoblauch und Speck zusammen mit Ei, Senf, Rosmarin, Thymian und Petersilie unter das Hackfleisch mengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Frikadellen formen und in Butterschmalz anbraten und anschließend im Backofen warmstellen und fertig garen. Den Bratensatz mit Rinderfond ablöschen, einkochen und mit Salz würzen.

Zwiebel in Streifen schneiden, in Olivenöl und Butter anschwitzen und mit Zucker bestreuen, damit die Zwiebeln karamellisieren, zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Kartoffelpüree:

Kartoffeln schälen und in kochendes Salzwasser gegeben und ca. 20 Minuten kochen bis sie gar sind. Fertige Kartoffeln stampfen. Die Butter in Würfel schneiden und unter das heiße Püree mischen, bis sie vollständig aufgenommen ist. Milch und Sahne in einen Topf geben und aufkochen. Die heiße Milchsahne mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Milchsahne zu dem Kartoffelstampf geben und mit einem Schneebesen untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Gurkensalat:

Gurke waschen, schälen, entkernen und mit einem Sparschäler in dünne Streifen schneiden. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Dill waschen, trocken tupfen und klein hacken. Schalotten abziehen und fein hacken.

Schmand, Dill, Schalotten und etwas Zitronensaft zu einem Dip verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und mit den Gurkennudeln vermengen. Schnittlauch abbrausen, trocken wedeln und feinschneiden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Boško Nedovic am 16. Mai 2018

Frikadellen mit Kartoffel-Stampf, Tomaten-Sugo

Für zwei Personen

Für die Frikadellen:

250 g gemischtes Hackfleisch	125 g Mozzarella	$\frac{1}{2}$ Brötchen vom Vortag
50 g getrocknete Tomaten	50 g Speck	1 Ei
50 ml lauwarme Milch	2 Schalotten	2 Knoblauchzehen
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	2 Zweige glatte Petersilie
Chilipulver	4 EL Olivenöl	Butterschmalz
Salz	Pfeffer	

Für den Kartoffelstampf:

300 g mehligk. Kartoffeln	$\frac{1}{2}$ Zitrone	100 ml Gemüsefond
$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum	1 Muskatnuss	1 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für den Tomatensugo:

50 g schwarze Oliven	100 g getrocknete Tomaten	200 ml Tomatensaft
3 Knoblauchzehen	1 Zweig Thymian	1 Zweig Oregano
1 Prise Zucker	Olivenöl	Meersalz, Pfeffer

Für die Frikadellen:

Das Brötchen in kleine Würfel schneiden und in Milch einweichen. Schalotte und Knoblauch abziehen und mit getrockneten Tomaten und Speck fein würfeln. Alles in einer Pfanne anbraten und zum Schluss gehackte Petersilie unterheben.

Das Hackfleisch mit dem Brötchen und dem Ei vermengen und zu der Brötchenmasse geben. Alles mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken. Den Mozzarella in Scheiben schneiden. Aus der Hackmasse Frikadellen formen und in die Mitte eine Scheibe Mozzarella einarbeiten.

Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Frikadellen langsam anbraten. Die zweite Schalotte und den Knoblauch abziehen und in die Pfanne geben. Die Kräuter später mit in die Pfanne geben und die Frikadellen gelegentlich mit dem aromatisierten Öl übergießen.

Für den Kartoffelstampf:

Kartoffeln schälen, kochen und abschütten. Anschließend zusammen mit dem Gemüsefond und Olivenöl stampfen. Die halbe Zitrone, auspressen und etwas Zitronensaft dazugeben. Basilikum in Streifen schneiden und hinzugeben. Abschließend mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Für den Tomatensugo:

Knoblauch abziehen und fein hacken. Oliven mit den getrockneten Tomaten und Knoblauch kurz in Olivenöl angehen lassen. Anschließend mit einer Prise Zucker kurz karamellisieren lassen. Mit dem Tomatensaft ablöschen und mit den Kräutern einköcheln lassen. Abschließend mit Meersalz und Pfeffer abschmecken.

Die mediterranen Frikadellen mit Kartoffelstampf und Tomatensugo auf Tellern anrichten und servieren.

Benjamin Kraft am 28. Februar 2018

Frikadellen, dicke Bohnen, Kartoffel-Petersilien-Stampf

Für zwei Personen

Für die Frikadellen:

400 g Schweinehackfleisch	1 Zwiebel	1 Ei
2 TL Dijon-Senf	1 altbackenes Brötchen	75 g Semmelbrösel
Butterschmalz	Salz	Pfeffer

Für die dicken Bohnen:

75 g fetten Speck	400 g dicke Bohnen	1 Zwiebel
100 ml Milch	50 ml Sahne	$\frac{1}{2}$ Bund Bohnenkraut
1 TL getrocknetes Bohnenkraut	40 g Mehl	1 Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Für den Kartoffel-Stampf:

200 g Petersilienwurzeln	200 g mehligk. Kartoffeln	4 Zweige glatte Petersilie
75 ml Milch	20 g Butter	1 Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Für die Frikadellen:

Zwiebel abziehen und klein schneiden. Brötchen in Wasser einweichen, gut ausdrücken und mit Hackfleisch, Ei, Zwiebel und Senf vermischen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu einer homogenen Masse kneten. Frikadellen daraus formen, leicht in Semmelbrösel drehen und im Butterschmalz in einer Pfanne anbraten.

Für die dicken Bohnen:

Bohnen abgießen und Bohnenwasser auffangen. Bohnenkraut abbrausen, trockenwedeln und kleinschneiden. Speck klein würfeln.

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Speck in einem Topf auslassen und Zwiebeln darin anschwitzen, mit ein wenig Mehl bestäuben und mit Milch und etwas Bohnenwasser ablöschen. Bohnen und das getrocknete Bohnenkraut plus die Hälfte des frischen Bohnenkrauts dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

15 min zugedeckt bei kleiner Hitze köcheln lassen. Sahne hinzufügen und kurz aufkochen lassen.

Für den Kartoffel-Petersilien-Stampf:

Petersilienwurzeln und Kartoffeln schälen, würfeln und in kochendem Salzwasser 15-20 Minuten weich kochen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Petersilienwurzeln und Kartoffeln abgießen. Milch und Butter hinzufügen mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen. Mit dem Kartoffelstampfer alles fein zerdrücken.

Petersilie unterrühren und abgedeckt warm halten.

Frikadellen mit dicken Bohnen und Kartoffel-Petersilien-Stampf auf Tellern anrichten und mit dem restlichen Bohnenkraut garniert servieren.

Ralf Steinbusch am 12. August 2019

Gebackene Köfte mit Tzatziki und frittierten Auberginen

Für zwei Personen

Für die Köfte:

150g Rundkornreis	250g Rind Hackfleisch	250 g Lamm Hackfleisch
2 Zwiebeln	4 Eier	125 g Semmelbrösel
100 ml Sonnenblumenöl	Pfeffer, Salz	

Für die Auberginen:

1 Aubergine	Frittieröl	Salz
-------------	------------	------

Für das Tzatziki:

$\frac{1}{2}$ Salatgurke	500 g Joghurt (10%)	200 g Schmand
200 g Crème fraîche	2 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl
1 Zweig Minze	1 EL getrocknete Minze	Salz, Pfeffer

Für die Köfte:

Reis mit 250 ml Wasser kochen. Zwiebeln abziehen, fein würfeln und mit etwas Öl in der Pfanne anbraten. Hackfleisch mit Salz abschmecken und die Hälfte der Pfanne anbraten. Gebratenes Hackfleisch zum rohen Hackfleisch geben.

Reis abgießen und 2 Eier aufschlagen. Beides zum Hackfleisch geben und miteinander vermengen. Mit Pfeffer abschmecken und zu Buletten formen. Restliche Eier in einem tiefen Teller verquirlen. Semmelbrösel in eine zweite Schüssel geben. Buletten zunächst in Semmelbröseln und anschließend in Ei wenden und im restlichen Öl heiß in der Pfanne ausbacken.

Für die Auberginen:

Aubergine waschen und von den Enden befreien. In kleine Würfel schneiden und salzen. Im heißen Fett frittieren und anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das Tzatziki:

Öl und Joghurt, Schmand und Crème fraîche in einer Schüssel vermengen. Knoblauch abziehen und pressen. Mit in die Schüssel geben und mit Salz würzen. Gurke waschen, trocknen und raspeln. Zu dem Tzatziki geben und mit getrockneter Minze abschmecken. Mit frischer Minze garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Fatma Atalay am 11. Juli 2019

Gefüllte Auberginen mit Kichererbsen-Feta-Salat

Für zwei Personen

Für die Auberginen:

1 Aubergine	200 g Rinder-Hackfleisch	150 g Mozzarella
1 kleine Zwiebel	2 Zehen Knoblauch	½ Bund frischer Koriander
1 EL Tomatenmark	350 ml passierte Tomaten	2 TL edels. Paprikapulver
2 TL gerebelter Rosmarin	2 TL getr. Koriander	2 TL Kreuzkümmel
2 EL neutrales Öl	Salz	Pfeffer

Für die Spinatcreme:

200 g Ricotta	100 g Spinat	50 g Pinienkerne
Salz	Pfeffer	

Für den Salat:

1 Dose Kichererbsen	1 Schalotte	100 g Feta
½ Bund Koriander	½ Bund Petersilie	2 TL Kreuzkümmel
2 EL Öl	2 EL Essig	Salz, Pfeffer

Für die Auberginen:

Den Ofen auf 170 Grad vorheizen. Aubergine waschen, halbieren und die zwei Hälften mit einem Löffel aushöhlen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. In einer Pfanne mit etwas Öl anschwitzen, Rinderhack dazu geben und gut anbraten, Tomatenmark unterrühren. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Rosmarin, Kreuzkümmel und Koriander würzen. Passierte Tomaten dazu geben und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Unter die Hackfleischmasse heben.

Aubergine mit Ricotta-Spinat-Creme füllen. Hackfleischsauce darüber geben. Mozzarella in feine Scheiben schneiden und auf die Auberginen- Hälften legen. Für ca. 10 Minuten im Ofen überbacken.

Für die Ricotta-Spinatcreme:

Pinienkerne in einem Topf anrösten. Ricotta und Spinat dazu geben und kurz erhitzen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Kichererbsen-Feta-Salat:

Koriander und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Schalotte abziehen und fein würfeln. Feta würfeln. Kichererbsen abgießen und mit Feta, Schalotte und Kräutern vermischen. Mit Essig, Öl, Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Hendrik Büchter am 06. September 2018

Gefüllte Paprika mit geschichtetem Kartoffel-Salat

Für zwei Personen

Für die Rocoto:

4 kleine Spitzpaprika	250 g Rinderhack	1 Ei
2 Scheibletten-Käse	$\frac{1}{2}$ Zwiebel	1 Knoblauchzehe
2 Kalamata-Oliven	2 EL Rosinen	1 EL gelbes Ajipulver
1 TL gereb. Oregano	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Causa:

5 Kartoffeln	1 Avocado	1 Schalotte
1 Gurke	1 Tomate	1 Limette
3 EL Mayonnaise	1 EL Dijon- Senf	1TL Agavensaft
$\frac{1}{2}$ TL Kurkuma	$\frac{1}{2}$ TL rosenscharfes Paprikapulver	1 TL Sesamöl
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

1 Zweig Thai-Basilikum	20 g Kapernäpfel
------------------------	------------------

Für die Rocoto:

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Strunk der Spitzpaprika gerade abschneiden, er dient später als Deckel. Kerne entfernen und Schote gut abwaschen. In einem Topf mit gesalzenem Wasser blanchieren. Ei hart kochen.

Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Rosinen hacken. In einer Pfanne mit etwas Öl anschwitzen und Hackfleisch dazu geben. Anraten und mit Ajipulver, Oregano, Salz und Pfeffer würzen.

Hart gekochtes Ei in Scheiben schneiden und unter das Hackfleisch mischen. Fleischmasse in die Schoten füllen. In jede Rocoto eine Olive geben, Scheibe Käse darauf legen und den Strunk wieder auf die Schote setzen.

Schoten aufrecht in eine Auflaufform stellen und für ca. 20 Minuten im Backofen überbacken.

Für die Causa:

Gesalzenes Wasser im Topf zum Kochen bringen. Kartoffeln schälen und im Wasser garen. Wasser abgießen und Kartoffeln mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken. Limette halbieren, Saft auspressen und auffangen. Etwas Limettensaft, Senf, Kurkuma, Sesamöl und Paprikapulver verrühren und mit dem Kartoffelstampf vermengen.

Gurke und Tomate waschen, trockentupfen und in Würfel schneiden.

Schalotte abziehen und würfeln. Gurke, Tomate und Schalotte mit Salz, Agavensaft, Limettensaft und Pfeffer abschmecken. Mayonnaise unter das Gemüse mischen und abschmecken.

Avocado halbieren, entkernen. Fruchtfleisch mit einem Kugelausstecher ausnehmen und zerdrücken. Avocadomus mit Salz und Limette abschmecken.

Metallring auf einen Teller stellen. Hälfte vom Kartoffelstampf im Metallring festdrücken. Gemüse darauf verteilen, Avocadomus darauf streichen.

Restlichen Kartoffelstampf verteilen. Bis zum Servieren in Kühltruhe kalt stellen.

Für die Garnitur:

Thai-Basilikum abbrausen, trockenwedeln und Blätter vom Stiel zupfen. Gericht damit garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Monika Nguyenova am 15. August 2018

Goat-Cheese-Burger mit Bacon, Himbeer-Chili-Soße, Püree

Für zwei Personen

Für das Burger-Brötchen:

250 g Mehl	250 g Speisequark	1 Ei
1 Pck. Backpulver	50 g Zucker	1 EL Ahornsirup
2 EL schwarzer Sesam	2 EL weißer Sesam	1 Prise Salz

Für den Burger:

300 g Hackfleisch vom Rind	3 Scheiben Bacon	150 g Ziegenkäserolle
1 Tomate	1 kleine rote Zwiebel	1 Knoblauchzehe
3 Eier	1 TL scharfes Paprikapulver	1 TL getrockneter Oregano
½ TL Chilipulver	2 EL Rapsöl	Salz, bunter Pfeffer

Für die Sauce:

75 g frische Himbeeren	1 rote Chilischote	50 ml Ahornsirup
1 TL Himbeeressig		

Für das Püree:

2 Süßkartoffeln	3 Scheiben Bacon	1 Knolle Ingwer, à 3 cm
50 g Parmesan	2 EL Wasabi-Paste	50 ml Sahne
100 g eiskalte Butter	1 Muskatnuss	Salz, Pfeffer

Für den Gurkensalat:

1 Salatgurke	20 g Schmand	2 TL Weißweinessig
1 TL Wasabi-Paste	Salz	

Für das Burger-Brötchen: Den Ofen auf 200 Grad Heißluft vorheizen.

Ei mit Mehl, Speisequark, Backpulver, Zucker, Ahornsirup und etwas Salz vermengen. Brötchen daraus formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Für 20 Minuten im Ofen backen. Anschließend mit Sesam bestreuen.

Für den Burger: Zwiebel und Knoblauchzehe abziehen, fein hacken und mit Hackfleisch vermengen. Eier in die Hackmasse geben und mit Paprika, Oregano, Chili, Salz und Pfeffer würzen. Hackmasse zu Frikadellen formen und in Rapsöl braten. Speck in einer Pfanne kross braten. Kross gebratenen Speck auf das Patty legen. Ziegenkäse portionieren und auf dem Fleisch zum Schmelzen bringen. Anschließend flambieren. Tomaten waschen, trockentupfen und in Scheiben schneiden.

Für die Sauce: Chili kleinschneiden. Eine Messerspitze Chili mit Himbeeren, Himbeeressig und Ahornsirup vermengen und mixen.

Für das Püree: Ingwer schälen und feinschneiden. Parmesan reiben. Speck in einer Pfanne kross braten. Süßkartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden und in einem Topf mit reichlich Salzwasser ca. 15 Minuten kochen.

Würfel abgießen und mit der Ingwer, Parmesan, Sahne, Wasabi-Paste, Muskat, Salz und Pfeffer kräftig aufmixen. Mit eiskalter Butter cremig rühren und Speck garnieren.

Für den Gurkensalat: Gurke waschen, schälen und halbieren. Mit einem Löffel von den Kernen befreien und anschließend fein schneiden. Geschnittene Gurke reichlich salzen, in ein sauberes Geschirrhandtuch geben und ca. 10 Minuten in den Kühlschrank stellen. Anschließend das Handtuch kräftig auswringen, sodass das überschüssige Wasser der Gurken austritt. Die Gurken in eine Schale geben und mit Schmand, Wasabi und Essig verrühren. Mit Salz abschmecken. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Christian Stübinger am 11. November 2019

Grüne Ravioli mit Zitronen-Hack-Füllung, Zitronen-Butter

Für zwei Personen

Für den Teig:

1 Bund glatte Petersilie	220 g Mehl	2 Eier
1 EL Olivenöl	$\frac{1}{2}$ Salz	

Für die Füllung:

150 g Lammhackfleisch	2 Biozitrone	75 Parmesan
2 Eier	2 EL Semmelbrösel	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	50 ml trockenen Weißwein	5 Zweige Zitronenmelisse
1 Bund glatte Petersilie	Olivenöl	Pfeffer

Für die Zitronenbutter:

100 g Butter	1 Zitrone
--------------	-----------

Für die Garnitur:

75 g Parmesan

Für den Teig:

Petersilie waschen, Blätter abzupfen und grob hacken, mit Öl und Salz fein pürieren.

Aus 200 g Mehl, Ei, ca. 50 ml Wasser und dem Petersilienpüree eine glatten Teig kneten und kurz ruhen lassen. Das restliche Mehl später zum Ausrollen verwenden.

Für die Füllung:

Schalotte und Knoblauch abziehen und sehr fein hacken.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Lammhackfleisch unter Rühren anbraten. Schalotte und Knoblauch dazugeben. Salzen, pfeffern und mit Weißwein ablöschen. Alles bei mittlerer Hitze offen etwa 5 Minuten köcheln und abkühlen lassen.

Zitronenmelisse und Petersilie fein hacken, ein paar Blätter zum Garnieren beiseitelegen. Zitronen waschen und die Schale abreiben.

Kräuter mit Zitronenschale, geriebenem Parmesan, Semmelbröseln und einem Ei unter das Hackfleisch mischen und kräftig abschmecken.

Oben zubereiteten Nudelteig dünn ausrollen und die Hälfte im Abstand von 3 cm je einen Teelöffel Zitronen-Hackfleischfüllung darauf setzen. Die andere Teighälfte mit Ei bestreichen, auflegen, gut andrücken und ausstechen. Antrocknen lassen und 10 Minuten bei sanfter Hitze in Salzwasser garen.

Für die Zitronenbutter:

Butter erhitzen. Die Zitrone waschen, trocknen und den Saft auspressen. Anschließend die Zitronenschale hinein reiben.

Für die Garnitur:

Den Parmesan reiben. Ravioli aus dem Wasser nehmen, auf angewärmten Teller legen, mit Butter und Käse beträufeln und mit Petersilien- und Zitronenmelissenblättern garnieren.

Kilian Brandenburg am 10. Juli 2019

Grüner Risotto mit Kräuter-Frikadellen und Rucola-Pesto

Für zwei Personen

Für das Risotto:

250 g Risotto-Reis	1 Bund grüner Spargel	100 g TK-Erbesen
100 g Zuckerschoten	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
40 g Parmesan	3 EL Butter	50 ml trockener Weißwein
750 ml Gemüsefond	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Pesto:

100 g Rucola	2 Knoblauchzehen	50 g Pinienkerne
50 g Parmesan	50 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Frikadellen:

500 g gem. Hackfleisch	1 Knoblauchzehe	1 kleine Zwiebel
5 EL feine Haferflocken	100 ml Sahne	1 Ei
1 TL mittelscharfer Senf	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	4 Zweige Thymian
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	1 Msp. Edelsüßpaprika	3 EL Butter
Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

Für das Risotto:

Spargel waschen, holzige Enden abschneiden und nur das untere Drittel schälen. In schräge Stücke schneiden. Zuckerschoten waschen, Enden abschneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken. In Butter und Olivenöl glasig anschwitzen. Reis zugeben, kurz anrösten und nach und nach Fond und Weißwein zugießen. Erst wieder Flüssigkeit nachgießen, wenn sie komplett verdampft ist. Vorgang so oft wiederholen, bis die komplette Flüssigkeit aufgebraucht ist. In den letzten ca. 8 Minuten den Spargel zugeben. Kurz vor Schluss die Zuckerschoten und die TK-Erbesen unterrühren, so dass sie noch knackig grün sind. Parmesan grob reiben und unter das Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Pesto:

Rucola waschen, trockenschleudern. Knoblauchzehen abziehen, klein schneiden. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Parmesan grob reiben. In einer Moulinette Rucola, Parmesan, Knoblauch, Olivenöl und Nüsse fein mixen. Pesto mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Frikadellen:

Knoblauchzehe und Zwiebel abziehen und fein hacken. Kräuter abbrausen, trockenwedeln und ebenso fein hacken. Kräuter, Zwiebel und Knoblauch in einer Pfanne glasig anschwitzen. Herausnehmen und zusammen mit Hackfleisch, Haferflocken, Ei, Sahne und Paprika zu einer homogenen Masse verkneten. Hackmasse mit Salz und Pfeffer würzen, zu kleinen Frikadellen formen und in ausreichend Öl unter Wenden ca. 7 Minuten goldbraun braten.

Grüner Risotto mit Kräuter-Frikadellen und Rucola-Pesto auf Tellern anrichten und servieren.

Michael Sierk am 05. April 2018

Hack-Bällchen in arabischer Soße und Couscous

Für zwei Personen

Für die Hackbällchen:

250 g Rinderhack	1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen
2 Zweige glatte Petersilie	2 Zweige Koriander	$\frac{1}{2}$ TL Isot
1 TL Cuminpulver	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

2 Küchenzwiebeln	3 cm Ingwerstück	1 TL edelsüßes Paprikapulver
1 TL Cuminpulver	1 Prise Safran	4 EL Rinderfond
2 Zweige glatte Petersilie	2 Zweige Koriander	

Für den Couscous:

75 g Instantcouscous	1 EL Olivenöl	$\frac{1}{2}$ TL Sumach
Salz		

Für die Garnitur:

40 g Granatapfelkerne	2 Zweige glatte Petersilie	2 Zweige Koriander
-----------------------	----------------------------	--------------------

Für die Hackbällchen:

Die Zwiebel abziehen und fein reiben. Knoblauch abziehen und fein hacken. Petersilie und Koriander abbrausen, trockenwedeln und grob hacken. Isot, Cumin, eine Prise Salz und etwas Pfeffer gut miteinander vermengen und unter das Rinderhack mengen. Kleine Bällchen formen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Hackbällchen darin von allen Seiten ca. 3 Minuten anbraten.

Für die Sauce:

Zwiebel abziehen und fein reiben. Ingwer schälen und fein reiben.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Ingwer darin andünsten.

Mit etwas Rinderfond aufgießen.

Paprikapulver, Cumin und Safran hinzugeben und evtl. etwas Wasser hinzufügen, falls die Konsistenz zu dickflüssig sein sollte. Die Sauce leicht köcheln lassen.

Die angebratenen Hackbällchen in die Sauce geben und ca. 5 Minuten in der leicht köchelnden Sauce ziehen lassen.

Für den Couscous:

75 ml gesalzenes Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Von der Platte ziehen und Couscous hinzufügen. Nach ca. 5 Minuten mit einer Gabel auflockern und dabei Olivenöl und Sumach einarbeiten.

Für die Garnitur:

Petersilien- und Korianderblätter von den Stielen zupfen, abbrausen, trockenwedeln, grob hacken und kurz vorm Servieren in die Sauce geben. Granatapfelkerne kurz vorm Servieren über den Couscous geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Thomas Mau am 12. Oktober 2020

Hack-Bällchen in Tomaten-Soße, Paprika-, Zwiebel-Ringe

Für zwei Personen

Für die Hackbällchen:

400 g Hackfleisch vom Kalb	100 g Frühstücksspeck	1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 Ei	50 ml Milch
2 Scheiben Toast	2 TL mittelscharfer Senf	$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie
$\frac{1}{2}$ TL Pul-Biber	Salz	Pfeffer

Für die Tomatensauce:

5 Tomaten	1 Zwiebel	$\frac{1}{2}$ Zitrone
1 Lauchzwiebel	1 EL Tomatenmark	1 kleiner Schuss Rotwein
2 thail. Lorbeerblätter	1 Lorbeerblatt	200 ml Kokosmilch
Salz	Pfeffer	

Für das Paprikagemüse:

1 rote Paprika	1 gelbe Paprika	1 grüne Paprika
Knoblauch	1 Zweig Rosmarin	1 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Zwiebelringe:

2 große Zwiebeln	3 EL Mehl	2 TL scharfes Paprikapulver
Pflanzenöl	Salz	

Für den Reis:

100 g Basmatireis	$\frac{1}{2}$ TL feines Salz
-------------------	------------------------------

Für die Hackbällchen: Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Frühstücksspeckscheiben in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne zusammen mit der Zwiebel und dem Knoblauch anbraten. Toastscheiben in Milch einweichen und auspressen, Petersilie abbrausen, trocken wedeln und hacken. Alle Zutaten vermengen und kleine Bällchen formen.

Für die Tomatensauce: Die Tomaten waschen, anritzen und mit kochendem Wasser übergießen. Die Zwiebeln abziehen, fein hacken und in einem kleinen Topf anbraten. Tomatenmark hinzufügen und mit einem Schuss Rotwein ablöschen. Die Haut der Tomaten mit einem Messer abziehen und zu den Zwiebeln geben. Die Kokosmilch und die Lorbeerblätter zugeben und salzen. Anschließend die Sauce pürieren. Die Hackbällchen vorsichtig hineingeben und durchgaren lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Für das Paprikagemüse: Backofen auf 170 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Paprika waschen, schälen, halbieren, Kerngehäuse und Strunk entfernen. In eine feuerfeste Form geben, Salzen, pfeffern, den Rosmarinweig dazugeben und alles großzügig mit Olivenöl beträufeln. Durchmischen und für ca. 20 Minuten im Ofen garen. Mit einem Servierring Kreise ausstechen. Den schwarzen Knoblauch abziehen, fein hacken und über die Paprika streuen

Für die Zwiebelringe: Mehl, Salz und Paprikapulver vermischen. Zwiebel abziehen, in Ringe schneiden und in der Mehlmischung wenden. Im heißen Öl frittieren, bis die Zwiebelringe goldgelb sind. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Für den Reis: Den Reis mit Salzwasser im Verhältnis 1:2 mit geschlossenem Deckel bei niedriger Temperatur 20 Minuten quellen lassen.

Hackbällchen in Tomatensauce mit Reis, Paprika- und Zwiebelringen auf Tellern anrichten und servieren.

Lea Munz am 17. April 2018

Hack-Röllchen, Tomaten-Soße, Kartoffel-Stampf, Chicorée

Für zwei Personen

Für die Hackröllchen:

400 g gem. Hackfleisch	½ Brötchen vom Vortag	6 Scheiben Speck
2 Eier	1 TL Senf	1 Bund Petersilie
½ TL edelsüßes Paprikapulver	1 TL getrockneter Oregano	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Tomatensauce:

300 ml gehackte Tomaten	250 ml Rotwein	1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 EL Tomatenmark	1 Kugel Mozzarella
2 Zweige Thymian	1 TL getrockneter Oregano	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Tomatenconcassé:

3 Ochsenerztomaten	1 Zitrone	2 Zweige Dill
3 Zweige Petersilie	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für den Kartoffelstampf:

400 g Kartoffeln	100 ml Milch	200 g Butter
1 Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Für den Chicorée:

2 Chicorée	1 Orange	20 g Butter
Salz		

Für den Mini-Hackröllchen:

Das Brötchen in Wasser einweichen. Petersilie abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Hackfleisch mit Eiern, Senf, Kräutern und Gewürzen gut vermischen. Brötchen gut ausdrücken und unter die Hackmasse mischen, mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

Kleine Hackröllchen formen, mit Speck umwickeln und in Olivenöl rundherum anbraten. Vor dem Servieren aufschneiden.

Für die Tomatensauce:

Ofen auf 180 Grad vorheizen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Olivenöl erhitzen und Zwiebel und Knoblauch glasig dünsten. Tomatenmark dazu geben und mit Rotwein ablöschen. Gehackte Tomaten dazu geben. Thymian abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Frischen Thymian und getrockneten Oregano zur Sauce geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Sauce in eine feuerfeste Form geben, Hackröllchen rein legen.

Mozzarella in Scheiben schneiden und Hackröllchen mit Mozzarella belegen. Im Backofen ca. 15 Minuten überbacken.

Für das Tomatenconcassé:

Tomaten enthäuten, Kerngehäuse entfernen und Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Dill und Petersilie abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Mit Salz, Pfeffer, Dill und Petersilie sowie etwas Zitronensaft Olivenöl abschmecken und durchziehen lassen.

Für den Kartoffelstampf:

Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in gesalzenem Wasser gar kochen. Abgießen und mit einem Kartoffel-Stampfer zerkleinern.

Milch erwärmen, Butter unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat abschmecken.

Für den Chicorée:

Chicorée waschen, putzen und halbieren. Butter mit Prise Salz ausbraten. Chicorée mit der Schnittfläche nach unten in Butter legen und etwa drei Minuten lang braten, bis sie leicht angebräunt sind.

Anschließend wenden. $\frac{1}{2}$ Orange auspressen, Saft über Chicorée geben, etwas karamellisieren lassen. Die andere Orangenhälfte schälen, in Spalten schneiden und Orangenspalten über den Chicorée geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Ruth von Gostomski am 18. Dezember 2018

Hackbällchen in Tomaten-Soße, Garnelen, Patatas bravas

Für zwei Personen

Für die Hackbällchen:

200 g Rinderhackfleisch	1 Ei	50 g Paniermehl
2 Zweige Petersilie	250 ml gehackte Dosen-Tomaten	50 ml Gemüsefond
1 Schalotten	2 Knoblauchzehen	1 Zweig Thymian
1 Lorbeerblatt	1 Prise Zucker	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Garnelen:

5 Riesengarnelen mit Schale	1 Schalotte	1 Chili
1 Knoblauchzehe	2 Zweige Petersilie	4 EL Olivenöl
Salz		

Für die Patatas bravas:

200 g festk. Kartoffeln	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	1 Rosmarinzweig
2 TL Fenchelsamen	1 TL edelsüßes Paprikapulver	200 ml Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Aioli:

2 Eier, Zimmertemperatur	1 Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ Zitrone
200 ml neutrales Öl	Salz	Pfeffer

Für den Ziegenkäse:

1 Ziegenkäserolle	2 Strauch-Tomaten	1 TL flüssigen Waldhonig
2 Walnüsse	1 Zweig Thymian	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Hackbällchen:

Das Hackfleisch mit Ei und Paniermehl verkneten. Kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und sehr fein hacken. Petersilie unter die Hackfleischmasse geben und Masse zu Walnussgroßen Bällchen formen. Öl in Pfanne erhitzen und Bällchen von allen Seiten anbraten.

Schalotten abziehen, fein hacken und andünsten. Mit etwas Gemüsefond ablöschen. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Lorbeerblatt, Thymianzweig und zerhackten Knoblauch zugeben. Gehackte Tomaten hinzugeben und etwas einreduzieren lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Bällchen in Tomatensauce servieren.

Für die Garnelen:

Garnelen waschen und putzen. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken. Chili waschen, entkernen und ebenfalls fein schneiden. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Reichlich Öl in Pfanne erhitzen und Schalotten, Knoblauch und Chili darin andünsten. Garnelen dazu geben und kurz anbraten. Mit Salz und Petersilie abschmecken.

Für die Patatas bravas:

Kartoffeln schälen, waschen und würfeln. In gesalzenem Wasser kurz kochen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und Nadeln vom Stiel zupfen. Olivenöl in Pfanne erhitzen und Kartoffelwürfel darin goldbraun anbraten. Kartoffelwürfel mit Knoblauch, Rosmarin, Fenchelsamen, Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Aioli:

Ei mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer sowie einer gepressten Knoblauchzehe verrühren. Mit einem Stabmixer weiter mixen und währenddessen langsam das Öl begeben, bis eine cremige Masse entsteht.

Für den Ziegenkäse:

Tomaten waschen, vierteln und entkernen und mit etwas Öl beträufeln. Ziegenkäsescheibe drüber geben und Walnusskerne drauflegen. Honig, Fenchelsamen und Thymian darauf legen und im Ofen bei 200 Grad für 10 Minuten gratinieren.
Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

David Klinkhammer am 05. Februar 2019

Hackfleisch im Kartoffel-Knödel mit Bayerisch Kraut

Für zwei Personen

Für die Knödel:

500 g mehligk. Kartoffeln	1 Ei	50 g Kartoffelstärke
50 g Mehl	1 EL Butter	

Für die Hackfleisch-Fülle:

200 g gemischtes Hackfleisch	50 g Räucherspeckwürfelchen	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 Ei	1 EL Semmelbrösel
30 g getr. Öl-Tomaten	2 Zweige Majoran	2 Zweige Petersilie
1 EL Butter	Salz	Pfeffer

Für das Kraut:

$\frac{1}{2}$ Kopf Weißkraut	100 g Räucherspeck	1 Zwiebel
1 kleiner Apfel	1 EL Zucker	375 ml Geflügelfond
2 EL Apfelessig	1 EL Kümmel	1 TL Speisestärke
2 EL Gänseschmalz	Salz	Pfeffer

Für die Knödel:

Kartoffeln waschen, schälen, würfeln und in kochendem Salzwasser ca. 12 Minuten weich garen. Abgießen, abtropfen lassen und durch eine Presse drücken. Ei, Grieß, Mehl und Butter unterkneten und den Teig zu einer handgelenkdicken Rolle formen und in 4 Scheiben schneiden.

Für die Hackfleisch-Fülle:

Petersilie und Majoran abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Zwiebel und Knoblauch abziehen, ebenso fein hacken und zusammen mit dem Hackfleisch und dem Speck in Butter krümelig anbraten.

Mit Salz, Pfeffer, Majoran und Petersilie würzen. Getrocknete Tomaten klein schneiden und zugeben. Masse kurz abkühlen lassen, dann Ei und Semmelbrösel unter die Hackfleisch-Fülle mischen. Aus der Fülle vier Kugeln formen, auf den Teig geben, Teig schließen und zu Knödeln drehen. Knödel in leicht gesalzenem Wasser knapp unter dem Siedepunkt 10-12 Minuten gar ziehen lassen.

Für das Kraut:

Kohlkopf in vier Teile schneiden und den harten Strunk entfernen. Dann das Kraut in schmale Streifen schneiden und beiseite stellen. Speck würfeln und die Zwiebel abziehen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. In einem großen Topf Gänseschmalz erhitzen und den Speck zugeben und auslassen. Zucker darüber streuen und leicht bräunen lassen. Dann Zwiebelwürfel zufügen und anschwitzen. Nun die Kohlstreifen in den Topf geben und schmoren lassen. Wenn der Kohl beginnt, weich zu werden, den Fond zugießen.

Den Apfel schälen, entkernen, in Würfelchen schneiden und ebenfalls zugeben. Mit Salz, Pfeffer, Essig und Kümmel würzen. Das Kraut ca. 15 Minuten bei geschlossenem Deckel schmoren lassen.

Mit Hackfleisch gefüllter Kartoffelknödel mit bayerischem Kraut auf Tellern anrichten und servieren.

Michael Falkenhahn am 14. März 2018

Hackfleisch mit Tofu und Kokos-Reis

Für zwei Personen

Für das Mapo-Doufu:

150 g gemischtes Hackfleisch	300 g Tofu	1 Frühlingszwiebel
1 Knoblauchzehe	2 cm Ingwer	200 ml Gemüsefond
1 EL Sojasauce	1 EL Reiswein	1 EL Miso-Paste
$\frac{1}{2}$ TL Sambal Oelek	1 Msp. gemahl. Kardamom	1 EL Zucker
1 EL Stärkemehl	$\frac{1}{2}$ EL Sesamöl	$\frac{1}{2}$ EL neutrales Öl

Für den Reis:

180 g Langkornreis	100 ml Kokosmilch	2 EL Kokosflocken
Salz		

Für das Mapo-Doufu:

Den Tofu in ca. 2 cm große Würfel schneiden und in einem Küchentuch gut abtropfen lassen. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und den Tofu darin anbraten. Anschließend zur Seite stellen.

Eine erste Sauce aus Sojasauce, Reiswein, Miso-Paste, Zucker und Gemüsefond anrühren. Eine zweite Sauce aus Stärkemehl, 1 EL Wasser, Sesamöl und neutrales Öl anrühren.

Frühlingszwiebel und Knoblauch abziehen und klein schneiden. Ingwer reiben. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen, den Knoblauch und $\frac{1}{2}$ TL geriebenen Ingwer anbraten. Hackfleisch, Sambal Oelek und $\frac{3}{4}$ der Frühlingszwiebel hinzufügen und krümelig anbraten. Angerührte zwei Saucen hinzufügen und weiterbraten.

Sobald das Ganze eine etwas Gulaschähnliche Konsistenz angenommen hat, mit dem Kardamom abschmecken. Zum Schluss angebratenen Tofu hinzugeben und kurz verrühren.

Für den Reis:

Den Reis in ausreichend Wasser mit der Kokosmilch zusammen kochen.

Danach abgießen und salzen. Kokosflocken in einer Pfanne kurz anrösten und den Reis damit garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Christian-Johannes Weigl am 02. März 2020

Hackfleisch-Bällchen mit Minz-Dip und Couscous

Für zwei Personen

Für die Hackfleischbällchen:

300 g Rinderhackfleisch	1 Ei	1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	Sonnenblumenöl
Salz	Pfeffer	

Für den Couscous:

200 g Couscous	2 EL Butter
----------------	-------------

Für die Sauce:

200 g Möhren	2 rote Paprika	2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen	200 ml Geflügelfond	400 g gehackte Tomaten
2 EL Tomatenmark	1 TL Currypulver	1 TL Chilipulver
1 TL Kurkuma	Salz	

Für den Minz-Dip:

200 g Naturjoghurt	1 Zitrone	4 Stiele Minze
Salz		

Für die Hackfleischbällchen:

Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Koriander abrausen, trockenwedeln und ebenfalls fein hacken. Hackfleisch mit Zwiebeln, Knoblauch, Koriander und Ei vermengen. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu kleinen Bällchen formen. In einer Pfanne mit Öl gleichmäßig anbraten.

Für den Couscous:

300 ml Wasser in einer Pfanne aufkochen lassen, dann ausschalten und den Couscous einrühren. Für ca. 10 Minuten quellen lassen. Kurz vor dem Servieren Butter unter den Couscous rühren.

Für die Sauce:

Karotten putzen, schälen und klein schneiden. Paprika halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und klein schneiden. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und hacken. Das Gemüse in einen Topf geben und kurz mit Tomatenmark anschwitzen. Mit ca. 800 ml Wasser ablöschen, dann Geflügelfond und gehackte Tomaten hinzugeben und schließlich alles mit Currypulver, Chilipulver, Kurkuma und Salz abschmecken.

Für den Minz-Dip:

Minze abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Zitrone unter heißem Wasser abspülen. Halbieren und den Saft auspressen. Joghurt mit Minze und 2 TL Zitronensaft verrühren. Mit Salz abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Felix Söhnholz am 02. September 2019

Handkäs-Tatar, Vinaigrette, Crumble, Frikadellen, Salat

Für zwei Personen

Für das Handkäs-Tatar:

2 Frühlingszwiebeln	1 säuerlicher Apfel	4 Radieschen
250 g Harzer Käse mit Kümmel	6 EL Apfelwein	2 EL Kräuteressig
1 Bund Schnittlauch	4 Zweige glatte Petersilie	4 EL Speiseöl
Kresse	Essbare Blüten	2 EL ganzer Kümmel
1 EL gemahlener Chili		

Für den Pumpernickel-Crumble:

4 Scheiben Pumpernickel	2 EL gehackte Haselnüsse	2 EL Butter
-------------------------	--------------------------	-------------

Für die Frikadellen:

250 g gem. Hackfleisch	1 rote Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 Ei	2 EL Speisequark, 20%	2 EL getrockneter Majoran
4 Zweige glatte Petersilie	Butterschmalz	Salz
Pfeffer		

Für den Salat:

150 g Feldsalat	1 rote Zwiebel	1 Zitrone
1 Spritzer flüssiger Süßstoff	4 EL Schmand	4 Stiele Schnittlauch
4 EL Speiseöl	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

Apfelwein	Mineralwasser
-----------	---------------

Für das Handkäs-Tatar:

Den Handkäse sehr feinschneiden. Frühlingszwiebeln, Apfel und Radieschen waschen, schälen und kleinschneiden. Schnittlauch und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Aus Apfelwein, Kräuteressig, Öl, Kümmel und Chili eine Vinaigrette herstellen und mit dem Käse, Apfel, Radieschen, Zwiebeln und Kräutern vermengen. Ziehen lassen.

Für den Pumpernickel-Crumble:

Pumpernickel kleinschneiden und mit gehackten Haselnüssen vermengen. In einer Pfanne mit Butter rösten.

Für die Frikadellen:

Zwiebel und Knoblauch abziehen und kleinhacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Hackfleisch mit Zwiebel, Knoblauch, Petersilie, Majoran, Ei, Quark, Salz und Pfeffer vermengen. Zu kleinen Frikadellen formen und in einer Pfanne mit Butterschmalz braten.

Für den Salat:

Zwiebel abziehen und kleinhacken. Schnittlauch abbrausen trockenwedeln und fein hacken. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Feldsalat waschen und trockenschleudern. Die trockenen Enden abschneiden. Zwiebel mit Zitronensaft, Süßstoff, Öl, Schmand und Schnittlauch vermengen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und den Feldsalat damit vermengen.

Für die Garnitur:

Apfelwein mit etwas Mineralwasser mischen und zum Gericht servieren. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Anna Schubert am 20. Juli 2020

Köfte im Nuss-Mantel, Rote-Bete-Salat, Tortilla

Für zwei Personen

Für die Köfte:

200 g Lammhack	25 g Paniermehl	20 geschälte Pistazien
10 geschälte Walnüsse	4 EL süße ChilisaUCE	1 TL Fenchelsamen
Salz	Pfeffer	

Für den Minz-Joghurt:

1 reife Avocado	1 Limette	3 EL Naturjoghurt, 0,1%
2 Zweige Minze		

Für die Weizentortilla:

250 g Mehl	2 EL Olivenöl	Salz
------------	---------------	------

Für den Rote Bete-Salat:

1 Knolle vorgeg. Rote-Bete	$\frac{1}{4}$ frischer Rotkohl	1 EL Weißweinessig
1 EL Zucker	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

6 Radieschen	60 g Feldsalat
--------------	----------------

Für die Köfte:

Fenchelsamen, Pistazien und Walnüsse in einem Mörser zerkleinern.

Lammhack mit Paniermehl, Salz und Pfeffer in einer Schüssel verkneten und in 2 längliche Köfte-Formen bringen oder um befeuchtete Holzspieße drücken. In einer Grillpfanne goldbraun anbraten. Danach mit ChilisaUCE bestreichen und in der Pistazien-Walnuss-Fenchel-Mischung rollen.

Für den Minz-Joghurt:

Avocado halbieren, Kern entfernen und Fleisch einer halben Avocado mit Joghurt vermengen. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen.

Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Limettensaft und gehackte Minze mit der Joghurt-Avocado-Masse vermengen.

Für die Weizentortilla:

In einer großen Schüssel Mehl mit etwas Salz aufhäufen und in der Mitte eine Mulde eindrücken. Vorsichtig Öl und 150 ml Wasser einrühren.

Wenn sich ein klebriger Teig bildet, Teig kneten bis er geschmeidig ist. Kleine Kugeln formen und mit einem feuchten Tuch bedecken. Nach ca. 20 Minuten diese Kugeln mit einem Nudelholz auswellen und gelegentlich einmehlen. Teig in einer Pfanne bei mittlerer Hitze backen.

Für den Rote Bete-Salat:

Rote Bete schälen und zusammen mit Rotkohl in feine Streifen schneiden. Rotkohl-Streifen waschen und trockenschleudern. Rotkohl und Rote Bete mit Essig, Zucker, Salz und Pfeffer in einer Schüssel vermengen.

Für die Garnitur:

Feldsalat waschen und trockenschleudern. Tortilla zuerst mit Joghurt bestreichen, dann mit dem Feldsalat, den Köfte und der roten Bete füllen. Radieschen als Garnitur auf dem Teller verteilen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Nicolas Weber am 24. Oktober 2019

Köfte mit Bulgur, Tomaten-Paprika-Salat, Joghurt-Minz-Dip

Für zwei Personen

Für die Köfte:

200 g Rinderhack, mind. 30%	100 g Lammhack, mind. 30%	½ Zwiebel
1 Zweig Petersilie	1 Zweig Koriander	2 EL Panko
4 EL Milch	1TL Kreuzkümmel	1TL Zimt
½ TL Harissa	½ TL Pul Biber	1 Prise Cayennepfeffer
1 EL Paprikapulver, edelsüß	1 TL Paprikapulver, rosenscharf	1 TL Natron
Salz	Pfeffer	

Für den Bulgur:

200 g Bulgur	1 Limette	8 Datteln
1 Zwiebel	50 g Pistazien	1 Granatapfel
4 Zweige Koriander	2 EL Butter	1 ½ EL Tomatenmark
½ TL Kreuzkümmel	1 TL Granatapfelsirup	Salz

Für den Salat:

3 Tomaten	½ Knoblauchzehe	3 grüne, türkische Paprika
4 Zwiebeln	2 Zweige Minze	4 Zweige glatte Petersilie
1 EL Biber Salcasi, scharf	2 EL Tomatenmark	1 EL Zitronensaft
4 EL Olivenöl	2 TL Granatapfelsirup	2 EL Paprikapulver, edelsüß
Salz	Pfeffer	

Für den Joghurt-Minz Dip:

½ Gurke	2 Zweige Minze	200 g Naturjoghurt (10%)
½ EL Mayonnaise	1 Knoblauchzehe	½ TL Kreuzkümmel
1 EL Zitronensaft	Salz	Pfeffer

Für die Köfte:

½ Zwiebel schälen, reiben und leicht ausdrücken. Petersilien- und Korianderblätter von den Zweigen zupfen und hacken. Mit dem Rinder- und Lammhackfleisch vermischen. Fleischmasse mit Koriander, Kreuzkümmel, Zimt, Harissa, Pul Biber, Salz, Cayennepfeffer und edelsüßem und scharfem Paprikapulver würzen. Natron dazu geben und gut untermischen.

Panko in eine Schüssel geben und mit 4 EL Milch einweichen. Zu der Hackfleischmasse geben und 10 Minuten durchziehen lassen.

Köfte mit der Hand formen und ohne Fett in die heiße Pfanne geben. Je nach Größe ca. 3 min. von allen Seiten anbraten.

Für den Bulgur:

Wasser im Wasserkocher zum Kochen bringen. Zwiebel häuten und in feine Würfel schneiden. Butter in einem Topf anschwitzen.

Bulgur hineingeben und anschwitzen. 1 EL Tomatenmark unterrühren und kurz anbraten. Dann den Bulgur mit ca. 150 ml kochendem Wasser aufgießen. 1 TL Salz hinzugeben, kurz aufkochen lassen und zur Seite stellen. Bulgur 15 Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit Datteln und Pistazien hacken. Korianderblätter von den Zweigen zupfen und ebenfalls hacken. Granatapfelkerne eines halben Granatapfels auslösen. Pistazien, Datteln, Granatapfelkerne und den Koriander in den fertig gezogenen Bulgur geben. Mit Kreuzkümmel und Granatapfelsirup würzen.

Limette waschen, trocken reiben, halbieren und eine Hälfte auspressen, von der anderen Hälfte feine Zesten abreiben. 1 EL Limettensaft sowie den Abrieb hinzugeben.

Für den Salat:

Tomaten durch eine Reibe drücken und die Schale nicht weiter verwenden. Zwiebeln häuten und

ebenfalls auf einer Reibe raspeln und leicht ausdrücken. $\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe häuten und in feine Würfel schneiden. Paprika in ca. 0,5 cm große Würfel schneiden.

Tomaten- und Zwiebelmasse, Paprika und Knoblauch in eine Schüssel geben und mit Tomatenmark, Biber Salcasi, Zitronensaft, Olivenöl, Granatapfelsirup und Paprikapulver vermengen. Die Petersilie und Minze von den Zweigen zupfen, grob hacken und unter den Salat mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. 1 Knoblauchzehe häuten, pressen und unter den Joghurt mischen. $\frac{1}{2}$ Gurke entkernen, raspeln und unter den Joghurt mischen. Minzblätter von den Zweigen zupfen, hacken und unter den Joghurt mischen.

Joghurt mit Zitronensaft, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss Mayonaise unterheben.

Köfte und Bulgur auf Tellern anrichten. Joghurt-Minz-Dip und Tomaten- Paprika-Salat in zwei Schälchen geben und servieren.

Tatjana Büttner am 26. September 2018

Köfte mit Fladenbrot, Cacik, Rucola, Couscous-Salat

Für zwei Personen

Für die Köfte:

250 g Lammschulter	250 g Rindernacken	1 Knoblauchzehe
1 Ei	1 Scheibe Weißbrot	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
$\frac{1}{2}$ Bund Nanaminze	Öl	1 EL Koriandersamen
1 EL Kreuzkümmelsamen	1 EL Pul Biber	1 EL Sumach
1 TL Zimt		

Für das Fladenbrot:

200 g Mehl	200 g griech. Joghurt	4 Zweige glatte Petersilie
Olivenöl	1 Pck. Backpulver	1 Prise Salz

Für die Cacik:

100 g türkischer Joghurt	1 kleine Gurke	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
Pul Biber	Sumach	

Für den Couscous-Salat:

100 g Couscous	1 Granatapfel	1 Zitrone
20 g Walnusskerne	$\frac{1}{2}$ Bund Minze	$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum
Olivenöl, Salz	Cayennepfeffer, Pfeffer	

Für die Köfte:

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lammschulter und Rindernacken in grobe Stücke schneiden und in den Fleischwolf geben. Fleisch anschließend in eine Schüssel geben und ein Ei untermischen. Minze und Petersilie abbrausen, trockenwedeln, feinhacken und dazugeben. Koriandersamen, Kreuzkümmelsamen, Pul Biber, Sumach und Zimt im Mörser klein mahlen und ebenfalls dazu geben. Knoblauch abziehen und zum Fleisch pressen. Weißbrot in der Pfanne rösten und kleinschneiden. Dieses ebenfalls unter das Fleisch mischen.

Köfte zu kleinen Würsten formen und in einer Grillpfanne mit Öl braten.

Für das Fladenbrot:

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Mehl, Joghurt, Salz und Backpulver zu einem Teig vermengen.

Teig auf einem Backpapier ausbreiten, mit Olivenöl bestreichen, gehackte Petersilie darüber geben und für 15 Minuten backen.

Für die Cacik:

Joghurt in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen cremig rühren. Gurke waschen, trockentupfen, halbieren und mit einem Löffel das Kerngehäuse entfernen. Gurke in feine Streifen schneiden. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, feinhacken und unterheben. Mit Salz, Pul Biber und Sumach abschmecken.

Für den Couscous-Salat:

Couscous in der doppelten Menge heißem Salzwasser quellen lassen.

Granatapfel schälen und die Kerne entfernen. Minze und Basilikum abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Zitrone halbieren, Saft auspressen und auffangen. Walnüsse hacken.

Couscous auflockern, Granatapfelkerne, Walnusskerne, Minze, Basilikum und Zitronensaft hinzugeben. Mit Olivenöl und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Johannes Müller am 15. Juli 2019

Köfte mit Gemüse, Kräuter-Joghurt, Petersilien-Couscous

Für zwei Personen

Für die Köfte:

500 g Rinderhack	2 kleine Knoblauchzehen	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
1 $\frac{1}{2}$ TL gemahl. Kreuzkümmel	$\frac{1}{4}$ TL gemahl. Kardamom	$\frac{1}{4}$ TL gemahl. Kurkuma
1 $\frac{1}{2}$ TL grobes Meersalz	Pfeffer	2 EL Olivenöl

Für das Gemüse:

2 kleine Zucchini	1 kleine Aubergine	1 gelbe Paprikaschote
1 rote Paprikaschote	3 Tomaten	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	4 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für den Kräuter-Joghurt:

150 g Naturjoghurt	50 g Tahini	2 Zweige Minze
2 Zweige Rosmarin	1 Zweig Basilikum	1 Zitrone
grobes Meersalz	1 EL Olivenöl	

Für die Köfte:

Den Knoblauch abziehen und die ganze Zehe fein hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Hackfleisch, Knoblauch, Petersilie, Kreuzkümmel, Kardamom und Kurkuma in einer Schüssel vermengen. Mit grobem Meersalz und Pfeffer würzen. 6 gleichförmige, 2 cm dicke Rohlinge formen. In die Mitte jeweils eine Vertiefung eindrücken. Köfte mit Öl bestreichen und für 8-10 Minuten bei geschlossenem Deckel scharf anbraten.

Für das mediterrane Gemüse:

Zucchini waschen und in Scheiben schneiden. Aubergine waschen, längs vierteln und quer in Scheiben zerteilen. Paprika und Tomate waschen und würfeln.

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und würfeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch, Zwiebeln und Paprika darin unter gelegentlichem Wenden ca. 5 Minuten bei mittlerer Temperatur braten.

Zucchini und die Aubergine hinzufügen und weitere 5-7 Minuten braten.

Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Tomaten dazugeben und 2-3 Minuten fertig garen.

Für den Kräuter-Joghurt:

Minze, Rosmarin und Basilikum abbrausen und trockenwedeln. Blätter abzupfen und jeweils 2 EL fein hacken. Zitrone halbieren und auspressen. Joghurt, Tahini, Minze, Rosmarin, Basilikum und 1 EL Zitronensaft miteinander vermengen und mit Salz und Olivenöl abschmecken. Für den Petersilien-Couscous 200 g Couscous 2 Stängel glatte Petersilie Salz, aus der Mühle Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle . 250 ml Wasser erhitzen. Couscous in einer Schüssel salzen und mit dem kochend heißen Wasser übergießen. Zugedeckt quellen lassen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Couscous mit 3 EL gehackter Petersilie vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Julia Längen am 29. Juli 2019

Köfte mit Möhren-Joghurt und weißem Bohnen-Salat

Für zwei Personen

Für die Köfte:

130 g Hackfleisch vom Lamm	120 g Hackfleisch vom Rind	50 g Brötchen, vom Vortag
1 Zwiebel	2 Zehen Knoblauch	1 Ei
$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	$\frac{1}{2}$ TL gemahl. Kreuzkümmel	$\frac{1}{2}$ TL Chiliflocken
Sonnenblumenöl	Butter	Salz, Pfeffer

Für den Bohnen-Salat:

200 g gekochte weiße Bohnen	1 rote Paprikaschote	1 gelbe Paprikaschote
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	40 ml Gemüsefond
$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	2 EL weißer Balsamico	$\frac{1}{2}$ TL gemahl. Kreuzkümmel
1 TL Anapurna-Curry	Salz	Pfeffer

Für den Möhren-Joghurt:

2 Möhren	200 g Sahnejoghurt (10%)	1 Knoblauchzehe
1 EL gehackte Walnüsse	getrock. Minze	getrock. Dill
1 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Köfte:

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen, klein hacken und in einer Pfanne in Butter glasig dünsten. Mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, Chiliflocken und Zucker würzen. Pfanne vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Brot kurz in Wasser einweichen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Hackfleisch mit Zwiebel-Knoblauch-Mischung, Ei und Petersilie in einer Schüssel vermischen. Weißbrot ausdrücken und hinzufügen. Die Masse verkneten.

5 Zentimeter lange und 1 Zentimeter dicke Köfte formen. Öl in der Pfanne erhitzen und die Köfte 8 bis 10 Minuten durchbraten. Zum Schluss aufspießen.

Für den Bohnen-Salat:

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Paprikaschoten waschen, trockentupfen, entkernen und mit der Hautseite nach oben auf ein Backblech legen. Auf der obersten Schiene 7 Minuten rösten. Die Paprika herausnehmen, mit Alufolie abdecken und 10 Minuten ruhen lassen. Anschließend häuten und in Streifen schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen und klein hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken.

Bohnen mit Schalotten, Knoblauch, Petersilie, Paprika, Essig, Kreuzkümmel, Currypulver und Gemüsefond in einer Schüssel vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Möhren-Joghurt:

Möhren schälen und ungefähr 15 Minuten in einem Topf mit Wasser bissfest kochen. Anschließend abkühlen lassen. Knoblauch abziehen und pressen. Mit Joghurt, Olivenöl und Möhren vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Walnüsse ohne Fett in einer Pfanne anrösten. Marinierte Möhren mit Dill, Minze und Walnüssen garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Stefanie Hiermüller am 04. März 2020

Köfte mit Tahin-Soße und Portobello-Pilzen aus dem Ofen

Für zwei Personen

Für die Köfte:

200 g Rinderhack	200 g Lammhack	5 kleine Tomaten
1 Zwiebel	1 Ei	100 ml Lammfond
50 ml Olivenöl	½ Bund glatte Petersilie	10 Koriandersamen
1 TL Kardamom	1 TL gemahlener Kumin	1 TL gemahlener Zimt
1 TL Piment	Paprikapulver	Muskatnuss
Butterschmalz	Salz	Pfeffer

Für den Tahin-Spiegel:

1 Glas helle Tahin Sauce	1 Knoblauchzehe	1 Zitrone
Salz	Pfeffer	

Für das Gemüse:

2 Portobello Pilze	1 Fenchelknolle	3 Schalotten
1 Knoblauch Knolle	2 Zitronen	500 ml Weißwein
200 ml Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

½ Granatapfel	50 g Pinienkerne	2 Zweige Koriander
1 TL Paprikapulver		

Für die Köfte:

Den Ofen auf 230 Grad Grillfunktion einstellen.

Zwiebel abziehen und feinschneiden. Koriandersamen mörsern. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Tomaten waschen, trockentupfen und kleinhacken. Rinder- und Lammhack mit Tomaten, Petersilie, Zwiebel, Ei, Olivenöl, Fond und den ganzen Gewürzen in einer Schüssel vermengen.

Mehrere Bälle daraus formen und in Butterschmalz anbraten.

Anschließend in den Ofen bei 200 Grad Heißluft geben und garziehen lassen.

Für den Tahin-Spiegel:

Zitrone halbieren und Saft auspressen. Knoblauch abziehen und feinschneiden. Tahin mit Zitronensaft, Knoblauch, Salz, Pfeffer und Wasser zu einer sämigen Paste rühren und als Spiegel auf Teller ausstreichen.

Für das Gemüse:

Pilze putzen und vierteln. Fenchel putzen und kleinschneiden. Schalotten und Knoblauch abziehen und feinhacken. Pilze, Fenchel, Schalotten, Knoblauch, Weißwein, Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer in eine Auflaufform geben und im Ofen grillen.

Für die Garnitur:

Granatapfelkerne herauslösen. Koriander abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Pinienkerne in einer Pfanne von allen Seiten rösten.

Paprikapulver, Granatapfelkerne, Koriander und Pinienkerne über dem Gericht verteilen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Saudi Wolde-Mikael am 17. August 2020

Köfte-Auberginen-Spieße, Tomaten-Salat, Gemüse-Bulgur

Für zwei Personen

Für die Spieße:

150 g Lammhackfleisch	150 g Rinderhackfleisch	1 dünne, längl. Aubergine
1 rote Zwiebel	1 Zitrone	1 Ei
4 EL Paniermehl	15 g Koriander	15 g glatte Petersilie
1 TL gemahl. Kreuzkümmel	1 TL gemahl. Koriandersamen	1 TL edels. Paprikapulver
$\frac{1}{2}$ TL Chilipulver	$\frac{1}{4}$ TL gemahl. Kurkuma	$\frac{1}{4}$ TL Zimt
Salz	Pfeffer	

Für den Tomatensalat:

125 g Kirschtomaten	1 Zitrone	$\frac{1}{2}$ TL Honig
1,5 EL Olivenöl	5 Zweige Minze	$\frac{1}{4}$ TL Chiliflocken
Salz		

Für den Gemüse-Bulgur:

100 g mittelkörniger Bulgur	1 rote Paprika	1 gelbe Paprika
1 rote Zwiebel	150 ml Gemüsefond	1 TL Sumak
15 g glatte Petersilie	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Tahina:

100 g Tahina	1 Zitrone	Salz, Pfeffer
--------------	-----------	---------------

Für die Köfte-Auberginen-Spieße:

Den Backofen auf 230 Grad Umluft-Grill vorheizen.

Holzspieße in Wasser legen.

Zwiebel abziehen und fein hacken. Koriander und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und ebenfalls hacken. Zitrone halbieren und den Saft auspressen.

Lammhackfleisch, Rinderhackfleisch, Zwiebel, 1 Esslöffel Zitronensaft, Ei, Paniermehl, Koriander, Petersilie, Kreuzkümmel, Koriandersamen, Paprikapulver, Chilipulver, Kurkuma und Zimt gut miteinander vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und aus der Masse ca. 5 cm lange und 3 cm dicke Köfte formen.

Aubergine waschen, trockentupfen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Olivenöl beträufeln und mit Salz würzen.

Köfte und Auberginenscheiben auf Spieße stecken, Spieße auf das Ofengitter geben und im vorgeheizten Backofen auf mittlerer Schiene 14 Minuten grillen.

Bevor Sie die gesamte Hackfleischmasse zu Bällchen, Köfte, o.ä. formen und braten, sollten Sie immer eine Probe machen. Braten Sie dazu etwas Hackfleisch an und probieren Sie es. Hackfleisch schmeckt warm und gegart intensiver als kalt und roh. Nach dem Probebraten haben Sie dann die Möglichkeit, der Masse den Feinschliff zu verpassen. Wer Hackfleisch pikant abschmecken möchte, kann sich grundsätzlich Folgendes merken: Auf 1 Kilogramm Hackfleisch kommen 18 Gramm Salz.

Für den Tomatensalat:

Tomaten waschen, trockentupfen und vierteln. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. 1 Esslöffel Zitronensaft, Honig, Chiliflocken und Olivenöl zu einer Marinade verrühren. Mit Salz abschmecken. Tomaten damit vermengen und ca. 15 Minuten marinieren.

Minze abbrausen, trockenwedeln und leicht hacken. Kurz vor dem Servieren unter den Salat heben.

Für den Gemüse-Bulgur:

Fond in einem Topf aufkochen lassen, Bulgur einrühren und bei niedriger Hitze ca. 25 Minuten ziehen lassen. Dabei immer wieder umrühren.

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Rote und gelbe Paprika waschen, trockentupfen, halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien.

Ebenfalls fein würfeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebelwürfel sowie rote und gelbe Paprikawürfel darin ca. 5 Minuten bissfest braten.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Sobald der Bulgur fertig ist, angebratene Zwiebelwürfel, Paprikawürfel und Petersilie unterheben und alles mit Salz, Pfeffer und etwas Olivenöl abschmecken. Vor dem Servieren mit Sumak bestreuen.

Für die Tahina:

20 ml Wasser in eine Schüssel geben und langsam Tahina einrühren.

Zitrone halbieren und Saft auspressen. Tahina mit 2 Esslöffel Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Stefan Marignoni am 21. Oktober 2020

Königsberger Klopse mit Basmati, Fladenbrot, Rote Bete

Für zwei Personen

Für die Klopse:

400 g Kalbshackfleisch	2 entr. Toastbrot-scheiben	1 kleine Schalotte
1 kleines Glas Kapern	1 Ei	100 ml Milch
200 ml Sahne	2 EL Butter	$\frac{1}{2}$ TL grober Senf
500 ml Gemüsfond	Essig	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
4 Lorbeerblätter	2 Nelken	2 EL Mehl
1 Muskatnuss	Chilipulver	Sal, Pfeffer

Für den Reis:

1 Becher Basmatireis	1 Prise Kurkuma	Öl, Salz
----------------------	-----------------	----------

Für das Fladenbrot:

2 EL schwarzer Sesam	2 EL weißer Sesam	$\frac{1}{2}$ Packung Trockenhefe (Pulver)
2 EL Naturjoghurt	1 Schuss Pflanzenöl	500 g Weizenmehl
1 TL Zucker	1 TL Salz	

Für die Rote Bete:

1 vorgegarte Rote Bete	1 Zitrone	20 g Walnüsse
$\frac{1}{2}$ TL Honig	$\frac{1}{2}$ TL Dijonsenf	1 EL Olivenöl
1 EL Walnussöl	Salz	Pfeffer

Für die Klopse: Den Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen Milch lauwarm erhitzen und das Toastbrot darin einweichen. Schalotte abziehen, fein Würfeln und in 1 EL Butter anbraten. Zur Seite legen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und etwas für die Garnitur beiseitelegen. Das eingeweichte Toast mit den Händen gut ausdrücken und in eine Schüssel geben. Hackfleisch, angebratene Schalotte, Ei, Petersilie, Senf, Salz und Pfeffer dazugeben und kräftig durchkneten. Hackmasse mit feuchten Händen in ca. 5 cm große Klöße formen. In einem Topf Fond aufkochen, Lorbeerblätter abzupfen und mit den Nelken dazugeben. Klopse darin bei milder Hitze 15-20 Minuten ziehen lassen. Fond aufbewahren.

Für die Sauce die restliche Butter in einem Topf oder einer großen Pfanne aufschäumen, das Mehl unterrühren und kurz anschwitzen. Mit dem Fond ablöschen und aufkochen. Sahne dazu

gießen. Klöße hineingeben und ca. 5 Minuten darin erhitzen. Muskatnuss reiben. 2-3 EL Kapern unter die Sauce rühren und Sauce mit Essig, Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Chili abschmecken. Restliche Petersilie über die Königsberger Klopse streuen.

Für den Reis: Einen Topf mit 2 Tassen Salzwasser zum Kochen bringen.

Reis waschen, im Sieb abtropfen lassen und kurz in Öl anbraten. Mit dem kochenden Wasser ablöschen und solange quellen lassen, bis er gar ist. Mit Kurkuma verfeinern.

Für das Fladenbrot: Hefe in etwas lauwarmen Wasser mischen. Mehl hinzugeben sowie Öl, Joghurt, Zucker und Salz. Alles zu einem Teig verarbeiten, zu Fladen formen, diese auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Sesam bestreuen und im Ofen ausbacken.

Für die Rote Bete: Rote Bete in dünne Scheiben schneiden. Walnüsse hacken und ohne Fett in einer Pfanne rösten.

Für die Marinade Zitrone halbieren, auspressen und 1 EL Saft auffangen. Zitronensaft mit Honig, Senf, Olivenöl, Walnussöl, Salz und Pfeffer vermengen und die Rote Bete damit marinieren. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Bisrat John am 02. November 2020

Königsberger Klopse mit Erbsen-Püree

Für zwei Personen

Für die Brühe:

1 EL Kapern	3 EL Sardellen	3 EL gesalzene Butter
2 EL weißer Balsamico	750 ml Rinderfond	1 Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Für die Klopse:

150 g Schweinehackfleisch	200 g Kalbshackfleisch	3 Schalotten
1 Knoblauchzehe	1 altbackenes Brötchen	50 ml Milch
1 EL Sardellen	1 Eigelb	1 Ei
$\frac{1}{2}$ Zitrone	1 EL glatte Petersilie	1 EL Butterschmalz
Salz	Pfeffer	

Für die Sauce:

50 g Butter	40 g Mehl	300 ml Milch
200 ml Schlagsahne	1 Glas Kapern	1 Prise Muskatnuss
$\frac{1}{2}$ Zitrone (Saft, Abrieb)	1 Prise Zucker	

Für das Erbsenpüree:

450 g TK-Erbsen	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
100 ml Gemüsefond	2 EL Crème fraîche	Salz, Pfeffer

Für die Brühe: Die Butter in einem großen Topf zerlassen. Sardellen in kleine Würfel schneiden. Diese zusammen mit den Kapern in der Butter anschwitzen. Mit dem Balsamico ablöschen und mit dem Fond aufgießen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für die Klopse: Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und in Würfel schneiden. Zwiebelwürfel und Knoblauch in der Pfanne glasig dünsten. Herausnehmen und abkühlen lassen. Beides anschließend mit dem Hackfleisch in eine Schüssel geben. Brötchen entrinden, in Würfel schneiden und in der Milch einweichen. Sardellen in kleine Würfel schneiden. Die Eigelbe und das Ei zusammen mit der ausgedrückten Brötchenmasse und den Sardellenwürfeln zum Hackfleisch geben. Alles gut verkneten und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Etwas Abrieb von der Zitrone dazugeben. Petersilie abrausen, trocken wedeln und feinhacken. Petersilie darunter rühren. Aus der Masse 8-10 Klopse formen. Diese auf einen Teller legen und kühl stellen. Die Fleischklopse in die leicht köchelnde Brühe geben und bei geringer Hitze im offenen Topf 10-15 Minuten garziehen lassen.

Für die Sauce: Butter in einem Topf schmelzen. Mehl mit dem Schneebesen einrühren und anschwitzen. Milch und Kochsud nach und nach zugießen und immer gut umrühren. Aufkochen und bei mittlerer Hitze 5 Minuten unter Rühren kochen. Schlagsahne und Kapern dazugeben und aufkochen. Mit 1 Prise Muskatnuss, 1 Spritzer Zitronensaft, 1 TL Zitronenschale, Salz und 1 Prise Zucker würzen.

Für das Erbsenpüree: Knoblauch abziehen und fein würfeln und in Butter 2 Minuten dünsten. Erbsen zugeben und 2 Minuten mitdünsten. Gemüsefond zugießen und die Erbsen zugedeckt bei mittlerer Hitze 5 Minuten kochen. Erbsen grob pürieren, sodass einige Erbsen ganz bleiben. Crème fraîche unterrühren und das Püree mit Salz und Pfeffer würzen.

Kali Schneider am 25. Juni 2018

Königsberger Klopse mit Kapern-Soße und Rote-Bete-Salat

Für zwei Personen

Für die Klopse:

250 g Hackfleisch vom Kalb	$\frac{1}{2}$ EL eingelegte Sardellen	3 EL Semmelbrösel
2 EL Kapern	$\frac{1}{2}$ Zwiebel	2 Eier
$\frac{1}{2}$ EL grober Senf	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	Pfeffer

Für den Sud:

$\frac{1}{2}$ Zwiebel	3 Lorbeerblätter	2 Nelken
1 TL feines Salz		

Für die Sauce:

$\frac{3}{4}$ EL Mehl	75 ml trockener Weißwein	1 EL kleine Kapern
75 ml Milch	2 Zweige glatte Petersilie	10 g Butter
Salz	Pfeffer	

Für die Kartoffeln:

500 g festk. Kartoffeln	1 TL Butter	$\frac{1}{2}$ EL feines Salz
-------------------------	-------------	------------------------------

Für den Salat:

2 Knollen vorgeg. Rote Bete	2 Kapernäpfel	$\frac{1}{2}$ Zwiebel
$\frac{1}{4}$ TL Zucker	3 EL Weißweinessig	2 EL neutrales Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Klopse:

Die Kapern hacken. Das Hackfleisch mit Eiern, Kapern, Semmelbröseln, Zwiebeln, Senf, Petersilie, Salz und Pfeffer vermengen.

Aus dem Fleischteig feine Klößchen formen.

Für den Sud:

In ca. 2 L Kochwasser für die Klopse kommen für den Geschmack die halbierte Zwiebel, Lorbeerblätter und Nelken.

Die Klopse ins Kochwasser geben und etwa 10 Minuten ziehen lassen.

Für die Sauce:

Die Butter in einer Pfanne aufschäumen, das Mehl dazugeben und einrühren. Unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen mit Weißwein ablöschen und dann unter Rühren die Milch dazugeben.

2 Kellen Fond von den Klopfen, Salz und Pfeffer dazugeben. Die Sauce unter Rühren ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Die Klopse aus dem Wasser holen und direkt in die Sauce geben, dann bleiben sie schön warm.

Für die Kartoffeln:

Die Kartoffeln waschen, schälen, vierteln und in einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen.

Die Kartoffeln in das Salzwasser geben und bei mittlerer Hitze für ca. 15 Minuten weichkochen.

Vor dem Servieren die abgeschöpften Kartoffeln mit etwas Butter vermengen.

Für den Salat:

Die Rote Bete schälen, von den Enden befreien und gewürfelt in einem Topf mit Salzwasser garkochen.

Die Zwiebel abziehen, halbieren und fein würfeln. Öl, Essig, Zucker, Salz und Pfeffer zu einer cremigen Vinaigrette verrühren. Zwiebeln und Rote Bete damit marinieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Fatma Dogan am 02. Oktober 2019

Königsberger Klopse mit Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für den Fond:	1 Karotte	1 Sellerie
1 Zwiebel	1 L Kalbsfond	2 Zweige Thymian
2 Lorbeerblätter	2 Nelken	Salz, Pfeffer
Für die Klopse:	400 g Kalbshack	½ altbackenes Brötchen
3 Schalotten	1 Glas Kapern	2 Eier
200 ml Vollmilch	200 ml Sahne	2 EL mittelscharfer Senf
5 EL Semmelbrösel	2 EL Butter	Öl, Piment-d'Espelette
Salz	Pfeffer	
Für die Sauce:	1 Zitrone	4 EL Kapern
2 EL Butter	200 ml Sahne	1-2 EL Senf
3 EL Weißweinessig	250 ml Kalbsfond	2 Zweige Petersilie
3 EL Mehl		
Für die frittierten Kapern:	6 Apfel-Kapern, mit Stiel	Öl
Für den Stampf:	3 vorw. festk. Kartoffeln	100 ml Sahne
4 EL Butter	1 Muskatnuss	Salz, Pfeffer

Für den Fond: Kalbsfond erwärmen. Karotte schälen, von Enden befreien und klein schneiden. Sellerie putzen und ggfs. vom Strunk befreien. Ein Viertel davon klein schneiden. Thymian abrausen und trockenwedeln.

Lorbeerblätter abzupfen. Zwiebel abziehen, halbieren und mit Nelken und Lorbeerblättern bespicken. Den kleingeschnittenen Sellerie und die Karottenwürfel zusammen mit der gespickten Zwiebel und Thymian im Kalbsfond kurz aufkochen. Dann ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Klopse: Brötchen in Milch und Sahne einweichen.

Schalotten abziehen, enthäuten, fein würfeln und in einer Pfanne mit Öl und etwas Butter glasig dünsten.

Brötchen aus der Milch-Sahne-Mischung nehmen und ausdrücken.

Kapern hacken. Schalotten mit Ei, dem ausgedrückten Brötchen, Semmelbröseln und Kapern unter das Kalbshack mischen. Senf dazugeben und alles mit Piment d'Espelette, Salz und Pfeffer abschmecken. Masse zu Klopfen formen. Klopse in den heißen, auf mittlerer (bis kleiner) Flamme stehenden Fond geben. 10 Minuten ziehen lassen; Klopse rausnehmen, warm halten.

Für die Sauce: Zitrone halbieren, auspressen und Saft einer Hälfte auffangen. Aus Butter und Mehl im Topf eine Mehlschwitze herstellen. Fond durch ein Sieb passieren und Mehlschwitze damit ablöschen. Unter ständigem Rühren 100 ml Sahne dazu geben und evtl. nach und nach mehr dazugeben. Mit Salz, Pfeffer, Essig und Zitronensaft abschmecken. Sauce eventuell pürieren, sollten sich Mehlklumpen bilden. Kapern hinzufügen und (nicht zu lange) ziehen lassen. Klopse dazu geben. Ziehen lassen. Petersilie abrausen, trockenwedeln, fein hacken und Sauce damit dekorieren.

Für die frittierten Kapern: Kapern trockentupfen und in heißem Fett frittieren. Auf dem Stampf und an den Klopfen dekorieren.

Für den Stampf: Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Kartoffeln in Salzwasser kochen. Wasser abgießen. Kartoffeln mit Butter und Sahne zerstampfen. Muskatnuss reiben. Stampf mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Nathalie Riahi am 21. September 2020

Königsberger Klopse mit Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für die Klopse:

250 g Kalbshackfleisch	2 Sardellenfilets	1 Brötchen, vom Vortag
1 Zitrone	2 Zwiebeln	50 g Butter
3 Eier	100 ml Sahne	200 ml Milch
1 L Geflügelfond	100 ml trockener Weißwein	6 Zweige glatte Petersilie
1 Lorbeerblatt	2 Gewürznelken	30 g Mehl
Salz	Pfeffer	

Für den Kartoffelstampf:

2 große, mehligk. Kartoffeln	50 g Butter	100 ml Milch
1 EL Crème-fraîche	Muskatnuss	Salz

Für die Garnitur:

4 EL Kapern	Pflanzenöl
-------------	------------

Für die Klopse:

Die Zwiebeln abziehen und eine davon fein würfeln. Sardellenfilets hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und ebenfalls hacken.

Zitrone unter heißem Wasser abspülen, die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen.

Milch in einem Topf erwärmen. Brötchen in der lauwarmen Milch quellen lassen. Dann ausdrücken, grob zerkleinern und mit dem Hackfleisch vermengen. Zwiebelwürfel und ein Ei hinzugeben und alles gut verkneten. Anschließend Sardellen, Petersilie und Zitronenabrieb zur Masse geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Erneut gut vermengen.

Fond in einen großen Topf geben und erhitzen. Die zweite Zwiebel halbieren, mit einem halben Lorbeerblatt und Nelken spicken, in den heißen Fond geben und leise köcheln lassen.

Nun die Fleischmasse zu kleinen Klößen formen und vorsichtig in den Fond legen. Bei kleiner Hitze ca. 15 Minuten gar ziehen lassen. Klöße mit einem Schaumlöffel herausheben und warmstellen. Den Fond durch ein feines Haarsieb passieren.

Butter in einen Topf geben und aufschäumen lassen. Dann das Mehl unter ständigem Rühren dazugeben und anschwitzen, mit Weißwein ablöschen und weiter rühren. Fond einrühren und schließlich die Sauce einmal kräftig aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Den Topf vom Herd nehmen.

Zwei Eier trennen und jeweils das Eigelb auffangen. Eigelbe mit Sahne verquirlen und in die Sauce einrühren. Dann die Klopse in die Sauce geben und ziehen lassen.

Für den Kartoffelstampf:

Kartoffeln schälen und in Salzwasser garen. Butter in einen Topf geben und bräunen. Vorsichtig mit der Milch ablöschen, dann leicht salzen.

Kartoffeln abgießen und durch eine Presse in eine Schüssel drücken. Die heiße Butter-Milch-Mischung zugeben und alles glattrühren. Stampf mit Salz und Muskat abschmecken. Ggf. mit Crème fraîche verfeinern.

Für die Garnitur:

Kapern bei mittlerer Hitze im Pflanzenöl ausbacken, auf Küchenpapier abtropfen lassen und die Klopse damit garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Gabriele Blum am 30. September 2020

Königsberger Klopse mit Rote-Bete-Püree

Für zwei Personen

Für die Königsberger Klopse:

500 g Kalbshack	30 g Sardellen	1 Zwiebel
1 Ei	250 g Quark	2 Lorbeerblätter
5 Pimentkörner	5 Wacholderbeeren	Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

1 Glas Kapern (ca. 90 g)	1 TL Sardellenpaste	2 EL Butter
2 EL Mehl		

Für das Rote-Bete-Püree:

2 Knollen rohe Rote Bete	500 g Kartoffeln	Muskat, Salz, Pfeffer
--------------------------	------------------	-----------------------

Für die Garnitur:

1 Zweig Blattpetersilie

Für die Königsberger Klopse:

Einen Topf mit ca. 1 $\frac{1}{2}$ - 2 L Salzwasser, Lorbeer, Piment und Wacholderbeeren zum Kochen bringen.

Zwiebel abziehen und in Würfel schneiden. Sardellen ebenfalls kleinschneiden und beides mit dem Kalbshack, dem Ei und dem Quark vermengen. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu Klopfen formen. Die Klopse für etwa 5 - 10 min. in das kochende Wasser geben, anschließend herausnehmen. Den Fond durch ein Sieb in ein anderes Gefäß gießen und beiseite stellen.

Für die Sauce:

Die Butter bei schwacher Hitze in einem Topf zum Schmelzen bringen. Das Mehl hinzugeben und alles mit einem Schneebesen verrühren, bis eine glatte Masse entsteht. Nach und nach etwas von dem beiseite gestellten Fond hinzugießen, bis eine cremige Sauce entsteht.

Die Kapern abgießen und dabei die Flüssigkeit aus dem Glas auffangen. Die Kapern und etwas von der Flüssigkeit dazugeben. Die Sauce mit Sardellenpaste, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Rote-Bete-Püree:

Rote Bete und Kartoffeln schälen, in Scheiben schneiden und im Salzwasser weich kochen. Abgießen und stampfen. Mit Salz, Pfeffer und Abrieb der Muskatnuss würzen.

Für die Garnitur:

Die Blättchen vom Stiel zupfen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Jan Bonitz am 22. Oktober 2018

Königsberger Klopse mit Salzkartoffeln und Möhren

Für zwei Personen

Für den Fond:

500 ml Geflügelfond	1 Zwiebel	1 Lorbeerblatt
2 Körner Piment	Schwarze Pfefferkörner	

Für die Klopse:

250 g gem. Hackfleisch	2 Sardellenfilets	2 Scheiben Toastbrot
1 Zwiebel	1 Ei	1 EL Butter
250 ml Milch	$\frac{1}{2}$ TL mittelscharfer Senf	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
1 Msp. gemahlener Kümmel	Salz	Pfeffer

Für die Sauce:

1 EL kleine Kapern	1 Eigelb	2 EL Butter
100 ml Sahne	50 ml Weißwein	200 ml Geflügelfond
$\frac{1}{2}$ Zitrone (Saft, Zesten)	1 TL mittelscharfer Senf	2 EL Mehl
Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Für die Kartoffeln:

300 g vorw. festk. Kartoffeln	1 TL Salz
-------------------------------	-----------

Für die Möhrchen:

4 kleine Fingermöhrchen	10 g Butter	1 EL Zucker, Pfeffer
-------------------------	-------------	----------------------

Für den Fond: Zwiebel abziehen und im Ganzen im Fond zusammen mit dem Lorbeerblatt und den Pfefferkörnern zum Kochen bringen.

Für die Klopse: Toastbrot in Würfel schneiden und in der Milch einweichen. Die Zwiebel abziehen, in kleine Würfel schneiden und in Butter glasig anschwitzen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und klein hacken. Das Hack in eine Schüssel geben, das ausgedrückte Toastbrot dazugeben. Zusammen mit zwei Eiern, Kümmel, Sardellen, etwa 1/3 der gedünsteten Zwiebeln, Petersilie, Salz und Pfeffer zu einer glatten Masse kneten. Aus der Masse kleine Klopse formen in den zuvor vorbereiteten Fond einlegen und ca. 20 Minuten bei geringer Hitze darin ziehen lassen. Dann abgießen und gut abtropfen lassen.

Für die Sauce: Butter schmelzen, die zuvor angeschwitzten Zwiebel zugeben und das Mehl einrühren. Mit Wein und Fond ablöschen und mit so viel Fond von den Klopfen auffüllen, dass eine dickliche Sauce entsteht. Unter Rühren ca. 5 Minuten kochen lassen. Mit Senf, Muskat, $\frac{1}{2}$ EL Zitronensaft und Zitronenzesten würzen. Kapern samt Flüssigkeit ebenso unterrühren. Sahne steif schlagen und kurz vor dem Servieren unter die Sauce rühren. Eventuell nochmals mit Salz und Pfeffer würzen. Zuletzt die Klopse in die Sauce legen.

Für die Kartoffeln: Kartoffeln waschen, schälen, vierteln und in kochendem Salzwasser ca. 12 Minuten gar kochen. Abgießen und gut abtropfen lassen. kuechenschlacht.zdf.de

Für die Möhrchen: Möhren so schälen, dass noch ein bisschen Grün oben dran bleibt. Butter und Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen und die Möhrchen darin unter Wenden ca. 5 Minuten bissfest garen. Mit Pfeffer würzen. Die große Möhre schälen, mit einem Sparschäler dünne Streifen abschälen und eine Rosette daraus formen. Königsberger Klopse mit Salzkartoffeln und karamellisierten Möhren auf Tellern anrichten und servieren.

Karin Mahnert am 03. April 2018

Königsberger Klopse, Kartoffeln und Rote-Bete-Salat

Für zwei Personen

Für die Klopse:

400 g gemischtes Hackfleisch	1 Brötchen vom Vortag	2 mittelgroße Zwiebeln
5 Sardellenfilets	2 Eier	700 ml Rinderfond
Kümmelpulver	Salz	

Für die Sauce:

100 ml Sahne	100 g Kapern	4 TL mittelscharfer Senf
40 ml Kräuternessig	30 g Mehl	25 g Butter
Zucker	Salz	

Für die Petersilien-Kartoffeln:

300 g festk. Kartoffeln	4 Stängel Blattpetersilie	50 g Butter
Salz		

Für den Rote-Bete-Salat:

100 g vorgeg. Rote Bete	2 EL Essig	6 EL Sonnenblumenöl
Zucker	Salz	

Für die Klopse:

Einen Topf mit Rinderfond erhitzen.

Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Sardellen fein hacken.

Hackfleisch in eine Schüssel geben. Das Brötchen in Wasser einweichen, ausdrücken und zum Hackfleisch geben. Ganze Eier mit Zwiebel und Sardellen ebenfalls zum Hackfleisch geben. Alles gut zu einem glatten Teig vermengen.

Mit Kümmel und Salz abschmecken. Aus der Masse Klopse formen und im Fond garen.

Für die Sauce:

Butter im Topf schmelzen und Mehl hinzufügen.

Klopse aus dem Fond herausnehmen und bei Seite stellen. 400 ml von dem verwendeten Rinderfond zur Mehlschwitze in den Topf geben. Kapern dazugeben. Die Sauce einmal aufkochen lassen. Mit Essig, Senf, Zucker, Salz und Sahne abschmecken. Abschließend Klopse in die heiße Sauce geben.

Für die Petersilien-Kartoffeln:

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Kartoffeln schälen und in gleichgroße Stücke schneiden. Kartoffeln ins Salzwasser geben, etwa 15 Minuten kochen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Butter in einer Pfanne zerlaufen lassen und Kartoffeln darin kurz schwenken. Kurz vor dem servieren die fein gehackte Petersilie dazugeben.

Für den Rote-Bete-Salat:

Rote Bete in Scheiben schneiden.

Anschließend in Essig, Öl, Salz und Zucker marinieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Tom Winkler am 10. September 2018

Königsberger Klopse, Süßkartoffel-Püree, Rote-Bete-Salat

Für zwei Personen

Für die Königsberger Klopse:

300 g gemischtes Hackfleisch	1 Zwiebel	1 Ei
4 EL Semmelbrösel	1 TL mittelscharfer Senf	3 EL Butter
100 g Mehl	1 Glas Kapern	Zucker
Essig	Salz	Pfeffer

Für das Süßkartoffelpüree:

2 Mittel große Süßkartoffel	200 ml Gemüsefond	100 ml Sahne
50 g Butter	1 Muskatnuss	Salz

Für den Rote-Bete-Salat:

2 Knollen vorgegarte Rote Bete	2 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe
4 EL Balsamico Essig	4 EL Olivenöl	2 EL Kräuter der Provence
1 Prise Zucker	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

3 Zweige krause Petersilie

Für die Königsberger Klopse:

Die Zwiebel abziehen und kleinhacken. Hackfleisch, Zwiebel, Ei, Semmelbrösel, Senf, Salz und Pfeffer zu einer glatten Masse verarbeiten und 4 gleich große Klopse formen. Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen, die Klopse hineingeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Wenn die Klopse oben schwimmen, mit einer Schaumkelle herausnehmen.

In einem kleinen Topf die Butter erhitzen und mit etwas Mehl eine Mehlschwitze herstellen. Mit Brühe der Klopse zu einer glatten Mehlschwitze verarbeitet. Kapern mit Flüssigkeit dazugeben und mit Zucker, Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. Klopse in die Sauce legen.

Für das Süßkartoffelpüree:

Kartoffeln schälen, in mittelgroße Würfel schneiden und in einem Topf mit Gemüsefond gar kochen. Kartoffeln stampfen mit Butter und Sahne vermengen und mit Muskat und Salz abschmecken.

Für den Rote-Bete-Salat:

Zwiebeln und Knoblauch abziehen und kleinhacken. Im Olivenöl dünsten. Rote Bete in Scheiben schneiden und zugeben. Nach ca. 4 Minuten mit dem Essig ablöschen. Kräuter, Zucker, Salz und Pfeffer hinzufügen und bei schwacher Hitze noch etwas ziehen lassen.

Für die Garnitur:

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Über den Klopsen verteilen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Michael Kleine am 15. Oktober 2018

Königsberger Klopse

Für zwei Personen

Für die Klopse:

600 g Kalbs-Hackfleisch	3-4 Anchovis	2 Brötchen
2 Zwiebeln	2 Eier	250 ml Milch
1,5 L Kalbsfond	1 Bund glatte Petersilie	½ Bund frischer Majoran
1 Lorbeerblatt	2 Nelken	100 ml Rapsöl
Salz	Pfeffer	

Für die Sauce:

1 Zwiebel	1 Zitrone	250 g Butter
100 ml Sahne	100 ml Milch	500 ml Kalbsfond
500 ml Weißwein	1 Glas Kapern	150 g Mehl
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Beilage:

250 g kleine Kartoffeln	1 Bund frischer Majoran	80 ml Olivenöl
4 EL Meersalz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

1 Zweig glatte Petersilie

Für die Klopse:

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. 1 Zwiebel abziehen, in kleine Würfel schneiden und im Öl andünsten. Die Brötchen kurz in Milch einweichen und ausdrücken. Petersilie und Majoran abbrausen, trockenwedeln und kleinhacken. Hackfleisch, Anchovis, Milch, Petersilie, Majoran, Eier, Zwiebel und die eingeweichten Brötchen vermengen und kleine Klopse formen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Kalbsfond erhitzen und die Klopse im Fond ziehen lassen. $\frac{1}{4}$ des Fonds abfüllen und für die Sauce aufheben. 1 Zwiebel abziehen und halbieren.

Lorbeerblatt und Nelken abzupfen und zwischen die zwei Zwiebel-Hälften stecken. Die gefüllte Zwiebel in den Fond geben und mitziehen lassen.

Für die Sauce:

Zwiebel abziehen, reiben und in 20 g Butter und dem Öl braun anschwitzen. Restliche Butter hinzufügen und schmelzen. Mehl kurz danach mit anrösten und mit Kalbsfond und Weißwein und dem restlichen Fond der Klopse ablöschen. Zitrone halbieren, auspressen und 1 EL Saft auffangen. Sauce mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Ca. fünf Minuten reduzieren lassen. Zum Schluss je nach Geschmack Milch, Sahne und/ oder Kapern zugeben.

Für die Beilage:

Majoran abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Kartoffeln waschen und vierteln. Öl mit Majoran, Pfeffer und Salz vermengen und die Kartoffeln damit marinieren und im Backofen bei 180 Grad garen.

Für die Garnitur:

Petersilie abbrausen, trockenwedeln, abzupfen und auf das Gericht streuen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Anna-Maria Günz am 14. Oktober 2019

Kalb-Frikadellen mit Wurzel-Gemüse, Estragon-Senf-Soße

Für zwei Personen:

Für die Frikadellen:

500 g Kalbshackfleisch	1 altes Brötchen	2 Schalotten
1 Ei	1 EL feiner Senf	3 Zweige Petersilie
200 ml Milch	Butterschmalz	Salz, Pfeffer

Für das Wurzelgemüse:

1 rote Bete	4 Knollensellerie	1 Pastinake
1 Wurzelpetersilie	2 Karotten	1 EL Weißweinessig
2 EL Zucker	Butter	Rapsöl
	Salz, Pfeffer	

Für die Sauce:

1 Becher Crème-fraîche	2-3 EL grober Dijonsenf	2 EL Honig
1/2 Bund Estragon	Salz	Pfeffer

Für die Frikadellen:

Den Ofen auf 175 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Das Brötchen in Wasser oder Milch einweichen und gut ausdrücken.

Schalotten abziehen und fein hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln fein hacken und zusammen mit dem Brötchen, den Schalotten, Ei, Senf, Petersilie und Hackfleisch vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Aus der Masse die Frikadellen formen und in der Pfanne in Butterschmalz von beiden Seiten goldbraun anbraten. In den Ofen schieben und ca. 10- 15 Minuten durchgaren lassen.

Für das Wurzelgemüse:

Gemüse schälen, Enden entfernen und in kleine Würfel schneiden. Butter und Öl in der Pfanne erhitzen und Gemüsewürfel so lange darin anrösten, bis sie gar sind. Mit Essig ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Anschließend mit Zucker karamellisieren.

Für die Sauce:

Estragon abbrausen, trockenwedeln und hacken. Estragon mit Honig, Crème fraîche und Senf verrühren. Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Janna Budesheim am 18. Juni 2020

Kalbfleisch-Pflanzerl mit Couscous, Minz-Limetten-Joghurt

Für zwei Personen

Für die Pflanzerl:

400 g Kalbshackfleisch	200 ml Sahne	200 ml weißer Portwein
4 Zweige glatte Petersilie	Butter	Salz, Pfeffer

Für den Couscous:

200 g Couscous	1 Spitzpaprika	1 Schalotte
100 g Butter	½ Bund Koriander	10 g Baharat
10 g Ras el Hanout	Salz	Pfeffer

Für den Joghurt:

2 Limetten	200 g griech. Joghurt	100 g Minze
Puderzucker	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

6 Cashewkerne	1 Zweig Minze	1 Zweig Petersilie
1 Zweig Koriander	Meersalz Salzflocken	

Für die Pflanzerl:

Das Kalbshackfleisch in einem kleinen Mixer mit Portwein und Sahne mixen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Petersilie dazugeben. Zu Kugeln formen und in Butter anbraten.

Für den Couscous:

Schalotte abziehen in Würfel schneiden. Couscous aufkochen und mit Baharat, Ras el Hanout, Flocke Butter, Salz und Pfeffer würzen und vermengen. Koriander abbrausen, trockenwedeln, feinhacken und darüber geben. Spitzpaprika schälen, in Würfel schneiden und mit den Schalotten in Öl andünsten. Unter den Couscous heben.

Für den Joghurt:

Limetten auspressen. Joghurt mit Limettensaft, Puderzucker, Salz und Pfeffer verrühren. Minze abbrausen, trockenwedeln, feinschneiden und unterheben.

Für die Garnitur:

Cashewkerne hacken. Kräuter abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Garnitur über dem Gericht verteilen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Martina Pühl-Bennewitz am 09. November 2020

Kofta mit Brotsalat, Gelbe-Bete-Hummus und Minz-Joghurt

Für zwei Personen

Für die Kofta:

200 g Lammhackfleisch	200 g Kalbshackfleisch	1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{3}{4}$ TL gemahlener Zimt
$\frac{3}{4}$ TL gemahlener Piment	$\frac{1}{4}$ TL geriebene Muskatnuss	1 Prise Chilipulver
$\frac{3}{4}$ TL Salz	Pflanzenöl	Pfeffer

Für den Salat (Fattoush):

100 g griech. Joghurt	1 arabisches Fladenbrot	2 Tomaten
2 Mini-Gurken	2 Radieschen	1 Bio-Zitrone
1 Knoblauchzehe	1 Frühlingszwiebel	2 Zweige frische Minze
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	1 EL getrocknete Minze	1 Prise Sumach
50 ml Olivenöl	4 EL Balsamico Essig	Salz, Pfeffer

Für den Minzjoghurt:

150 g griech. Joghurt	$\frac{1}{2}$ Bund frische Minze	$\frac{1}{2}$ EL getrocknete Minze
Salz		

Für das Hummus:

250 g Kichererbsen	4 EL Tahini	1 frische gelbe Bete
2 Knoblauchzehen	$\frac{1}{2}$ Zitrone	$\frac{1}{2}$ TL Backnatron
2 EL Olivenöl	1 Prise Safranpulver	1 Prise Cumin
1 Prise Kurkuma	Salz	

Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$ TL schwarzer Sesam	$\frac{1}{2}$ TL weißer Sesam	getrocknete Rosenblätter
1 Prise Rote Bete Salz		

Für die Kofta: Zwiebel abziehen und in kleine Würfel schneiden. Petersilie waschen, trocken wedeln und hacken. Knoblauch abziehen und pressen. Alles in eine Schüssel geben und mit den restlichen Zutaten durchkneten. Bällchen formen und diese in etwas Öl braten.

Für den Salat (Fattoush): Tomaten und Gurken würfeln und Radieschen und Frühlingszwiebeln in Scheiben schneiden. Minze und Petersilie waschen, trocken wedeln und hacken.

Für das Dressing den griechischen Joghurt mit frischer und getrockneter Minze mischen. Knoblauch abziehen und hinein pressen. Zitrone waschen, trocknen und von der Schale abreiben. Anschließend halbieren und auspressen. Zusammen mit dem Essig und etwas Olivenöl zum Dressing geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das arabische Fladenbrot in Rauten schneiden und in Olivenöl in der Pfanne braten.

Kurz vor dem Anrichten den Salat mit dem Dressing mischen und das Brot unterheben. Mit Sumach bestreuen.

Für den Minzjoghurt: Minze hacken und mit dem Joghurt vermengen. Getrocknete Minze unterheben und mit Salz abschmecken.

Für das Hummus: Gelbe Bete fein reiben. Knoblauch abziehen und pressen. Alle Zutaten in einem Mixer pürieren. Mit Salz, Cumin und Kurkuma abschmecken.

Für die Garnitur: Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Sesam, Rosenblättern und Rote Bete Salz garnieren und servieren.

Anita Hartmann am 16. Juli 2018

Kräuter-Bulette, Spitzkohl-Kartoffel-Stampf, Basilikum-Öl

Für zwei Personen

Für die Bulette:

100 g Rinderhack	100 g Schweinehack	1 Zwiebel
1 Ei	1 TL Dijon-Senf	1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Schnittlauch	100 g Butterschmalz	Salz, Pfeffer

Für den Stampf:

300 g Spitzkohl	400 g Kartoffeln (Linda)	150 g Mascarpone
100 ml Milch	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Öl:

2 Bund Basilikum	200 ml Olivenöl
------------------	-----------------

Für die Bulette:

Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Petersilie und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Hackfleischsorten mit Ei, Zwiebel, Senf und Kräutern vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Butterschmalz in Pfanne erhitzen. Aus Hackmasse Bouletten formen und von beiden Seiten anbraten.

Für den Stampf:

Spitzkohl waschen, putzen und in feine Streifen schneiden. Kartoffeln schälen, waschen und in grobe Würfel schneiden. In gesalzenem Wasser gar kochen. Anschließend abgießen und mit einem Kartoffelstampfer zerkleinern.

Öl in Pfanne erhitzen und Spitzkohl bei starker Hitze ca. 3 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Mascarpone in der Milch in einem kleinen Topf erhitzen. Mascarpone- Mischung und Spitzkohlstreifen unter den Kartoffelstampf heben. Mit etwas Basilikum-Öl, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Öl:

Basilikum abbrausen und trockenwedeln. Mit 2 EL Öl mit dem Stabmixer pürrieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Uta Spankowsky am 29. Oktober 2018

Lamm-Kebab mit Taboulé und Menemen

Für den Lamm-Kebab:

400 g Lamm-Hack	1 Ei	50g Vollmilch Joghurt
$\frac{1}{4}$ Bund Minze	$\frac{1}{4}$ Bund Koriander	$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie
1 cm Ingwer	1 Knoblauchzehe	1 rote Chilischote
1 TL Salz	1 TL Raz-el-Hanout	1 TL Baharat gemahlen
1 TL Chiliflocken	10 ml neutrales Öl	

Für das Taboulé:

100 g grober instant CousCous	400 ml Hühnerfond	2 feste Strauchtomaten
0,5 Bund Minze	0,4 Bund Koriander	0,5 Bund glatte Petersilie
2 EL Olivenöl	0,5 Salatgurke	1 Limette
1 Zitrone	Salz	Pfeffer

Für das Menemen:

1 EL Zucker	1 EL Balsamico Rosso	1 Msp. Cayennepfeffer
2 EL Olivenöl	2 Knoblauchzehen	1 Chilischote
1 cm Stück Ingwer	2 reife Fleischtomaten	1 Msp gemahlene Zimt
1 TL Salz	$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{4}$ Bund Koriander
$\frac{1}{4}$ Bund Minze	Salz und Pfeffer	

Für den Lamm-Kebab: Das Hack in eine große Schüssel geben. Minze, Koriander und Petersilie abbrausen, trocken wedeln und klein hacken und davon die Hälfte zum Hack geben.

Knoblauch abziehen und klein schneiden. Ingwer schälen und 2cm reiben. Chili der Länge nach halbieren, entkernen und fein hacken. Alles mit etwas Salz zu einer Paste verarbeiten und die Hälfte davon zum Hack geben. Joghurt, Ei, Salz, Raz El Hanout, Baharat und die Chiliflocken dazugeben und zu einer homogenen Masse verarbeiten und in einer ovalen flachen Form um die Spieße arbeiten. In einer beschichteten Grillpfanne mit Öl von beiden Seiten braun angrillen bis sie durch sind.

Für das Taboulé: Hühnerfond in einem Topf aufkochen, den Couscous in eine mittelgroße Schale füllen, mit einem Teil des Hühnerfonds übergießen und abdecken. Von Zeit zu Zeit überprüfen ob der Couscous gar ist und gegebenenfalls heißen Fond nachgießen.

Tomaten und Salatgurke halbieren, entkernen und würfeln. Kräuter abbrausen, trocken wedeln und fein hacken. Beides mit Salz und Pfeffer würzen und den fertigen und lauwarmen Couscous dazugeben und vermengen. Die Limette halbieren, auspressen und mit dem Saft und dem Olivenöl den Salat abrunden. Gegebenenfalls mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zitrone in Viertel schneiden und Couscous damit garnieren.

Für das Menemen: Den Knoblauch abziehen und hacken, die Chilischote der Länge nach aufschneiden, entkernen und fein hacken, den Ingwer schälen und 1 cm fein hacken. Knoblauch, Ingwer und Chili mit Salz zu einer Paste verarbeiten. Tomaten vom Strunk befreien und grob hacken. In einem mittelgroßen beschichteten Topf etwas Olivenöl erhitzen und die Knoblauch-Ingwer-Chili Paste darin anrösten, Tomaten und Balsamico dazugeben. Mit Salz, Pfeffer, Zimt, Zucker und Cayennepfeffer abschmecken und bei mittlerer Hitze einköcheln lassen.

Kräuter abbrausen, trocken wedeln und fein hacken. Kurz vor dem Servieren die Kräuter unter die Sauce mischen. Noch einmal mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Claudia Al-Obaidi am 26. September 2018

Lammhack-Fleisch mit Hummus und Joghurt-Dip

Für zwei Personen

Für den Hummus:

400 g gekochte Kichererbsen 1 Zitrone (Saft) 2 Knoblauchzehen
1 EL Tahin 1 EL Olivenöl

Für das Hamshuka:

200 g Lammhackfleisch 100 g Kirschtomaten 1 Zwiebel
3 Knoblauchzehen 2 Eier 1 EL Tomatenmark
60 ml Hühnerfond 30 g gesalzene Pistazien 30 g Pinienkerne
1 eingelegte Salzzitrone 1 TL gemahlener Sumach $\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kreuzkümmel
1 TL Ras el Hanout 1 TL Harissa 1 EL Olivenöl
Salz Pfeffer

Für die Sauce:

100 g griech. Joghurt 1 Zitrone (Saft) 1 TL Tahin
Salz Pfeffer

Für die Garnitur:

2 Stiele Koriander

Für den Hummus:

Die Kichererbsen abgießen und abtropfen lassen. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Kichererbsen mit Tahin, 2 EL Wasser, Olivenöl, Knoblauch und Zitronensaft in den Mixer geben und cremig mixen. Bei Bedarf mehr Wasser hinzugeben.

Für das Hamshuka:

Das Olivenöl in einer Pfanne mit Deckel erhitzen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen, fein hacken und mit Tomatenmark in der Pfanne andünsten. Hackfleisch hinzugeben und bräunen. Mit Sumach, Kreuzkümmel, Harissa, Ras el Hanout, Salz und Pfeffer würzen. Pistazien in einer kleinen Pfanne anrösten, herausnehmen und fein hacken. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Salzzitrone fein hacken und $\frac{1}{2}$ TL mit Pistazien und Pinienkerne zum Fleisch geben und durchmischen. Tomaten waschen, trocken tupfen. Tomaten ohne Fett in einem Topf anrösten, bis die Schale dunkel wird.

Das Fleisch wieder erhitzen und mit Fond aufgießen. Kurz einkochen lassen und zwei Mulden in das Fleisch drücken. Eier darin einfüllen und Temperatur herunterdrehen. Tomaten zugeben und mit geschlossenem Deckel einkochen lassen, bis Eier gestockt sind.

Für die Sauce:

Den Joghurt mit Tahin vermengen. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. 1 TL Zitronensaft untermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

Den Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Über das Hamshuka geben. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Horst Ballé am 11. Juni 2018

Libanesische Kafta mit Tomaten-Soße, Petersilien-Salat

Für zwei Personen

Für den Petersiliensalat:

3 TL Bulgur	1 Gurke	3 Tomaten
1 Zitrone (Saft)	1 kleine Zwiebel	1 Bund glatte Petersilie
2 EL Olivenöl	Salz	

Für die Kafta:

500g Hackfleisch, Lamm, Rind	2 große festk. Kartoffeln	2 große Tomaten
1 rote Paprika	2 große Zwiebeln	½ Bund glatte Petersilie
1 TL sieben Gewürze	2 TL Granatapfelsirup	Salz, Pfeffer

Für den Petersiliensalat:

Den Ofen auf 220 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Bulgur in eine Schüssel geben und mit 100 ml heißen Wasser übergießen. Den Bulgur ca. 15 Minuten quellen lassen.

Zwiebel abziehen, in feine Streifen schneiden und mit Bulgur vermischen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, feine hacken und unter den Bulgur mischen.

Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Zitronensaft, Olivenöl mit Salz vermengen. Marinade über den Salat geben. Gurke und Tomaten waschen und trocken tupfen.

Tomaten halbieren, Strunk entfernen und fein würfeln. Gurke fein würfeln. Tomate und Gurke unter den Salat mischen.

Für die Kafta:

Eine Zwiebel abziehen und fein würfeln. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Hackfleisch in eine Schüssel geben und mit Zwiebel und Petersilie vermengen. Salz, Pfeffer, sieben Gewürze und Zimt dazugeben und gut durchmengen. Hackfleischmasse in der feuchten Hand in Fladen formen.

Tomaten waschen, trocken tupfen, halbieren, Strunk entfernen und in feine Scheiben schneiden. Tomatenscheiben in eine Auflaufform geben. Zweite Zwiebel abziehen und grob schneiden und zu den Tomaten geben. Fleischfladen zu den Tomaten geben und die Form für 20 Minuten in den Ofen geben.

Kartoffeln schälen, in Scheiben schneiden und frittieren. Auf Küchenpapier ausfetten lassen.

Paprika waschen, trocken tupfen, halbieren, Scheidewände und Kerne entfernen und fein hacken. Ofentomaten und Zwiebeln aus der Form nehmen mit einer Gabel zerdrücken und Paprika untermischen. Mit Granatapfelsirup, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Chadi Elmahamid am 11. Juni 2018

Möhren mit Frikadelle, Mettwurst, Petersilien-Pesto

Für zwei Personen

Für das Durcheinander:

1 Bund dünne Karotten	6 mehligk. Kartoffeln	1 Dose weiße Riesenbohnen
1 Scheibe durchw. Bauchspeck	3 lange, dünne Mettwürste	1 dicke Mettwurst
1 Zwiebel	1 EL Honig	2 EL Butter
50 ml Balsamico	100 ml Geflügelfond	200 ml Gemüsefond
2 TL Tomatenmark	Öl	1 Muskatnuss
Zucker	Salz	Pfeffer

Für den Gurkensalat:

1 Salatgurke	2 rote Zwiebeln	2 Zweige glatte Petersilie
2 Stiele Schnittlauch	50 ml Balsamico Bianco	1 EL Honig
1 EL Aprikosenmarmelade	1 Stück Zartbitterschokolade	200 ml Olivenöl
grobes Meersalz	Salz	Pfeffer

Für die Frikadelle:

200 g Schweinehack	200 g Kalbshack	1 Brötchen, vom Vortag
1 Gemüsezwiebel	1 Knoblauchzehe	2 Eier
½ Bund glatte Petersilie	100 ml Vollmilch	2 TL Tomatenmark
1 TL Dijonsenf	2 EL Worcestersauce	brauner Zucker
Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

Petersilien-Pesto:

1 Bund glatte Petersilie	20 g Pinienkerne	50 g Parmesan im Stück
200 ml Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

2 Karotten	2 EL Honig
------------	------------

Für das Durcheinander:

Die Karotten und Kartoffeln schälen, würfeln und ca. 15 Minuten in Salzwasser kochen. Zwiebel abziehen und kleinschneiden. Mettwurst kleinschneiden. Bauchspeck würfeln und in Öl und Butter mit kleingeschnittener Mettwurst und Zwiebeln anbraten. Tomatenmark hinzu geben und etwas später den Honig zum glasieren. Mit Balsamico ablöschen. Karotten und Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und in Butter und Öl anbraten. Etwas Zucker, Bohnen und Fond. Ein Teil davon etwas stampfen und dann die 2. Mettwurst hinzu geben und weiter durchziehen lassen. Die bereits angebratene Mettwurst mit dem Bauchspeck später hinzufügen und durchmengen. Etwas Butter hinzugeben.

Für den Gurkensalat:

Gurke schälen und in eine Schüssel hobeln. Salz darüber geben, vermengen und Wasser mit Hilfe eines Küchenpapiers ausdrücken.

Zwiebel abziehen und feinschneiden. Zu den Gurken geben. Petersilie und Schnittlauch abrausen, trockenwedeln, feinschneiden und ebenfalls dazugeben. Aus Balsamico, Honig, Aprikosenmarmelade, Olivenöl, Pfeffer und Salz eine Marinade anrühren. Mit dem Gurken-Salat vermengen und ziehen lassen. Am Ende Schokolade über den Salat raspeln.

Für die Frikadelle:

Zwiebel abziehen und kleinhacken. Knoblauch abziehen, reiben und zusammen mit der Zwiebel in eine große Schale geben. Beide Hackfleischsorten dazu. Brötchen würfeln und in der Milch einweichen. Petersilie abrausen, trockenwedeln, kleinschneiden und mit den Eiern zum Hack geben. Mit Zucker, Salz, Pfeffer, Worcestersauce, Tomatenmark und Senf würzen. Eingeweichtes Brötchen dazugeben. Alles gut durchkneten.

Öl in einer Pfanne erhitzen und aus der Masse Frikadellen formen. In die Pfanne geben und

darin kross anbraten. Darauf achten, dass sie nicht zu durch braten und innen zartrosa bleiben.

Petersilien-Pesto:

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und in einen Mixer geben.

Parmesan reiben. Pinienkerne, Parmesan, Olivenöl, Salz und Pfeffer dazugeben und gut durchmischen.

Für die Garnitur:

Karotten schälen, mit Honig glasieren, in der Pfanne schwenken und anrichten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Meik Zinkhan am 26. August 2019

Maisfladen mit Chili con carne, Garnelen, Caesar Salad

Für zwei Personen

Für den Tortilla-Teig:

200 g Maismehl	100 g Weizenmehl	Pflanzenöl
1 TL Salz		

Für die Chili-con-carne-Füllung:

200 g Rinderhackfleisch	1 grüne oder gelbe Paprika	100 g Kidneybohnen
100 g Mais	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 rote Chilischote	1 EL Tomatenmark	100 g geschälte Tomaten
1 Schuss Rotwein	1 EL Ras el Hanout	1 Prise Paprikapulver
1 Prise Oregano	1 Prise Kreuzkümmel	3 EL Olivenöl
Zucker	Salz	Pfeffer

Für die Garnelen-Füllung:

300 g Garnelen	1 Avocado	1 rote Zwiebel
1 rote Chilischote	1 Limette	1 Ei
100 g Schmand	100 g Cheddar Käse	1 Zweig Koriander
100 g Mehl	100 g Panko Paniermehl	Meersalz, Pfeffer

Für den Caesar Salad:

1 Kopf Römersalat	2 Scheiben Toastbrot	1 Sardellenfilet
1 Knoblauchzehe	1 Zitrone	1 Ei
1 TL Senf	1 EL Crème-fraîche	50 g Parmesan
100 ml Sonnenblumenöl	1 Zweig Thymian	Öl, Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

2 Limetten

Für den Tortilla-Teig: Für den Teig 300 ml warmes Wasser, Maismehl, Weizenmehl, Pflanzenöl und Salz in eine große Schüssel geben. Alles mit einer Gabel verrühren, bis der Teig zusammenklumpt. Teig mit den Händen ca. 2-3 Minuten kneten, bis er glatt ist. Teig in 8 Portionen teilen, zu Kugeln formen und hauchdünn rund ausrollen. Eine Pfanne erhitzen. Tortillas nacheinander in die heiße Pfanne legen und pro Seite ca. 1 Minute backen.

Für die Chili-con-carne-Füllung: Paprika waschen, trockentupfen, halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien und klein schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und klein schneiden. Chilischote der Länge nach aufschneiden, von Kernen befreien und klein schneiden. Zwiebel, Knoblauch, Paprikawürfel und Chili in einer großen Pfanne mit Olivenöl erhitzen und andünsten. Mit Rotwein ablöschen. Hackfleisch hineingeben und mit andünsten. Tomatenmark dazugeben und sowie Ras el Hanout, Paprikapulver, Oregano, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer. Gehackte Tomaten, Kidneybohnen und Mais dazugeben und alles mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Ca. 15 Minuten auf mittlerer Stufe köcheln lassen. Chili con carne in eine Tortilla füllen.

Für die Garnelen-Füllung: Garnelen waschen, trockentupfen und in Mehl, verquirltem Ei und Panko wenden. Garnelen in der heißen Fritteuse bei 170 Grad 2-3 Minuten ausbacken und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Avocado halbieren, Fruchtfleisch auslösen und in Würfel schneiden.

Zwiebel abziehen und würfeln. Chilischote der Länge nach halbieren, von Kernen befreien und auch in Würfel schneiden. Limette halbieren, auspressen und 1 EL Saft auffangen.

Schmand, Limettensaft, Zwiebel, Avocadofleisch, Salz, Pfeffer und Chili zu einer Creme vermischen.

Koriander abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Koriander und Käse zusammen mit Garnelen und der Schmandcreme in die Tortilla füllen.

Für den Caesar Salad: Zitrone halbieren, auspressen und 1 EL Saft auffangen.

Knoblauch abziehen, etwas davon fein hacken und mit dem Sardellenfilet zu einer Paste verrühren. In einem schmalen Messbecher das Ei, die Knoblauch-Sardellen-Paste, Senf und 1 Prise Salz mit dem Pürierstab kurz verrühren und das Öl langsam unter ständigem Weiterschlagen einlaufen lassen, bis eine cremige Sauce entsteht. 40 g Parmesan reiben.

Zitronensaft, Crème fraîche und Parmesan unterheben. Mit Pfeffer abschmecken.

Thymian abbrausen und trockenwedeln. Toastbrot entrinden, in kleine Würfel schneiden und in heißem Öl mit Thymian und übrigem Knoblauch rundum kross frittieren.

Römersalat in Streifen schneiden, waschen, trockenschleudern und in eine Schüssel geben. Dressing über den Salat geben alles gut vermischen. Restlichen Parmesan hobeln. Salat mit Parmesan und Croûtons garnieren.

Für die Garnitur: Die gefüllten Tortillas ggfs. mit 2 Limetten fixieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Bisrat John am 04. November 2020

Manti mit Hackfleisch, Joghurt, Tomaten-Butter, Manti-Brot

Für zwei Personen

Für den Manti-Teig:

200 g Mehl	1 Ei	Salz
------------	------	------

Für die Füllung:

100 g Rinderhackfleisch	1 Zwiebel	½ TL gemahlener Kreuzkümmel
-------------------------	-----------	-----------------------------

½ TL edelsüßes Paprikapulver	1 Prise getrocknete Minze	½ Bund glatte Petersilie
------------------------------	---------------------------	--------------------------

Salz	Pfeffer	
------	---------	--

Für den Joghurt:

100 g Joghurt	1 Knoblauchzehe	Salz
---------------	-----------------	------

Für die Tomatenbutter:

100 g Butter	3 TL Tomatenmark	1 Prise Pul Biber
--------------	------------------	-------------------

1 Prise getrocknete Minze

Für das Brot:

200 g Mehl	2 Eier	1 TL schwarze Sesam Saat
------------	--------	--------------------------

Salz

Für den Manti-Teig:

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Mehl mit Ei, ca. 100 ml Wasser und Salz zu einem Teig verkneten.

Abdecken und ruhen lassen. Anschließend den Teig in vier gleichgroße Teile teilen und ca. 2 mm dick ausrollen. Mit einem Messer oder Pizzaroller ca. 3-5 cm große Quadrate ausschneiden.

Für die Füllung:

Zwiebel abziehen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Rinderhackfleisch, Zwiebel und Petersilie vermengen. Mit Kreuzkümmel.

Paprikapulver, Minze, Salz und Pfeffer würzen.

Teigquadrate auf der Arbeitsfläche auslegen. Jeweils ca. einen Teelöffel der Hackfleischfüllung mittig auf einem Quadrat platzieren. Die gegenüberliegenden Ecken zusammendrücken, sodass ein Dreieck entsteht. Die Manti mit den Fingern oder einer Gabel fest zusammendrücken.

Manti ins kochende Wasser geben und ca. 7-10 Minuten garen. Sobald sie an der Wasseroberfläche schwimmen, mit einer Schaumkelle aus dem Wasser nehmen. Abtropfen lassen.

Für den Joghurt:

Knoblauch abziehen und pressen. Mit Joghurt verrühren und alles mit Salz abschmecken.

Für die Tomatenbutter:

Butter in einen Topf geben und schmelzen. Tomatenmark dazugeben und kurz anrösten. Mit Pul Biber und getrockneter Minze würzen.

Für das Brot:

Mehl, 1 Ei, ca. 100 ml Wasser und eine Prise Salz zu einem Teig verkneten. Auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche den Teig ca. 1 cm dick ausrollen. Anderes Ei trennen und Eigelb verquirlen. Teig mit Eigelb bestreichen und mit Sesam bestreuen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und ca. 10 Minuten im vorgeheizten Ofen backen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Hüseyin Senol am 27. April 2020

Maultachen mit Hackfleisch oder Tomaten-Soße oder Lachs

Für zwei Personen

Für den Teig:

150 g Mehl	50 g Gries	5 Eier (M)
2 EL Rapsöl	Salz	

Für die Hackfleisch-Füllung:

50 g gemischtes Hackfleisch	25 g Bratwurstbrät	1 helles Brötchen vom Vortag
50 g Blattspinat	1 kleine Zwiebel	1 Ei
50 ml Milch	50 g Butter	$\frac{1}{4}$ Bund krause Petersilie
Salz	Pfeffer	

Für die Zwiebelschmelze:

1 kleine Zwiebel	50 g Butter
------------------	-------------

Für die Lachs-Füllung:

1 Lachsfilet ohne Haut, à 50 g	$\frac{1}{2}$ Zitrone	100 g Pistazien
1 EL Mascarpone	25 ml Sahne	1 TL Wermut
25 ml Gemüsefond	$\frac{1}{2}$ Bund Kerbel	$\frac{1}{2}$ Bund Dill
$\frac{1}{2}$ TL gem. Korianderkörner	Salz	Pfeffer

Für die Meerrettichsauce:

50 ml Milch, 3,5%	1 EL Sahnemeerrettich	2 Zweige Dill
-------------------	-----------------------	---------------

Für die vegetarische Füllung:

50 g Lauch	50 g Knollensellerie	50 g Karotten
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	$\frac{1}{2}$ Bund Estragon	50 g Weißbrot vom Vortag
$\frac{1}{2}$ Zwiebel	1 Ei	2 EL Magerquark
1 EL Crème-fraîche	200 ml Gemüsefond	Muskatnuss, Salz, Pfeffer

Für die Tomatensauce:

2 große Fleischtomaten	1 kleine Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 TL Weißweinessig	1 EL Tomatenmark	Zucker
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Teig:

Drei Eier aufschlagen, trennen und das Eiweiß aufbewahren. Mehl, Grieß und Salz in eine Schüssel geben. Eine Mulde bilden und die restlichen 2 Eier zugeben. Die Zutaten mit einer Küchenmaschine zu einem glatten Teig kneten. Der Teig muss so lange geknetet werden, bis er glatt ist und sich von der Schüssel löst. Abschließend das Rapsöl einarbeiten.

Den Teig zu einer Kugel formen, oben kreuzweise einschneiden und etwas auseinander ziehen, damit sich der Teig entspannen kann. Den Teig kurz kalt stellen und danach mit einer Nudelmaschine sehr dünn ausrollen.

Das Eiweiß zum Bestreichen der Maultäschle-Ränder aufbewahren.

Für die Hackfleisch-Füllung:

Das Brötchen vom Vortag kleinschneiden und in einer Schale mit der Milch einweichen. Den Spinat waschen und abtropfen lassen. Die Zwiebel abziehen und kleinschneiden. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken.

Den Spinat in heißem Wasser kurz blanchieren und dann mit kaltem Wasser abschrecken. Anschließend den Spinat ausdrücken und die Blätter hacken. Die Butter in einer Kasserolle erhitzen und die Zwiebel darin hell anschwitzen, danach abkühlen lassen. In einer Schüssel den Spinat und die Zwiebel vermischen. Die eingeweichten Brötchen, Bratwurstbrät, Hackfleisch, Ei hinzugeben und vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Petersilie abschmecken.

Den Maultäschle-Teig passend zurecht schneiden und mit der klassischen Füllung befüllen. Den Rand mit Eiweiß bestreichen und mit einer Gabel fest andrücken. Die Maultäschle für 5 Minuten

in Salzwasser garen.

Für die Zwiebelschmelze:

Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Hälfte der geschnittenen Zwiebeln darin braun anbraten. Die klassischen Maultäschle mit der Zwiebelschmelze servieren.

Für die Lachs-Füllung:

Das Lachsfilet waschen, abtupfen und in kleine Würfel schneiden. Die Zitrone waschen und die Schale abreiben. Kerbel und Dill abbrausen, trockenwedeln und hacken. Die Pistazien hacken. Das Lachsfilet, Kerbel, Dill, Korianderkörner, Zitronenabrieb, Mascarpone und Gemüsefond mit einem Mixer pürieren. Sahne, Wermut und Pistazien hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Maultäschle-Teig passend zurecht schneiden und mit der Lachs- Füllung befüllen. Den Rand mit Eiweiß bestreichen und mit einer Gabel fest andrücken. Die Maultäschle für 5 Minuten in Salzwasser garen.

Für die Meerrettichsauce:

Den Dill abbrausen, trockenwedeln und hacken. Die Milch in einem Topf erwärmen und Sahne-merrettich dazu geben. Mit einem Pürierstab aufschäumen und mit Dill garnieren. Die fertigen Lachs-Maultäschle mit Meerrettichsauce servieren.

Für die vegetarische Füllung:

Den Lauch putzen und Knollensellerie waschen. Beides kleinschneiden. Die Karotten schälen und kleinschneiden. Die Zwiebel abziehen und würfeln. Das Weißbrot in kleine Würfel schneiden. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und hacken. Den Estragon abbrausen, trockenwedeln, die Blätter abzupfen und hacken.

Den Gemüsefond in einem Topf mit Zwiebel, Lauch, Knollensellerie und Karotten bei geschlossenem Deckel für 5 Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gemüse in ein Sieb abgießen und abtropfen und auskühlen lassen. Das abgekühlte Gemüse in einer Schüssel mit den Weißbrotwürfeln, Magerquark, Crème fraîche, Ei, Schnittlauch und Estragon zu einer festen Masse vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Den Maultäschle-Teig passend zurecht schneiden und mit der vegetarischen Füllung befüllen. Den Rand mit Eiweiß bestreichen und mit einer Gabel fest andrücken. Die Maultäschle für 5 Minuten in Salzwasser garen.

Für die Tomatensauce:

Die Tomaten für 30 Sekunden in heißem Wasser überbrühen. Anschließend schälen, den Strunk und die Kerne entfernen und würfeln. Die Zwiebel und die Knoblauchzehe abziehen und kleinschneiden. In einem Topf das Olivenöl erhitzen und darin Knoblauch und Zwiebeln andünsten. Tomatenmark, Essig und Tomaten zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und für 20 Minuten köcheln lassen. Variationen vom Maultäschle: Klassisch mit Zwiebelschmelze und Vegetarisch mit Tomatensauce, Lachs und Meerrettichsauce auf Tellern anrichten und servieren.

Melanie Bolai am 22. Januar 2018

Maultaschen im Steinpilz-Sud mit krosser Petersilie

Für zwei Personen

Für den Teig:

400 g Mehl (Type 405) 4 Eier 2 EL Olivenöl

Für die Füllung:

150 g Hackfleisch vom Schwein 100g Hackfleisch vom Rind 80 g Kalbsbrät
50 g Blattspinat 2 Steinpilze 2 Zwiebeln
1 Ei 1 Brötchen 2 TL Semmelbrösel
1 EL Butter ¼ Bund glatte Petersilie Salz, Pfeffer

Für den Pilzsud:

3 EL getr. Steinpilze 2 Steinpilze 50 ml trockener Weißwein
400 ml Gemüsefond 2 EL weißer Portwein Olivenöl
Salz Pfeffer Steinpilzschaum
2 EL Steinpilzpulver 100 ml Milch

Für die Garnitur:

¼ Bund glatte Petersilie 1 Belper Knolle Pflanzenöl

Für den Teig: Die Eier trennen und mit Salz kurz durchschlagen. Etwa 5 Minuten stehen lassen. So bekommen die Eier eine schöne dunkelgelbe Farbe. Eimasse und Öl zu dem Mehl geben und alles zu einem glatten Teig kneten.

Den Teig zu einem Ball formen und in Frischhaltefolie wickeln. Mit der Nudelmaschine in dünne Bahnen ausrollen.

Für die Füllung: Den Ofen auf 150 Grad Umluft vorheizen. Den Spinat in kochendem Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Zwiebeln abziehen, würfeln, dünsten und zum Spinat geben. Alles abkühlen lassen und mit dem Spinat, Rinderhack und Kalbsbrät in einer Schüssel vermengen. Petersilie hacken und zusammen mit dem Ei, Brötchenstückchen und Semmelbrösel unter die Fleischmasse kneten.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Pilzsud: Die getrockneten Steinpilze in einem Schälchen mit 200 ml kochendem Wasser übergießen und einweichen.

Die frischen Steinpilze in Scheiben schneiden. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Pilze darin 2 Minuten kräftig anbraten, salzen und pfeffern. Mit dem Weißwein ablöschen, etwas einkochen lassen, dann die Gemüsebrühe dazu gießen und aufkochen lassen. Die Einweichflüssigkeit der getrockneten Steinpilze durch einen Papier- Kaffeefilter dazugießen, die eingeweichten Pilze wegwerfen. Die Suppe noch 2 Min. weiterkochen lassen und nach Belieben mit Portwein, Salz und Pfeffer abschmecken. Die angebratenen Pilze nachher mit dem Sud anrichten.

Die Füllung auf den Teigplatten verteilen und zu einer festen Rolle aufwickeln. Die Enden zusammen drücken. Und etwa 3 cm breite Maultaschen abstechen.

Die Maultaschen im heißem Wasser mit Salz langsam garen.

Milch mit dem Steinpilzpulver und dem Sojalecitin aufschäumen. Später den Schaum auf die Maultaschen geben.

Für die Garnitur: Öl in der Pfanne heiß werden lassen, die Petersilie knusprig frittieren und später auf die Maultaschen verteilen. Mit einem Trüffelhobel etwas Belper Knolle über das Gericht hobeln.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Larissa Gehrman am 05. Oktober 2018

Maultaschen mit Zwiebeln, Bacon-Crunch, Kräuter-Salat

Für zwei Personen

Für den Nudelteig:

125 g Hartweizengrieß 2 Eier 75 g Mehl
1 Msp. Kurkuma 1 Prise Salz

Für die Füllung:

400 g gemischtes Hackfleisch 200 g Spinat ½ Zwiebel
1 Knoblauchzehe 3 EL Semmelbrösel 3 Eier
3 L Fleischfond 2 EL Olivenöl ½ Bund glatte Petersilie
1 Msp. geriebenen Muskat 1 TL Salz Pfeffer

Für den Bacon-Crunch:

100 g Sch. Schwarzwälder Schinken

Für den Wildkräutersalat:

200 g Wildkräutersalat 100 g Himbeeren 1 Orange, ½ EL Abrieb
1 TL Waldhonig ½ TL milder Senf 2 EL Himbeeressig
2 EL Olivenöl Salz Pfeffer

Für die Zwiebeln:

2 Zwiebeln 2 EL Butter 2 EL Butterschmalz
Salz

Für die Garnitur:

4 Stiele Schnittlauch essbare Blüten

Für den Nudelteig:

Einen Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Grieß, Kurkuma und Mehl mischen, auf die Arbeitsfläche sieben und eine Mulde in die Mitte drücken. Eier hineinschlagen und Salz zufügen. Mit den Händen zu einem glatten und geschmeidigen Teig kneten, zur Kugel formen und in Folie gewickelt kaltstellen.

Nach 20 Minuten den Nudelteig mit einem großen Messer in Portionen teilen. Jeweils mit etwas Grieß bestreuen, mit Hilfe einer Nudelmaschine zu dünnen Bahnen ausrollen und auf die mit etwas Grieß bestreute Arbeitsfläche legen.

Für die Maultaschenfüllung:

Zwiebel und Knoblauch abziehen und klein würfeln. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln und den Knoblauch darin anschwitzen. Spinat waschen, trockenschleudern, klein schneiden, in die Pfanne geben und solange erhitzen bis er in sich zusammengefallen ist.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Hackfleisch mit Petersilie, Eiern und Semmelbröseln in einer großen Schüssel gut vermischen. Mit Salz und dem Pfeffer abschmecken. Spinatmischung durch einen Fleischwolf geben, um eine feine Masse zu erhalten und anschließend mit der Fleischmasse vermengen. Bei Bedarf die FleischSpinatmasse nochmals durch den Fleischwolf lassen. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche ca. 3 mm dick ausrollen und dann in ca. 15 cm große Quadrate schneiden. Jeweils zwei Esslöffel der Füllung auf die untere Hälfte der Nudelplatte geben und verstreichen. Diese dann einrollen, ausgenommen ein 1 cm großer Rand. Den Rand mit Wasser bestreichen und festdrücken, sodass die Maultasche beim Kochen nicht aufgeht. Die Ränder seitlich fest zusammendrücken. Fleischfond erhitzen und die Maultaschen bei geringer Hitze ca. 10 Minuten ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausheben. Bei Bedarf eine Pfanne mit Butter aufstellen und die Maultaschen darin schwenken.

Für den Bacon-Crunch:

Die Streifen des Schwarzwälder Schinkens auf ein Blech legen. Blech im vorgeheizten Ofen für ca. 8 Minuten garen bis der Bacon schöne Röstaromen angenommen hat.

Für den Wildkräutersalat:

Wildkräuter waschen, trockenschleudern und in Salatteller anrichten.

Himbeeren verlesen und mit dem Pürierstab fein pürieren. Orange waschen und Schale abreiben. Honig, Senf, Orangenabrieb, Olivenöl und Essig unter die pürierten Himbeeren geben. Nochmals aufmixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Um eine noch feinere Textur zu erhalten kann das Dressing durch ein feines Passiersieb gegeben werden, sodass die Himbeerkerne herausgefiltert werden.

Für die Zwiebeln:

Zwiebeln abziehen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Im Topf Butter und Butterschmalz zerlassen und die Zwiebeln mindestens 20 Minuten dünsten. Ständig umrühren damit die Zwiebeln goldbraun aber nicht angebrannt sind. Mit Salz bestreuen.

Für die Garnitur:

Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und in feine Ringe schneiden.

Blüten als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Carina Mayer-Pendl am 23. Juni 2020

Mexikanische Hack-Bällchen mit Joghurt-Fladen

Für zwei Personen

Für die Hackbällchen:

1 Scheibe Vollkorntoast	250 g gemischtes Hackfleisch	1 Knoblauchzehe
1 Ei	Pflanzenöl	$\frac{1}{2}$ TL scharfes Paprikapulver
1 Prise Zimt	1 Prise Cumin	1 Prise getr. Oregano
$\frac{1}{2}$ TL Curry	$\frac{1}{2}$ TL Chilipulver	Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

200 g Kidneybohnen	400 g stückige Tomaten	1 Zwiebel
$\frac{1}{2}$ TL Chilipulver	$\frac{1}{2}$ TL scharfes Paprikapulver	1 Prise Zimt
1 Prise Cumin	1 Prise Knoblauchpulver	1 Prise getr. Oregano
$\frac{1}{2}$ TL Curry	Salz	Pfeffer

Für die Joghurtfladen:

150 g griech. Joghurt	150 g Weizenmehl	2 TL Backpulver
1 TL Schwarzkümmel	$\frac{1}{2}$ TL Salz	

Für die Garnitur:

2 Zweige Korianderblätter

Für die Hackbällchen:

Das Toast in Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und kleinschneiden.

Hackfleisch mit Toastwürfeln, dem Ei, Paprikapulver, Zimt, Cumin, Knoblauch, Oregano, Curry, Chili, Salz und Pfeffer in einer Schüssel gut vermischen. Kleine Bällchen formen und in einer Pfanne ca. 10 Minuten in Öl auf mittlerer Stufe rundherum braten, bis sie überall gebräunt sind.

Für die Sauce:

Zwiebeln abziehen und in feine Scheiben schneiden. Ca. 5 Minuten in einer Pfanne anbraten. Kidneybohnen abspülen und abtropfen, mit Tomaten, Chili, Paprika, Zimt, Cumin, Knoblauch, Oregano, Curry, Salz und Pfeffer und ca. 60 ml Wasser und den Hackbällchen in einen Topf geben. Alles vermengen und zum Kochen bringen.

Auf niedriger Stufe abgedeckt ca. 10 Minuten köcheln.

Für die Joghurtfladen:

Joghurt mit Mehl, Backpulver und Salz zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten. Eine Pfanne erhitzen.

Teig in 4 Portionen teilen und jeweils zu runden, dünnen Fladen ausrollen. Mit Schwarzkümmel bestreuen. Leicht bemehlen, falls der Teig klebt. Fladen in der heißen Pfanne nach und nach von beiden Seiten backen.

Für die Garnitur:

Koriander abrausen, trockenwedeln und die Blätter als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Veronika Hülsmann am 28. Januar 2019

Mexikanischer Taco mit Spriral-Pommes und Sour Cream

Für zwei Personen:

Für die Tacos:

200 g Masa Harina Maismehl Salz

Für die Füllung:

300 g Rinderhackfleisch	1 rote Paprika	1 Zwiebel
1/2 Dose Gemüsemais	1 Dose Kidneybohnen	100 g Cheddar-Käse
4 EL Tomatenmark	1 Dose gehackte Tomaten	1/2 Tasse schwarzer Kaffee
1/2 Msp. Chilipulver	1/2 Msp. Kreuzkümmel	50 g Zucker
Sonnenblumenöl		

Für die Pommes:

2 große festk. Kartoffeln 1 EL Speisestärke Pflanzenfett

Für die Sour Cream:

1 Knoblauchzehe	1 Zwiebel	1 Zitrone
200 g Schmand	100 g Magerquark	2 EL Weißweinessig
20 Stängel Schnittlauch	Salz, Pfeffer	

Für die Tacos:

Das Maismehl mit 100 ml heißem Wasser und etwas Salz vermischen und zu einem festen, nicht klebrigen Teig verkneten. Teig ca. 10 Minuten ruhen lassen. Aus einer kleinen Kugel einen Fladen pressen. Fladen in einer Pfanne ohne Fett ausbraten.

Für die Füllung:

Hackfleisch scharf in Öl anbraten. Zwiebel abziehen und klein schneiden.

Paprika waschen, vom Kerngehäuse und Scheidewänden befreien, klein schneiden und zusammen mit der Zwiebel zum Hackfleisch geben. Mit Kaffee ablöschen. Tomatenmark, Tomatenstückchen, Mais und Kidneybohnen dazugeben. Chilipulver, Kreuzkümmel und Zucker würzen und einkochen lassen. Käse reiben und auf die Chilimasse geben. Mit einem Bunsenbrenner kurz kross flämmen.

Für die Pommes:

Kartoffeln waschen und trockentupfen. Aus den Kartoffeln mit dem Spiralpommesschneider Spiralpommes dreheln. Mit Speisestärke bemehlen. Kurz in der Fritteuse in Öl anfrühtieren. Pommes aus dem Öl nehmen und vor dem Anrichten noch einmal 2 Minuten kross frittieren.

Für die Sour Cream:

Knoblauch und Zwiebel abziehen und klein hacken. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen.

Schmand, Quark und Essig mit einem Spritzer Zitronensaft, Knoblauch und Zwiebel vermengen. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und unter die Creme heben.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Jörg Brennhöfer am 17. Juni 2020

Mini-Hackbraten mit Wachteleiern, Erbsen-Karotten-Gemüse

Für zwei Personen

Für den Braten:

300 g gemischtes Hackfleisch	1 Ei	4 Wachteleier
5 EL Semmelbrösel	1 weißes Brötchen	125 ml Milch
4 Stiele Schnittlauch	1 Schweinenetz	150 ml Geflügelfond
125 ml Weißbier	1 Msp. mildes Paprikapulver	Salz, Pfeffer

Für den Kartoffelstampf:

300 g mehligk. Kartoffeln	30 g Butter	250 ml Milch
Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Für das Gemüse:

1 rote Karotte	1 gelbe Karotte	1 kleine Zwiebel
100 g frische Erbsen	4 Zweige Petersilie	3 EL Butter
1 TL Zucker	Salz	

Für den Braten:

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Brötchen klein schneiden und mit der Milch und dem Ei vermengen. Das Hackfleisch zugeben, mit Salz, Paprika und Pfeffer abschmecken und alles gut miteinander verkneten. Nach Bedarf noch etwas Semmelbrösel untermengen. Die Wachteleier 1-2 Minuten im heißen Wasser kochen, abschrecken und vorsichtig pellen. Das Schweinenetz zurecht schneiden, Hackmasse darauf platzieren, mittig die Wachteleier daraufsetzen. Eier mit der Hackmasse und dem Netz umschließen. In eine ofenfeste Form geben und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten backen.

Fond aufkochen lassen und mit etwas Bier vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 5 Minuten einkochen lassen. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, Stiele in feine Röllchen schneiden und zum Garnieren beiseitelegen.

Für den Kartoffelstampf:

Kartoffeln schälen, klein schneiden und in Salzwasser ca. 12 Minuten weich kochen. Die weichen Kartoffeln abgießen, gut abtropfen lassen und grob zerstampfen. Mit Milch und Butter vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Für das Gemüse:

Karotten waschen, schälen und in dünne Scheiben schneiden. Erbsen waschen. Zwiebel abziehen und fein hacken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und grob hacken. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Zucker darin anschwitzen. Gemüse zugeben und ca. 4 Minuten darin bissfest kochen. Mit Salz abschmecken und mit Petersilie bestreuen.

Mini-Hackbraten mit Wachteleiern, Erbsen-Karotten-Gemüse und Kartoffelstampf auf Tellern anrichten und servieren.

Petra Breitenbaumer am 09. April 2018

Mit Schafskäse gefüllte Bifteki, Tsatsiki, Gurken-Salat

Für zwei Personen

Für die Bifteki:

250 g Rinderhackfleisch	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	80 g Schafkäse	1 Eier
1 EL Senf	3 EL Olivenöl	15 g glatte Petersilie
1,5-2 Zweige Oregano	1 EL Paniermehl	½ TL Kreuzkümmel
1 EL Zucker	Salz	Pfeffer

Für den Tsatsiki:

½ Salatgurke	2 Knoblauchzehen	250 g griech. Joghurt
1 EL Zucker	Salz	Pfeffer

Für den Gurkensalat:

1 Salatgurke	1 rote Zwiebel	1 Zitrone
75 g Feta	2 EL Olivenöl	1 Zweig Dill
1 Zweig Minze	1 Prise Zucker	

Für die Bifteki:

Die Zwiebel abziehen und in kleine Würfel schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelwürfel darin anschwitzen.

Zwiebeln herausnehmen und abkühlen lassen.

Petersilie und Oregano waschen, trocken schütteln und fein hacken.

Knoblauch auf ein Brett pressen, mit Zucker bestreuen und mit der Messerseite nochmals auf dem Brett zerdrücken. Zitrone waschen, trockentupfen und etwas Schale abreiben.

Anschließend folgende Zutaten in einer großen Schüssel miteinander verkneten: Hackfleisch, gedünstete Zwiebeln, Ei, Semmelbrösel, Petersilie, Oregano, Knoblauch, Kreuzkümmel, ½ TL Salz, ¼ TL Pfeffer, Senf und ½ TL Zitronenabrieb. Dann die Hackmasse zu sechs Kugeln, à ca. 60 g formen. In die Kugeln jeweils ein Loch drücken, ein Stück Schafskäse hineindrücken und wieder verschließen. Die verschlossenen Kugeln etwas plattdrücken und in die gewünschte Form bringen. Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Bifteki von jeder Seite ca. 6 Minuten bei mittlerer Hitze braten.

Für den Tsatsiki:

Salatgurke schälen und grob raspeln. Gurkenraspel salzen und ziehen lassen. Knoblauchzehen abziehen, auf ein Brett pressen, mit Zucker bestreuen, auf dem Brett nochmals vermengen und in den Joghurt geben. Die Gurke in ein sauberes Geschirrtuch geben und den Saft abpressen. Die trockene Gurke unter den Joghurt rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Gurkensalat:

Gurken schälen, halbieren und entkernen.

Eine halbe rote Zwiebel abziehen und in feine Ringen schneiden.

Dill abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Gurke in kleine Scheiben schneiden, in eine Schüssel geben und kräftig salzen und pfeffern.

Zwiebelringe, Dill und 1 Prise Zucker hinzugeben. Feta würfeln und ebenfalls zu den Gurken geben. Minzblätter zupfen, abbrausen, trockenwedeln, mit dem Mörser zerdrücken und ebenfalls zu den Gurken geben. Zitrone auspressen. Öl und 1 EL Zitronensaft zu einem Dressing verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dressing unter den Salat heben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Lars Förster am 12. August 2020

Orecchiette con polpette mit Schafskäse und Friarielli

Für zwei Personen

Für die Orecchiette:

200 g Semola 100 ml warmes Wasser Mehl, Semola

Für die Polpette:

250 g Rinderhackfleisch 3 Cherrytomaten 100 g Schafskäse
½ Bund krause Petersilie 1 Ei Paniermehl
2 Zweige Rosmarin 200 g Schafskäse eingelegte Friarielli
Olivenöl Salz Pfeffer

Für die Garnitur:

50 g Parmesan 1 Zweig Rosmarin 1 EL Schafskäse

Für die Orecchiette:

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Das Mehl auf der Arbeitsfläche häufen und in die Mitte eine Mulde drücken: Nach und nach die 100 ml warmes Wasser hineingießen, mit einer Gabel das Mehl von außen nach innen unterrühren und alles zu einem glatten Teig verarbeiten. Eine Fläche bemehlen, Teig darauf ca. 10 Minuten durchkneten, bis der Teig geschmeidig ist. Den Teig aufteilen, in 1 cm dicke Rolle formen und mit dem Daumen eindrücken.

Orecchiette in Salzwasser kochen, wenn diese oben schwimmen, mit einer Schöpfkelle abschöpfen.

Für die Polpette:

Die Hälfte vom Schafskäse reiben. Petersilie abrausen, trockenwedeln und feinhacken. Hackfleisch zusammen mit Ei, dem geriebenen Schafskäse, der gehackten Petersilie, Pfeffer, Salz und Paniermehl zu einer Masse vermengen.

Rosmarin ebenfalls feinhacken und untermengen. Andere Hälfte des Schafskäses in kleine Stücke brechen.

Aus der Hackfleischmasse kleine Polpette formen. Hackfleischbällchen mit jeweils einem Stück Schafskäse füllen. In der Zwischenzeit in einer großen, tiefen Pfanne das Öl erwärmen und die Hackbällchen darin scharf anbraten und im Anschluss die Friarielli und Tomaten schwenken.

Für die Garnitur:

Parmesan reiben. Rosmarinzweig, Parmesan und Schafskäse über dem Gericht verteilen. Das Gericht auf tiefen Tellern anrichten und servieren.

Sabrina Gostomski am 15. Mai 2019

Pappardelle mit Bolognese-Sauce

Für zwei Personen

Für die Bandnudeln:

300 g Mehl 3 Eier 2 EL Olivenöl
Salz

Für die Bolognese-Sauce:

250 g gem. Hackfleisch 1 große Karotte 3 Stangen Staudensellerie
2 Zwiebeln 1 Knoblauchzehe 400 g gehackte Tomaten
1 EL Tomatenmark 250 ml Fleischfond 300 ml Rotwein
3 Lorbeerblätter $\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie $\frac{1}{2}$ Bund Basilikum
Zucker Olivenöl Kräuter-der-Provence
Salz Pfeffer

Für die Garnitur:

50 g Parmesan 1 Stiel Basilikum

Für die Bandnudeln:

Das Mehl, Eier, und Olivenöl vermengen. Mit Salz abschmecken. Alles ca. 10 Minuten zu einer Kugel kneten. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und in Streifen schneiden. In kochendem Salzwasser 3-5 Minuten kochen.

Für die Bolognese-Sauce:

Die Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein hacken. Staudensellerie waschen und trockentupfen. Karotte schälen, zusammen mit der Staudensellerie in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebeln, Knoblauch, und Hackfleisch anbraten. Karotte, Staudensellerie und Tomatenmark dazugeben und kurz mit anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und Rotwein ablöschen. Tomaten dazugeben und mit Zucker abschmecken. Fleischfond hinzufügen. Basilikum und Petersilie abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Mit den Lorbeerblättern dazugeben, kurz aufkochen und weiter köcheln lassen.

Mit Salz, Kräutern der Provence und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

Den Parmesan reiben. Nudeln in die Sauce geben und einmal kurz durchschwenken. Basilikum abrausen, trockenwedeln und Blätter zupfen.

Die Pappardelle mit Bolognese-Sauce auf Tellern anrichten, mit Parmesan bestreuen, mit Basilikum garnieren und servieren.

Benjamin Gram am 22. Mai 2018

Pasta mit Tomaten-Soße und Fleisch-Bällchen

Für zwei Personen

Für die Pasta:

200 g Hartweizengrieß 2 kalte Eier Salz

Für die Tomatensauce:

1 kg reife Tomaten 2 Zwiebeln 5 Knoblauchzehen
1 Zitrone 1 Bund Thymian 1 Bund Basilikum
 $\frac{1}{2}$ TL Kurkuma $\frac{1}{2}$ TL süßes Paprikapulver Paradieskörner
1 EL Zucker Olivenöl Salz, Pfeffer

Für die Fleischbällchen:

250 g gem. Hackfleisch 1 EL Fenchelsaat Muskatnuss
Olivenöl Salz Pfeffer

Für die Garnitur:

20 g Parmesan 6 Blätter Basilikum

Für die Pasta:

Den Hartweizengrieß in eine Schüssel geben und eine Mulde formen.

Eier hineingeben und salzen. Eier mit einer Gabel verquirlen, dann alles zu einem glatten Teig verkneten. Bei Bedarf kaltes Wasser hinzugeben.

Teig für ca. 15 bis 20 Minuten ruhen lassen. Anschließend den Teig mithilfe einer Nudelmaschine bis Stufe 4 ausrollen. Während des Ausrollens gut nachmehlen und gleichmäßig falten. Teig mit einem scharfen Messer in Nudeln schneiden. In reichlich Salzwasser al dente kochen.

Für die Tomatensauce:

Zitrone halbieren und Saft auspressen. Zwiebeln und Knoblauch mit Schale halbieren. Knoblauch andrücken. Olivenöl in einem Topf erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch darin anschwitzen. Mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen.

Tomaten waschen. Thymian und Basilikum abbrausen und trockenwedeln. Tomaten, Thymian und Basilikum zu den Zwiebeln und Knoblauch in den Topf geben und anschwitzen. Mit Kurkuma, Paprikapulver und Salz würzen. Tomaten mit einem Löffel zerdrücken, dann den Topf mit einem Deckel abdecken und ca. 20 Minuten köcheln lassen. Gelegentlich umrühren.

Sugo mithilfe eines Passiergeräts in eine große Pfanne passieren, mit Pfeffer, Paradieskörnern und Zitrone abschmecken und sämig einkochen.

Für die Fleischbällchen:

Fenchelsaat mit Salz und Pfeffer in einen Mörser geben und zerkleinern.

Gewürze zum Hackfleisch geben und ordentlich verkneten.

Haselnussgroße Bällchen aus der Masse formen und langsam und gleichmäßig in Olivenöl braten.

Pasta und Fleischbällchen in die Pfanne zur Tomatensauce geben und gut schwenken.

Für die Garnitur:

Parmesan hobeln. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und Blättchen in feine Streifen schneiden. Parmesan und Basilikum als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Thomas Marquardt am 19. Oktober 2020

Pelmeni mit Butter und sauren roten Zwiebeln

Für zwei Personen

Für die Pelmeni:

200 g Hackfleisch vom Rind	100 g Hackfleisch vom Schwein	2 Zwiebeln
1 Zehe Knoblauch	2 EL Butter	2 Eier (Eiweiß)
250 g Mehl	$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie	2 Zweige Thymian
$\frac{1}{2}$ TL Rote-Bete-Pulver	Salz	Pfeffer

Für die sauren Zwiebeln:

250 g rote Zwiebeln	20 ml Balsamico-Essig	1 EL Butter
Chili	Salz	

Für die Pelmeni:

Für die Füllung Zwiebeln abziehen, würfeln und mit Hackfleisch, Rote- Bete-Pulver und 3 EL Wasser vermischen. Knoblauch abziehen und klein schneiden. Thymian abzupfen und klein hacken. Beides mit unterheben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Teig Mehl, Ei und Wasser vermischen und salzen. Die Masse zu einem festen Nudelteig kneten, sehr dünn ausrollen und rund ausstechen. Füllung dann auf die Teigtasche geben und den Rand mit Eiweiß bestreichen, zusammenklappen und die Ränder fest andrücken. In kochendem Salzwasser etwa 10 Minuten gar kochen.

Für die sauren Zwiebeln:

Zwiebel abziehen, von den Ansätzen befreien und auf einem V-Hobel fein hobeln. Die Butter in einem kleinen Topf aufschäumen, die Zwiebeln dazugeben und etwa 2 Minuten darin dünsten und mit Salz würzen. Balsamico unterheben und mit Chili abschmecken.

Pelmeni mit der zerlassenen Butter übergießen, mit Zwiebeln und Petersilie garnieren und servieren.

Martin Pichler am 11. Juli 2018

Pfannkuchen mit Hackfleisch-Füllung und Champignon-Soße

Für zwei Personen

Für die Champignon-Sauce:

200 g braune Champignons	1 Zwiebel	250 ml Sahne
1 EL Rinderfond	1 Zweig glatte Petersilie	1 Muskatnuss
15 g Butter	Salz	Pfeffer

Für den Pfannkuchen-Teig:

1 Ei	125 ml Milch	125 ml Mineralwasser
110 g Weizenmehl	15 g Butter	

Für die Füllung:

250 g Rinderhackfleisch	1 Zwiebel	4 Knoblauchzehen
1 Muskatnuss	rosenscharfes Paprika	Kreuzkümmel
60 ml Sonnenblumenöl		

Für die Pfannkuchen:

1 Ei	50 g Mehl	100 g Paniermehl
Öl		

Für die Champignon-Sauce:

Die Zwiebel abziehen, klein hacken und im Öl glasig anschwitzen. Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Nach 5 Minuten mit Rinderfond und Sahne ablöschen. Etwas Butter hinzufügen und mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Die Sauce kochen lassen, bis sie etwas eingedickt ist. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und zum Garnieren verwenden.

Für den Pfannkuchen-Teig:

Ei, Milch und Mineralwasser in einer Schüssel vermengen. Das Mehl durch ein Sieb in die Schüssel sieben und in die Masse einrühren.

Eine Pfanne mit Butter erhitzen und mit einer Kelle eine Portion Teig in die heiße Pfanne geben. Die Pfannkuchen auf jeder Seite circa eine halbe Minute braten. Die fertigen Pfannkuchen auf einem Teller aufeinander stapeln.

Für die Füllung:

Zwiebel und Knoblauch abziehen und klein hacken. Zwiebel in Öl glasig anschwitzen und das Hackfleisch und den Knoblauch dazugeben. Alles anbraten, bis das Hackfleisch braun und saftig ist. Anschließend das Hackfleisch mit Muskat, Paprikapulver und Kreuzkümmel abschmecken. Die Pfannkuchen mit dem Hackfleisch belegen und einrollen.

Für die panierten Pfannkuchen:

Eine Panierstraße mit Mehl, verquirltem Ei, Paniermehl aufstellen. Die gefüllten Pfannkuchen-Röllchen in Mehl wälzen, danach durch das verquirlte Ei ziehen und im Paniermehl erneut wälzen. Die panierten Pfannkuchen in einer Pfanne mit Öl ausbacken. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Mattan Shelomo am 05. August 2020

Rösti und Stampf mit Lamm-Frikadellen und Kräuter-Quark

Für zwei Personen

Für den Steckrüben Rösti:

300 g Steckrüben	1 Kartoffel	1 Karotte
1 Ei	Mehl	Butterschmalz
Salz	Pfeffer	

Für den Steckrübenstampf:

200 g Steckrübe	100 g Kartoffeln	50 g Speckwürfel
1 EL Butter	4 EL Sahne	1 Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Für die Lammfrikadellen:

200 g Lammhack	1 Brötchen, vom Vortag	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	1 Ei	Butterschmalz
$\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kreuzkümmel	$\frac{1}{2}$ TL gemahlener Koriander	Salz, Pfeffer

Für den Kräuterquark:

200 g Magerquark	100 g Joghurt	3 EL Schmand
1 Zitrone	1 Schalotte	2 Zweige glatte Petersilie
2 Zweige Schnittlauch	2 Zweige Dill	Salz, Pfeffer

Für den Steckrüben Rösti:

Die Steckrüben, Kartoffel und Karotte schälen. Gemüse auf einer Reibe grob reiben.

Ei und etwas Mehl dazu geben. Mit Pfeffer und Salz würzen.

In Butterschmalz goldgelb braten.

Für den Steckrübenstampf:

Steckrübe und Kartoffeln schälen und in Salzwasser garkochen.

Den gewürfelten Speck in der Pfanne auslassen. Butter, Sahne, Muskatnuss, Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben.

Steckrübe und Kartoffeln auf dem Herd ausdämpfen lassen.

Dann die heiße Steckrübe und Kartoffeln in die Schüssel geben und stampfen, sodass noch kleine Stückchen zu schmecken sind. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Speck später auf dem Stampf anrichten.

Für die Lammfrikadellen:

Brötchen in kaltem Wasser einweichen. Schalotte und Knoblauch abziehen und feinschneiden.

In einer Pfanne in Butterschmalz anschwitzen.

Lammhack mit Schalotte, Knoblauch, Ei, Kreuzkümmel, Koriander, Salz und Pfeffer in einer Schüssel verkneten. Das Brötchen ausdrücken und mit zu dem Hackfleisch geben.

In der Pfanne das Butterschmalz erhitzen, kleine Frikadellen formen und darin braten.

Für den Kräuterquark:

Kräuter abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Schalotte abziehen und feinschneiden. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Quark mit Joghurt, Schmand, Zitronensaft, Schalotte und Kräutern vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Cornelia Uetrecht am 26. Februar 2020

Reis con carne in Taco-Cup mit Tomaten-Salsa, Guacamole

Für zwei Personen

Für Rice con carne:

100 g Parboiled-Reis	250 g Rinderhack	1 Paprika
2 Chilis	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
2 EL Tomatenmark	2 EL neutrales Öl	Salz, Pfeffer

Für den Taco-Cup:

250 g Weizenmehl	2 EL Olivenöl	Salz
------------------	---------------	------

Für die Tomatensalsa:

4 Tomaten	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	1 Chili
$\frac{1}{2}$ Zitrone	1 EL Essig	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Guacamole:

1 reife Avocado	1 Tomate	1 Schalotte
$\frac{1}{2}$ Zitrone	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	100 g Frischkäse

Für die Sour Cream:

200 g Quark (Vollfett)	150 g Creme Fraîche	1 Bund Schnittlauch
$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ Zitrone	1 EL Essig
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für Rice con carne: Den Reis in kochendes, gesalzenes Wasser geben.

Chili und Paprika im Ofen grillen, bis sie von allen Seiten schwarz sind. Dann häuten, entkernen und fein hacken. Schalotte und Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln. In etwas Öl in Pfanne andünsten. Hackfleisch dazu geben und anbraten. Tomatenmark, Paprika und Chili dazu geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Reis abgießen und unter Hackfleischpfanne heben.

Für den Taco-Cup: Ofen auf 180 Grad vorheizen. Mehl mit Salz vermengen und langsam 100 ml Wasser dazu geben. Teig kräftig kneten, bis glatter Teig entstanden ist. Teig in zwei Teile schneiden und dünn um eine eingölte Metallschüssel formen. Über der Schüssel im Ofen ca. 10 Minuten gar backen.

Für die Tomatensalsa: Chili waschen, entkernen und klein schneiden. Tomaten waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Knoblauchzehe abziehen und durch Knoblauchpresse drücken. Essig, Öl und Knoblauch vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Für die Guacamole: Tomate kurz in kochendes Wasser geben und in kaltem Wasser abschrecken, anschließend Haut abziehen. Tomate entkernen und Fruchtfleisch in feine Würfel schneiden. Schalotte abziehen und fein hacken. Knoblauchzehe abziehen und durch Knoblauchpresse drücken. Avocado halbieren, entkernen und mit Löffel aushöhlen. Avocadofleisch mit Gabel zerdrücken. Tomaten, Zwiebeln, Knoblauch und Frischkäse dazu geben und vermengen. Mit Zitrone, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Sour Cream: Knoblauchzehe abziehen und durch Knoblauchpresse drücken. Öl, Essig, Spritzer Zitronensaft und Knoblauch verrühren. Quark und Creme Fraîche einrühren. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und sehr fein hacken. Unter die Masse heben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

David Klinkhammer am 04. Februar 2019

Reis-Teigtaschen mit Soja-Soße, Schalotten und Koriander

Für zwei Personen

Für die Füllung:

150 g Hackfleisch vom Schwein	100 g Hackfleisch vom Rind	50 g getrock. Mu-Err-Pilze
1 Schalotte	3 EL Fischsauce	3 EL neutrales Öl
Pfeffer		

Für die Crêpes:

400 g Reismehl	50 ml neutrales Öl	Pflanzenöl
----------------	--------------------	------------

Für die frittierten Schalotten:

3 Schalotten	2 EL Mehl	300 ml Frittieröl
Salz		

Für die Sauce:

4 EL Sojasauce	2 EL Fischsauce	4 EL Zucker
1 Zitrone, (Saft)		

Für die Garnitur:

$\frac{1}{4}$ Bund Koriander

Für die Füllung:

Die Pilze in heißem Wasser 20 Minuten einweichen und quellen lassen.

Die Schalotte abziehen und feinhacken. Die Pilze ausdrücken, Stiele entfernen, kleinschneiden und hacken. Das Hackfleisch in einer Schüssel mit Pilzen und Schalotten vermischen.

In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Mischung anbraten, mit Fischsauce und Pfeffer würzen, aus der Pfanne nehmen und auf einem Küchensieb nochmals feinhacken.

Für die Crêpes:

Das Reismehl mit kochendem Wasser übergießen, sodass der Teig eine crêpeteig-ähnliche Konsistenz hat. Öl einrühren.

Etwas Öl in eine Crêpepfanne geben, auf mittlere Hitze stellen und einen Schöpflöffel Teig in die Pfanne geben. Leicht schwenken, sodass der Boden gerade bedeckt ist und den Deckel aufsetzen. Etwa 1 Minute warten, dann aus der Pfanne nehmen.

Die Crêpes jeweils mit etwa $2\frac{1}{2}$ EL der Füllung mittig belegen, fest zusammenrollen und beiseite stellen.

Für die frittierten Schalotten:

Die Fritteuse auf 170 Grad vorheizen.

Die Schalotten abziehen und in dickere Ringe schneiden. Die Schalotten in Mehl wenden.

In der Fritteuse goldgelb ausbacken, abschöpfen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Mit etwas Salz würzen.

Für die Sauce:

Sojasauce, Fischsauce und Zucker in einen Topf geben und einköcheln lassen. Zitrone halbieren und auspressen, die Sauce damit abschmecken.

Für die Garnitur:

Den Koriander abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Koriander garnieren und servieren.

Mai Huynh am 05. August 2019

Rind-Frikadellen mit Mango-Salsa und Apfel-Möhren-Stampf

Für zwei Personen

Für die Frikadellen:

375 g Rinderhackfleisch	1 Zwiebel	1 Ei
2 EL Quark, 401 EL mittelscharfer Senf	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	$\frac{1}{2}$ Bund Oregano	3 EL Semmelbrösel
Rapsöl	Salz	Pfeffer

Für die Mango-Salsa:

2 Frühlingszwiebeln	1 Mango	1 Limette
1 Chilischote	3 cm Ingwer	1 EL Agavendicksaft
1 EL Weißweinessig	4 EL Olivenöl	1 Bund Koriander
1 EL brauner Zucker	Salz	Pfeffer

Für den Möhren-Apfel-Stampf:

350 g junge Möhren	1 Apfel	1 Orange
1 EL Butter	150 ml Sahne	1 Prise Chiliflocken
1 TL Kräutersalz	Pfeffer	

Für die Frikadellen:

Das Hackfleisch in eine große Schüssel geben und Ei, Quark, Senf und Semmelbrösel hinzugeben. Petersilie, Schnittlauch und Oregano abbrausen, trockenwedeln und hacken. Kräuter zum Hackfleisch geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Alles gut miteinander vermengen. Zwiebel abziehen, klein hacken und in einer Pfanne in Öl glasig andünsten. Anschließend zur Hackfleischmasse geben und alles kräftig durchkneten. Masse ggf. erneut abschmecken, dann Frikadellen formen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Frikadellen bei mittlerer Hitze von beiden Seiten gleichmäßig braten.

Für die Mango-Salsa:

Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein schneiden und würfeln.

Chilischote waschen, trockentupfen, längs aufschneiden und von Kernen und Scheidewänden befreien. In dünne Ringe schneiden.

Frühlingszwiebeln waschen, trockentupfen und ebenfalls in dünne Ringe schneiden. Mango, Chili und Frühlingszwiebeln vermengen. Limette halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Ingwer reiben und gemeinsam mit Limettensaft zur Mango-Mischung geben. Olivenöl, Weißweinessig, Agaven-Dicksaft und braunen Zucker verrühren und ebenfalls zur Mango-Mischung geben. Alles gut vermengen, dann kräftig salzen und pfeffern.

Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Über die Salsa geben.

Für den Möhren-Apfel-Stampf:

Möhren und Apfel schälen. Apfel halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Möhren und Apfel in Scheiben schneiden. Orange halbieren, auspressen und 50 ml des Saftes auffangen. Orangensaft im Topf mit 100 ml Wasser, Kräutersalz, einer Prise Pfeffer und Chiliflocken erhitzen.

Möhren und Apfel in den Sud geben und für ca. 20 Minuten darin kochen.

Etwas Flüssigkeit abgießen, Butter und Sahne dazugeben und mit dem Stabmixer pürieren. Nochmals gut abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Renate Kaminski am 21. Oktober 2020

Rinderhack in Salatblättern, Apfel-Rote-Bete-Salat

Für zwei Personen

Für die gefüllten Salatblätter:

400 g Rinderhackfleisch	2 Römersalatherzen	1 Zwiebel
2 Frühlingszwiebeln	1 Knoblauchzehe	1 rote Chilischote
6 EL Sojasauce	4 EL Sweet-Chilisauce	3 Zweige Minze
2 Limetten	200 g Schafskäse	4 EL Olivenöl
1 EL brauner Zucker		

Für den Salat:

250 g vorg. Rote-Bete	1 Apfel (sauer, grün)	150 g pikanter Gorgonzola
60 g Walnüsse	1 Zitrone	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch
6 EL Apfelessig	7 EL Olivenöl	Zucker, Salz, Pfeffer

Für die gefüllten Salatblätter:

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Eine Limette halbieren und den Saft auspressen. Von der anderen die Schale abreiben. Zwiebel abziehen und feinschneiden. Chili fein hacken, Knoblauch abziehen und durch eine Knoblauchpresse pressen und gemeinsam mit dem Hackfleisch, der Zwiebel und Öl in einer Pfanne anbraten. Zucker, Sojasauce und Chilisauce dazu geben. Limettenschale hinein reiben und Limettensaft dazu geben. Alles vermischen und vom Herd nehmen.

Salatherzen waschen und trocken schleudern. Minzblätter und Schafskäse klein schneiden, Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und Salatblätter vom Strunk lösen. Hackfleisch, Frühlingszwiebeln, Schafskäse und Minze vermengen und in einem Salatblatt einrollen.

Für den Salat:

Rote Bete und Apfel in Würfel schneiden. Walnusskerne grob hacken, Gorgonzola klein schneiden und dazu geben. Alles vermengen und 5 Minuten im Ofen backen.

Zitrone halbieren und Saft auspressen. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und in kleine Röllchen schneiden. Essig, Öl, Salz, Pfeffer, Zucker, Zitronensaft und Schnittlauch vermengen. Vinaigrette über den Salat geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Björn Truckenbrod am 28. Juni 2018

Rinderhack-Burger mit Honig-Senf-Soße und Pommes

Für zwei Personen

Für den Burger:

2 Brioche-Burgerbrötchen	300 g Rinderhack	100 g Parmesankäse
100 g Rucola	100 g junger Spinat	1 rote Zwiebel
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Honig-Senf-Sauce:

50 g süßer Senf	50 g mittelscharfer Senf	50 g Dijon-Senf
40 g Honig, flüssig	1 EL Apfelessig	100 ml Distelöl
3 Zweige Petersilie	Salz	

Für die Pommes:

2 große Süßkartoffeln	ca. 1 l Frittierfett	Salz
-----------------------	----------------------	------

Für die Trüffel-Mayo:

1 Ei	2 Schalotten	1 Bund Blattpetersilie
1 Zitrone	1 TL süßer Senf	50 ml Trüffelöl
100 g Butter	150 ml Sonnenblumenöl	

Für den Burger:

Den Parmesan reiben. Hackfleisch mit 2 EL geriebenem Parmesan, Salz und Pfeffer verkneten und zu Pattys formen. Den braunen Absatz der Butter (für die Mayo) in einer Pfanne erhitzen. Die Pattys mit Olivenöl bestreichen und in die Pfanne geben. Ca. 2 Minuten je Seite braten. Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden. Rucola und Spinat waschen und trockenschleudern. Burgerbrötchen aufschneiden und auf der Schnittfläche in einer Pfanne mit etwas Öl anrösten. Zwiebelringe auf die untere Hälfte des Brötchens verteilen, Rucola darauf legen und einen guten EL Honig-Senf-Sauce darüber verteilen. Fleisch drauf legen und geriebenen Parmesan darüber streuen. Nochmal Sauce und paar Zwiebelringe auf dem Patty. Mit Spinat abschließen und obere Brötchenhälfte darauf legen.

Für die Honig-Senf-Sauce:

Senfsorten, Honig und Essig verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Unter ständigem Rühren das Distelöl tröpfchenweise hinzu fügen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Unter die Honig-Senf-Sauce heben. Die Sauce auf den Burger geben.

Für die Pommes:

Frittierfett in die Fritteuse geben und heiß werden lassen. Süßkartoffeln schälen und in (nicht zu schmale) Stäbchen schneiden. Süßkartoffel-Stäbchen für circa 6 Minuten in die Fritteuse geben und knusprig backen lassen. Süßkartoffeln aus dem fett holen, abtropfen lassen und salzen. In einem extra Schälchen servieren.

Für die Trüffel-Mayo:

Butter in einer Pfanne aufkochen. Wenn Butter oben braun wird, Pfanne in kaltes Wasser stellen. Braunen Absatz abschöpfen und zur Seite stellen. Molke in ein hohes Gefäß geben. Schalotten abziehen und fein würfeln, Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Zitrone auspressen. Mit Ei, süßem Senf, Saft einer halben Zitrone, 150 ml Sonnenblumenöl in das Gefäß zu der Molke geben und mit dem Stabmixer pürieren. Mit Trüffelöl und Petersilie verfeinern. Mayo in ein kleines Schälchen geben und zu den Süßkartoffeln servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Dominik Wiesel am 04. Juli 2018

Saure Klopse mit Salzkartoffeln und Rotkohl-Salat

Für zwei Personen

Für die sauren Klopse:

300 g gemischtes Hackfleisch	$\frac{1}{2}$ Brötchen vom Vortag	1 Ei
$\frac{1}{2}$ Zwiebel	1 Lorbeerblatt	5 Pimentkörner
5 EL Weinessig	1 Prise Zucker	1 Prise edelsüßes Paprikapulver
Speisestärke	Mehl	Salz, Pfeffer

Für die Salzkartoffeln:

500 g mehlig. Kartoffeln	Salz
--------------------------	------

Für den Rotkohl:

$\frac{1}{2}$ kleiner Rotkohl	$\frac{1}{2}$ Mango	6 Himbeeren
1 kleine Zwiebel	4 EL Himbeeressig	1 Prise Zucker
1 TL Preiselbeeren	Salz	Pfeffer

Für die sauren Klopse:

Das Hackfleisch mit dem Ei, und dem halben eingeweichten Brötchen vermengen. Zwiebel abziehen, hacken und dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.

Einen Topf mit Salzwasser, Lorbeerblatt und Pimentkörnern zum Kochen bringen. Mittelgroße Klöße aus dem Hackfleisch formen und in Mehl wälzen. In das Salzwasser geben und garen, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Klopse mit einem Schaumlöffel herausnehmen und warmstellen. Den Essig hinzufügen. Mit etwas kaltem Wasser die Speisestärke anrühren und mit in den Topf geben, damit eine sämige Sauce entsteht. Mit etwas Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken und die Klopse in die Sauce geben.

Für die Salzkartoffeln:

Kartoffeln schälen und in kaltem Salzwasser aufsetzen. 20 Minuten kochen, abgießen und trocknen.

Für den Rotkohl:

Rotkohl fein raspeln. Zwiebel abziehen und kleinschneiden und zusammen mit dem Rotkohl einige Minuten durchkneten. Himbeeressig, Zucker, Mango, Himbeeren und Preiselbeeren in ein hohes Gefäß geben und zu einem Dressing mixen. Alles vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Heike Prang am 11. Juni 2019

Schwäbische Maultaschen mit geschmelzten Zwiebeln

Für zwei Personen

Für den Teig:

250 g Pastamehl 2 Eier 1 EL Olivenöl
1 TL feines Salz

Für die Füllung:

100 g Kalbsbrät 100 g Hackfleisch (Rind) 100 g Hackfleisch (Schwein)
 $\frac{1}{2}$ Semmel vom Vortag 75 g Speck in Scheiben $\frac{1}{2}$ Zwiebel
60 g Blattspinat 2 Zweige glatte Petersilie 1 Ei
1 Muskatnuss Salz Pfeffer

Für den Sud:

2 Zwiebeln 1 TL brauner Zucker 1 EL Butterschmalz

Für den Teig:

Das Mehl in eine Schüssel geben und eine Kuhle formen. Eier aufschlagen, Öl und Salz hineingeben und sorgfältig zu einem kompakten Teig verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und im Kühlschrank einige Minuten ruhen lassen.

Reichlich Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen.

Den Nudelteig mit einer Nudelmaschine verarbeiten und zu zwei dünnen Bahnen auswallen.

Für die Füllung:

Die Zwiebel abziehen, halbieren und fein würfeln. Den Speck in feine Würfel schneiden. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken.

Kalbsbrät, Rinder- und Schweinehackfleisch, Speck, Zwiebel, gehackter Petersilie, Ei und Spinat zu einer glatten Füllung kneten. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Sie mögen rohes Hackfleisch nicht probieren, müssen es aber abschmecken? Ich empfehle eine Nocke davon abzustecken und in Salzwasser zu garen oder in der Pfanne anzubraten.

Jeweils einen gehäuften Teelöffel der Füllung im Abstand von ca. 8 cm auf einer Bahn verteilen, mit der anderen Lage abdecken und andrücken. Mit einem Holzstiel die Maultaschen abstecken, im kochenden Salzwasser etwa 4 Minuten al dente garen und mit einer Schöpfkelle herausholen.

Für den Sud:

Die Zwiebel abziehen, halbieren und grob würfeln.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebeln darin andünsten und mit Zucker karamellisieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Marcel Fulsche am 02. Oktober 2019

Schwedische Hack-Bällchen, Pilzrahm, Kartoffeln, Kompott

Für zwei Personen

Für die Fleischbällchen:

500 g Rinderhackfleisch	1 Schalotte	5 EL Paniermehl
1 Ei	$\frac{1}{2}$ TL Kardamom	$\frac{1}{2}$ TL Piment
1 Msp. gem. Ingwer	1 TL Sojasoße	4 EL Butterschmalz
Salz	Pfeffer	

Für den Pilzrahm:

200 g kleine Steinchampignons	2 cl Cognac	300 ml Rinderfond
200 ml Sahne	$\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel	1 TL Zucker
1 Zitrone	1 Zweig Petersilie	Salz, Pfeffer

Für die Petersilienkartoffeln:

8 kleine Drillinge	$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie	3 EL Butter
Salz		

Für das Preiselbeer-Kompott:

150 g Preiselbeeren (TK)	2 EL Wildpreiselbeeren	30 g Zucker
1 Zitrone (Saft, Abrieb)	1 Msp. Zimt	1 Msp gem. Vanillezucker

Für die Fleischbällchen:

Schalotte abziehen und fein hacken. In etwas Butterschmalz glasig anschwitzen. Abkühlen lassen. Paniermehl mit 100 ml Wasser verrühren und 1-2 Minuten quellen lassen.

Hackfleisch mit Ei, Salz, Pfeffer, Kardamom, Piment, Ingwer und Sojasauce vermengen. Schalotten und Paniermehl unterkneten. Ca. 20 kleine Fleischbällchen daraus formen und jeweils 3-4 Minuten in Butterschmalz unter Schwenken ausbacken. Dann die Bällchen aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen. Bratensatz für den Pilzrahm aufbewahren.

Für den Pilzrahm:

Champignons putzen, waschen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Die Zitrone halbieren, auspressen und den Saft aufbewahren.

Die gleich Pfanne wie von den Köttbullar nehmen und die Champignons im restlichen Bratenfett bei mittlerer Hitze anbraten, bis sie leicht braun werden. Mit Cognac und Rinderfond aufgießen. Sahne hinzugießen und die Sauce einreduzieren lassen. Mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, Zucker und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen, fein hacken und unterrühren. Kurz vor dem Servieren die Köttbullar ca. 2 Minuten in der Sauce schwenken.

Für die Petersilienkartoffeln:

Drillinge schälen und in kochendem Salzwasser ca. 15 Minuten weich kochen. Herausnehmen und abtropfen lassen. Butter in einer Pfanne schmelzen und die Kartoffeln darin ca. 1 Minute schwenken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen, fein hacken und zu den Kartoffeln geben. Mit Salz würzen.

Für das Preiselbeer-Kompott:

Preiselbeeren und Wildpreiselbeeren mit dem Zucker und 25 ml Wasser in einen Topf geben und bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen, bis das Kompott eindickt. Mit Zitronensaft und -Abrieb, Zimt und Vanille abschmecken.

Köttbullar mit Pilzrahm, Petersilienkartoffeln und Preiselbeer-Kompott auf Tellern anrichten und servieren.

Laura Schmidt am 01. Februar 2018

Scotch Eggs mit Avocado-Dip, Pommes frites, Gurken-Salat

Für zwei Personen

Für die Scotch Eggs:

85 g gemisch. Hackfleisch	1 Frühlingszwiebel	1 Knoblauchzehe
3 Eier (Größe M)	100 ml Milch	100 g Mehl
Paniermehl	1 TL BBQ-Sauce	Salz, Pfeffer, Öl

Für die Pommes frites:

2 violette Trüffelkartoffeln	2 große Süßkartoffeln	1 TL gerebelter Rosmarin
1 TL gerebelter Oregano	1 TL edelsüßes Paprikapulver	1 EL Stärke
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Avocado-Dip:

1 reife Avocado	1 Zitrone	1 Knoblauchzehe
2 EL Crème-fraîche	Salz	Pfeffer

Für den Salat:

1 Salatgurke	1 mittelgroße Zwiebel	6 EL Weißweinessig
1 TL Senfkörner	3 EL Zucker	Salz, Pfeffer

Für die Scotch Eggs: Zwei Eier für 5 $\frac{1}{2}$ Minuten in heißem Wasser kochen. Anschließend für 5 Minuten in Eiswasser abschrecken und pellen. Frühlingszwiebel waschen, trockentupfen und feinhacken. Knoblauch abziehen und ebenfalls feinhacken. Das Hackfleisch mit Frühlingszwiebel, Knoblauch, BBQ-Sauce, Salz und Pfeffer vermengen und gut durchkneten. Die Hackmasse in zwei kleinen Portionen zwischen 2 Lagen Frischhaltefolie mit einem Nudelholz ca. 5 mm dünn ausrollen. Die obere Folie wieder abziehen und je ein Ei auf das Hack legen und mit der Hackmasse ummanteln und so formen, dass das Ei vollständig umschlossen ist.

Für die Panade das dritte Ei mit Milch verquirlen und eine Panierstraße bereitstellen. Die Eier im Hackmantel zunächst in Mehl und danach in der Ei-Milch-Mischung und zum Schluss im Paniermehl wälzen. Bei 170 Grad in Öl frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen..

Für die zweierlei Pommes frites: Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Die Trüffelkartoffeln waschen, trockentupfen und in Stifte schneiden. In einem Gefrierbeutel mit Stärke umhüllen und anschließend auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech auslegen. Mit Olivenöl, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Rosmarin und Oregano würzen und für 15 Minuten im Ofen backen.

Die Süßkartoffeln schälen, in Stifte schneiden und ebenfalls in einem Gefrierbeutel mit etwas Stärke umhüllen. In die Fritteuse geben und im Öl goldbraun ausbacken. Zum Schluss mit Salz und Oregano würzen.

Für den Avocado-Dip: Die Avocado entkernen, das Fruchtfleisch herauslösen und mit einer Gabel zerdrücken. Crème fraîche unterheben und den Knoblauch abziehen und fein hacken Die Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Den Dip mit Salz, Pfeffer und Knoblauch abschmecken und mit Zitronensaft beträufeln.

Für den Gurken-Zwiebelsalat: Die Salatgurke schälen und in feine Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden.

Für das Dressing Essig, 1 EL Wasser, Salz und Zucker vermengen und die Senfkörner unterheben. Mit Pfeffer abschmecken. Gurke und Zwiebel in das Dressing geben und ziehen lassen.

Für die Scotch Eggs ein Bett aus zweierlei Pommes anrichten und die Eier darauf geben. Den Avocado-Dip und den Salat in je einem Schälchen anrichten und dazu servieren.

Anke Köhler am 16. April 2020

Sellerie-Salat mit Erdnüssen, Garnelen, Sai-Ua-Bällchen

Für zwei Personen

Für den Staudensellerie-Salat:

200 g Staudensellerie	4 cm Ingwer, $\frac{1}{2}$ EL	20 g Erdnüsse, geschält
1 EL Distelöl	$\frac{1}{4}$ Bund Minze	$\frac{1}{4}$ Bund Thai-Basilikum
$\frac{1}{2}$ TL Zucker	$\frac{1}{2}$ TL Salz	

Für den Curryfond:

3 Knoblauchzehen	1 Limette	30 g Ingwer
30 g Galgant	1 grüne Chilischote	400 ml Maracujasaft
400 ml Kokosmilch	3 Stangen Zitronengras	8 Kaffirlimettenblätter
Salz		

Für die Garnelen:

5 White Tiger Garnelen	1 Limette	1 EL Fischsauce
3 EL Sojasauce	Öl	Chilifäden

Für die Sai-Ua-Bällchen:

250 g Schweinehackfleisch	15 g Galgant	4 Kaffirlimettenblätter
$\frac{1}{2}$ Chilischote	1 TL Fischsauce	2 TL Thai Red Currypaste
2 Zweige Thaibasilikum	175 g Pankomehl	Öl
Für die Kaffirlimettenblätter:	10 Kaffirlimettenblätter	Öl

Für den Staudensellerie-Salat: Den Staudensellerie schälen, falls die Schale faserig ist und anschließend in 1 mm feine Scheiben hobeln.

Ingwer über eine Reibe reiben und zum Sellerie geben. Salz, Distelöl und Zucker hinzugeben und mit einem Löffel gut verrühren.

Staudenselleriersalat nun 20 Minuten ziehen lassen.

Kurz vor dem Servieren die Blätter des Thai-Basilikums und der Minze fein hacken und die kleinen gelbgrünen Blätter des Staudenselleriers hinzugeben. Mit den Erdnüssen garnieren.

Für den Curryfond: Kokosmilch und Maracujasaft in einen großen Topf geben.

Knoblauchzehen abziehen, andrücken und in den Topf geben.

Zitronengras halbieren, andrücken und hinzufügen. Kaffirlimettenblätter vom Strunk befreien und in den Topf geben. Ingwer und Galgant grob hacken und hinzufügen. Die grüne Chili halbieren, Kerne entfernen und ebenfalls in den Topf geben. Alle Zutaten 30 Minuten köcheln lassen. Nachdem der Fond geköchelt hat mit einem Mixstab pürieren und durch ein Sieb abseihen. Den Fond abschmecken, bei Bedarf Limettenabrieb, Limettensaft und ggfs. Salz hinzufügen.

Für die Garnelen: White Tiger Garnelen in neutralem Öl scharf anbraten. Fisch- und Sojasauce vermischen und in die Pfanne geben, bis die Flüssigkeit verkocht ist.

Auf dem Teller mit Limettenabrieb und Chilifäden garnieren.

Für die Sai-Ua-Bällchen: Strunk der Kaffirlimettenblätter entfernen. Chili entkernen. Alle Zutaten, bis auf das Hackfleisch und Öl, in einem Mixer geben und durchmischen.

Blätter des Thai-Basilikums abzupfen und fein schneiden. Hackfleisch, Thai-Basilikum und Kräuterpüree sehr gut durchkneten bis sich eine homogene Masse bildet. Daraus kleine Bällchen formen und diese im Pankomehl wälzen. Bei 140 Grad frittieren.

Für die Kaffirlimettenblätter: Strunk der Blätter ausschneiden und die Blätter in feine Streifen schneiden. Bei 140 Grad kurz (ca. 30 Sekunden) frittieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Carina Mayer-Pendl am 03. Dezember 2020

Semmelknödel-Burger mit Kalb-Patty, Schalotten-Jus, Salat

Für zwei Personen

Für den Burger:

400 g Kalbshackfleisch	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
500 g altbackendes Weißbrot	200 g Semmelbrösel	1 Bund Petersilie
1 Bund Schnittlauch	2 EL Dijon-Senf	6 Eier
250 ml Milch	Speisestärke	100 g Butter
Pflanzenöl	1 TL Speisestärke	1 Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Für den Schalotten-Jus:

8 Schalotten	250 ml Portwein	15 g Zucker
200 ml Kalbsfond		

Für den Romana-Tomaten-Salat:

1 Romanasalat	10 Kirschtomaten	1 EL Akaziensirup
50 ml Weißer Balsamico Essig	100 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

2 Zweige glatte Petersilie	4 Halme Schnittlauch
----------------------------	----------------------

Für den Burger:

Das Kalbshackfleisch mit Dijon Senf, einem Ei, Salz, Pfeffer und Muskatnuss durchkneten und ruhen lassen. Weißbrot kleinschneiden. 4 Eier darüber schlagen (1 Ei = Reserve). Schalotten abziehen und kleinhacken. Butter in einem kleinen Topf schmelzen, Schalotten dazugeben und kurz anbraten. Mit Milch ablöschen und mit Salz und Muskatnuss würzen. Über die Brotwürfel gießen. Ruhen lassen. Petersilie und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, kleinhacken und dazugeben.

Speisestärke untermischen. Langsam durchkneten. Falls die Knödelmasse zu flüssig ist, mit Semmelbröseln gewünschte Konsistenz herbeiführen. Aus der Hackfleischmasse zwei Laibchen formen und in der Speisestärke wälzen. Aus der Knödelmasse vier Laibchen formen. Je in einer eigenen Pfanne mit dem Pflanzenöl knusprig braten. Knoblauchzehe zum Laibchen legen.

Für den Schalotten-Jus:

Schalotten abziehen, kleinschneiden und in der Hackfleisch-Pfanne mit Zucker anschwitzen und mit Portwein ablöschen und Einkochen lassen. Immer wieder ein bisschen Fond dazugeben und weiter reduzieren bis eine Saucen-Konsistenz erreicht wird.

Für den Romana-Tomaten-Salat:

Romanasalat waschen, trockenschleudern und in Streifen schneiden.

Tomaten waschen und vierteln. Beides in eine Schüssel geben. In einer kleinen Schüssel aus Öl, Essig, Sirup, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette anrühren. Mit den Tomaten vermengen und kurz ruhen lassen. Vor dem Anrichten Romanasalat dazugeben und vermengen.

Für die Garnitur:

Schnittlauch in Röllchen schneiden und Petersilie kleinschneiden. Über dem Gericht verteilen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Mike Weber am 28. Januar 2019

Shakshuka, Aubergine, Lamm-Hack, Tahini-Soße, Arab-Brot

Für zwei Personen

Für das Shakshuka:

2 Auberginen	350 g Lammhackfleisch	1 Zwiebel
1 Schalotte	4 Knoblauchzehen	2 EL Tomatenmark
1 EL Paprikamark	½ Dose gestück. Tomaten	½ EL Honig
1 eingelegte Zitrone	4 Eier	½ Bund Koriander
Olivenöl	1 TL Chiliflocken	1 TL gem. Zimt
2 TL gem. Kreuzkümmel	2 TL Zatar	1 TL Raz-el-Hanout
1 TL geräuch. Paprikapulver	Meersalzflocken	Pfeffer

Für die Tahini-Sauce:

3 EL Tahini	1 Knoblauchzehe	1 Zitrone (Saft)
1 TL Honig	3 EL Sahne	1 TL gem. Kreuzkümmel

Für das arabische Brot:

200 ml Vollmilch	50 g Butter	300 g Mehl
Ghee	1 TL Salz	

Für die Garnitur:

½ Bund Koriander	20 g Pinienkerne	1 milde Chilischote
------------------	------------------	---------------------

Für das Shakshuka: Den Ofen-Obergrill auf volle Stufe stellen. Auberginen waschen und trockentupfen. Rundum mit einem scharfen Messer einschneiden und im Ofen für 20 Minuten grillen. Nach der Garzeit die Haut der Auberginen mit einem Küchenbrenner abflämmen. Die Haut entfernen und das Fleisch grob hacken. Zwiebel und Schalotte abziehen, in Halbmond-förmige Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit etwas Olivenöl Gold-braun braten. Knoblauch abziehen und pressen. Zusammen mit dem Lammhack zur Pfanne geben und alles kräftig braten. Zimt, Kreuzkümmel, Chiliflocken, Zatar, Raz el Hanout, Tomatenmark, Paprikamark und Tomatenstücke dazugeben und weitere 5 Minuten braten. Auberginen unterrühren und weitere 5 Minuten köcheln lassen. Die eingelegte Zitrone vom Fruchtfleisch befreien und die Schale in feine Würfel schneiden. Koriander abbrausen, trockenwedeln, feinhacken und mit den Zitronenwürfeln zur Pfanne geben. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Honig abschmecken. Das Shakshuka in eine Feuerfeste Form geben, 4 kleine Mulden formen und jeweils ein Ei hineingeben. Eier mit Salz und Pfeffer würzen, etwas Olivenöl über das Shakshuka geben, und die Auflaufform unter den Ofen-Grill geben bis die Eier geschmort sind und das Eigelb noch flüssig ist.

Für die Tahini-Sauce: Knoblauch abziehen. Zitrone auspressen und Saft auffangen. Tahini, Knoblauch, Zitronensaft, Kreuzkümmel, Honig und Sahne in einen Standmixer geben und pürieren. Etwas Wasser dazugeben bis eine zähflüssige Sauce entsteht.

Für das arabische Brot: Milch und Butter in einen Topf geben und erwärmen. Mehl und Salz in eine Schüssel geben, die Milch-Butter Mischung dazugeben und zu einem geschmeidigen Teig kneten. Den Teig in Folie einwickeln und für 10 Minuten ruhen lassen. Eine Pfanne erhitzen, den Teig in 4 gleichgroße Stücke teilen und jeweils zu 2 mm dünnen Fladen ausrollen. Einige Tropfen Ghee zur Pfanne geben und die Fladen einzeln von beiden Seiten Gold-braun braten. Fladen aus der Pfanne nehmen und mit etwas Butter bestreichen.

Für die Garnitur: Koriander abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Pinienkerne anrösten, Chili in dünne Ringe schneiden. Tahini-Sauce über das Shakshuka träufeln, mit Koriander, Pinienkernen und Chili garnieren und zusammen mit dem Fladenbrot servieren.

Michelle Ghofrani am 30. Januar 2019

Spaghetti bolognese

Für zwei Personen

Für die Bolognese:

500 g Rinderhackfleisch	1 Stange Sellerie	1 Karotte
1 mittelgroße Zwiebel	2 Knoblauchzehen	50 g Kirschtomaten
200 ml passierte Tomaten	1 Dose gehackte Tomaten	1 kleiner Zweig Thymian
1 Lorbeerblatt	$\frac{1}{2}$ kleine rote Chilischote	175 ml Rotwein
10 g dunkle Schokolade	2 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Für die Nudeln:

300 g Weizenmehl	2 Eier	15 ml Olivenöl
1 Prise Salz		

Für die Garnitur:

4 Zweige Basilikum	50 g Parmesan
--------------------	---------------

Für die Bolognese:

Die Karotte und den Stangensellerie schälen. Zwiebel und Knoblauchzehen abziehen. Karotte, Sellerie und Zwiebel sehr fein hacken. Knoblauchzehen in sehr feine Scheiben schneiden und salzen. Mit der Rückseite des Messers zu einer feinen Knoblauchpaste zerdrücken. Olivenöl in Topf erhitzen. Karotten, Sellerie, Zwiebel und Knoblauch andünsten. Rinderhack hinzu fügen und gleichmäßig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Überschüssiges Fett abschöpfen. Mit Rotwein ablöschen und kurz einkochen lassen. Passierte und gehackte Tomaten aus der Dose hinzu fügen und etwas köcheln lassen. Thymian abbrausen, trockenwedeln und zusammen mit dem Lorbeerblatt in die Bolognese geben. Sauce mit geschlossenem Deckel ca. 20 Minuten köcheln lassen. Chili waschen, entkernen und fein hacken. Zusammen mit der Schokolade in Bolognese rühren. Kräuter aus der Sauce entnehmen.

Kirschtomaten waschen und in etwas Olivenöl in einer Pfanne anbraten. Kurz vor dem Servieren unter Bolognese heben.

Für die Nudeln:

Mehl und Salz in einer großen Schüssel miteinander vermischen. Eier verquirlen und zum Mehl geben. 100 ml Wasser und Öl einarbeiten. Teig fünf Minuten kneten. In Frischhaltefolie einschlagen und zehn Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Auf einer bemehlten Arbeitsfläche mit Nudelholz dünn ausrollen. Mit einem großen Messer in feine Spaghetti schneiden. Kurz antrocknen lassen.

Gesalzenes Wasser in großem Topf zum Kochen bringen. Nudeln kurz kochen, anschließend abschöpfen und gut abtropfen lassen.

Für die Garnitur:

Basilikum abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Parmesan reiben. Gericht damit garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Sebastian Rheinwald am 28. November 2018

Spaghetti mit Soße Bologneser Art und Beilagen-Salat

Für zwei Personen

Für die Bolognese:

500 g Rinderhack	1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen
3 EL Tomatenmark	400 g stückige Tomaten	250 ml trockener Rotwein
100 ml Fleischfond	$\frac{1}{2}$ Bund krause Petersilie	$\frac{1}{2}$ TL geräuchertes Paprikapulver
1 Msp. Piment-d'Espelette	1 TL getrockneter Thymian	1 TL getrockneter Basilikum
1 TL getrockneter Oregano	1 TL italienische Kräuter	1 TL Chilisalz
3 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Spaghetti:

200 g Hartweizengrieß	2 Eier	Salz
-----------------------	--------	------

Für den Salat:

100 g Eichblattsalat	100 g Lollo Bianco	5 Kirschtomaten
5 essbare Blüten	1 Limette	3 EL Walnussöl
2 EL Kürbiskernöl	4 EL Passionsfrucht-Essig	2 EL Cranberry-Essig
3 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

100 g Parmesan

Für die Bolognese:

Die Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel fein würfeln und Knoblauch durch eine Presse drücken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Olivenöl in einem Topf erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch darin anschwitzen. Hackfleisch und Petersilie hinzugeben und gut ausbraten. Tomatenmark unterrühren und alles mit Fond, stückigen Tomaten und Rotwein ablöschen. Sauce einköcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Piment d'Espelette, Thymian, Basilikum, Oregano, italienischen Kräutern und Chilisalz abschmecken.

Für die Spaghetti:

Hartweizengrieß, Eier und $\frac{1}{2}$ TL Salz vermengen und zu einem glatten Teig verarbeiten. In Frischhaltefolie einwickeln und für ca. 15 Minuten in den Kühlschrank legen. Anschließend den Teig erneut durchkneten und mithilfe einer Nudelmaschine dünn ausrollen. Nudelbahnen durch einen Spaghetti-Aufsatz geben und in siedendem Wasser al dente garen.

Für den Salat:

Salat waschen und trockenschleudern. Blätter klein zupfen. Tomaten putzen, viertel und Struck entfernen. Limette halbieren und Saft auspressen. Nussöl, Kürbiskernöl, Passionsfrucht Balsamico, Cranberry Balsamico, Olivenöl und ein Esslöffel Limettensaft gut miteinander vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Salat kurz vor dem Servieren mit Vinaigrette marinieren und schließlich mit essbaren Blüten servieren.

Für die Garnitur:

Parmesan reiben und das Gericht damit garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Silvi Wilden am 28. Oktober 2019

Spargel-Burger, Rinder-Patty, Mayonnaise, Erdbeer-Soße

Für zwei Personen

Für die Pancakes:

2 Stangen grüner Spargel	100 ml Milch	1 Ei
100 g Mehl	$\frac{1}{2}$ TL Backpulver	Öl
1 Prise Salz	Pfeffer	Eiswasser

Für die Mayonnaise:

1 Limette	2 Eier	1 TL mittelscharfer Senf
150 ml Olivenöl	30 ml Trüffelöl	$\frac{1}{2}$ TL Zucker
Salz	Pfeffer	

Für das Patty:

350 g Rinderhackfleisch	1 TL körniger Dijonsenf	1 Prise Kreuzkümmel
Öl, Salz, Pfeffer		

Für den Spargel:

4 Stangen weißer Spargel	100 g Rucola	1 Schalotte
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Sauce:

10 Erdbeeren	30 g Butter	Dunkler Balsamico Essig
Frische Minze	1 TL Zucker	Salz, Pfeffer

Für die Chips:

2 violette Kartoffeln	Öl	Salz
-----------------------	----	------

Für die Pancakes: Einen Teig aus Mehl, Milch, Backpulver, Ei, Salz und Pfeffer herstellen.

Spargel schälen, kurz blanchieren und in Eiswasser abschrecken.

Anschließend fein schneiden und in den Teig geben. Aus dem Teig zwei Pancakes in einer Pfanne mit Öl braten.

Für die Mayonnaise: Eier trennen. Limette halbieren und Saft auspressen. Eigelb in ein hohes Gefäß geben, Salz, Pfeffer, Senf und den Saft einer halben Limette und Zucker dazugeben. Das Öl langsam einmischen bis eine feste Masse entsteht. Trüffelöl dazu geben, mixen und nochmals abschmecken.

Für das Patty: Hackfleisch mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Senf vermengen und zwei Pattys daraus formen. In einer Pfanne mit Öl scharf von beiden Seiten anbraten und bei 90 Grad in den Backofen geben.

Für den Spargel: Rucola waschen und trockenschleudern. Spargel schälen, Ende entfernen und ganz fein schneiden. Den geschälten Spargel mit Rucola mischen. Schalotte abziehen, kleinschneiden und in Olivenöl anschwitzen.

Für die Sauce: Erdbeeren waschen und in dünne Scheiben schneiden. Butter und Zucker in einer Pfanne karamellisieren. Erdbeeren dazu geben und mit Balsamico ablöschen. Minze abrausen, trockenwedeln, feinhacken und dazugeben.

Für die Chips: Kartoffeln waschen, hobeln und auf einem Tuch trocknen. In der Fritteuse fritieren und mit Salz bestreuen.

Den unteren Pancake mit dem Trüffelöl bestreichen dann den RucolaSpargel-Mix darauflegen, Rinderpatty darauf, dann die Spargel Stangen und einen Teelöffel Erdbeersauce darauf geben. Den oberen Pancake mit der Trüffel-Mayonnaise bestreichen und seitlich daraufsetzen.

Gericht mit Chips garnieren und servieren.

Pepe am 24. Juni 2020

Tagliatelle mit Pilz-Rahm-Soße und Polpettine

Für zwei Personen:

Für die Tagliatelle:

200 g Mehl, Typ 405	Wiener Grießler	4 Eier
2 EL Olivenöl	Salz	

Für die Pilzrahmsauce:

200 g Kräuterseitlinge	4 getrock. Morcheln	1 Zwiebel
150 ml Sahne	100 ml Geflügelfond	200 ml halbtr. Weißwein
1/2 Bund glatte Petersilie	Butter Cayennepfeffer	Salz, Pfeffer

Für die Polpettine:

250 g Rinderhackfleisch	1 Zwiebel	1/2 Brötchen, vom Vortag
Semmelbrösel	1 Ei	125 ml Milch
Butter	1/2 Bund glatte Petersilie	Rapsöl, Cayennepfeffer Salz

Für die Garnitur:

50 g Parmesan	1/2 Bund glatte Petersilie
---------------	----------------------------

Für die Tagliatelle:

Die Eier trennen und Eigelbe auffangen. Mehl mit Eigelb, Olivenöl und einer Prise Salz zu einem homogenen Teig verkneten. Kurz in den Kühlschrank geben und ruhen lassen. Arbeitsfläche mit Wiener Grießler bestreuen. Teig mithilfe der Nudelmaschine dünn ausrollen und Tagliatelle herstellen.

In Salzwasser garen.

Für die Pilzrahmsauce:

Morcheln mit ca. 80 ml heißem Wasser übergießen und ziehen lassen.

Aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und in Streifen schneiden.

Kräuterseitlinge putzen und in Streifen schneiden. Pfanne erhitzen und Kräuterseitlinge darin anbraten. Zwiebel abziehen und fein hacken. In einer zweiten Pfanne in Butter anschwitzen.

Kräuterseitlinge mit Weißwein ablöschen, kurz aufkochen lassen, dann Geflügelfond, Sahne, angeschwitzte Zwiebel und Morcheln hinzugeben. Mit Salz, Cayennepfeffer und Pfeffer abschmecken.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Kurz vor dem Servieren unter die Sauce heben.

Für die Polpettine:

Zwiebel abziehen, fein würfeln und in Butter anschwitzen. Milch in einem Topf erwärmen. Brötchen in kleine Würfel schneiden und mit der Milch übergießen. Brötchenwürfel einweichen lassen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Rinderhackfleisch mit Brötchenwürfel, Zwiebel, Ei und gehackter Petersilie vermengen. Masse ggf. mit Semmelbrösel binden. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Masse zu kleinen Bällchen formen und in einer Pfanne mit Öl ringsherum braten.

Für die Garnitur:

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Parmesan reiben.

Gericht mit Petersilie und Parmesan garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Luis Loibl am 08. Juni 2020

Tajine mit Hack-Bällchen, Kartoffeln, Erbsen, Salat

Für zwei Personen

Für die Tajine:

250 g Rinderhackfleisch	4 vorw. festk. Kartoffeln	1 Tomate
100 g TK Erbsen	1 große Zwiebel	2 Knoblauchzehen
1 TL Tomatenmark	$\frac{1}{2}$ Bund frischer Koriander	$\frac{1}{2}$ TL Kurkuma
$\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kümmel	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für den Paprika-Tomatensalat:

2 kleine grüne Paprika	1 kleine rote Paprika	2 Tomaten
1 Zitrone	Salz	Pfeffer

Für die Tajine:

Die Tajine auf mittlerer Stufe mit dem Olivenöl erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch abziehen, fein würfeln und dazugeben. In der Zwischenzeit das Hackfleisch mit $\frac{1}{2}$ TL Salz, $\frac{1}{2}$ TL schwarzem Pfeffer, Kümmel und Kurkuma würzen. Koriander abbrausen, trockenwedeln, kleinhacken und 20 g zu der Fleischmasse geben. Anschließend zu Bällchen formen und ebenfalls in die Tajine geben.

Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden und ebenfalls dazugeben. Anschließend 250 ml Wasser zusammen mit dem Tomatenmark in die Tajine geben. Wasser in einen Topf füllen und mit den Erbsen einmal aufkochen. Für 5 Minuten köcheln, Erbsen abgießen und mit der Tomate ebenfalls in die Tajine geben. Danach die Hitze für 10 Minuten erhöhen, anschließend wieder reduzieren. Nach insgesamt 30 Minuten vom Herd nehmen.

Für den Paprika-Tomatensalat:

Den Backofen auf 240 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Grüne und rote Paprika waschen und für circa 25 Minuten auf mittlerer Schiene in den Ofen geben. Die Tomaten häuten und in Würfel schneiden.

Nach der Backzeit die Paprika kurz abkühlen lassen, ebenfalls schälen und in große Würfel schneiden. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Tomaten und Paprika vermengen, 2 EL Zitronensaft hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Farah Ouahi-Held am 15. April 2019

Tortilla-Chips, Guacamole, Hot-Salsa, Hackfleisch-Salat

Für zwei Personen

Für die Tortilla:

100 g Maismehl	Sonnenblumenöl	1 Prise Chilipulver
1 Prise Paprikapulver	1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer

Für den Salat:

200 Rinderhackfleisch	1 Römersalatkopf	1 Tomate
50 g Mais	1 Zwiebel	1 Jalapeño
3 EL Tomatenmark	200 g Schmand	1 Bund glatte Petersilie
1 EL Olivenöl	1 Prise Zucker	1 Prise Paprikapulver
1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer	

Für die Guacamole:

1 Avocado	1 Zitrone	1 EL Naturjoghurt
1 Prise Zucker	1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer

Für den Hot-Dip:

1 Tomate	1 Jalapeño	2 EL Tomatenmark
1 TL Honig	1 Bund Basilikum	1 Prise Zucker
1 Prise Pfeffer		

Für die Tortilla:

Das Maismehl mit 150 ml Wasser und Chili, Paprika, Salz und Pfeffer vermengen. Der Teig sollte nicht zu weich werden.

Teig mit einem Nudelholz zwischen 2 Backpapieren dünn ausrollen.

Chips ausschneiden und für ca. 2 - 4 Minuten in der Fritteuse frittieren.

Für den Salat:

Zwiebel abziehen und kleinschneiden. Hackfleisch mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Zwiebel mit Rinderhackfleisch und Öl in einer Pfanne scharf anbraten. Tomate waschen, trockentupfen und kleinschneiden. Jalapeño feinschneiden. Petersilie abbrausen, trocken wedeln und kleinhacken. Tomate, Mais, Jalapeño, Tomatenmark, Petersilie, Zucker, Paprika, Salz und Pfeffer dazugeben und bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten einköcheln lassen.

Römersalat waschen und trockenschleudern. Als Schale für den Salatinhalt nutzen. Rest Sala in kleine Streifen schneiden und mit der warmen Hackfleischmasse vermengen.

Den Schmand mit Salz und Pfeffer würzen und oben draufgeben.

Für die Guacamole:

Avocado schälen, Kern entfernen und Fruchtfleisch in einen Mixer geben. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Saft, Joghurt, Zucker, Salz und Pfeffer mit in den Mixer geben und cremig rühren.

Für den Hot-Dip:

Tomate waschen, trockentupfen und kleinschneiden. Jalapeño feinschneiden. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Tomate mit Jalapeño, Tomatenmark, Honig, Basilikum, Zucker, Salz und Pfeffer vermengen und feinmixen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Martin Hofmann am 06. November 2019

Tortilla-Wrap mit Guacamole, Salsa-Dip und Parmesan-Chip

Für zwei Personen

Für die Wraps:

200 g Weizenmehl 50 ml Olivenöl 2 TL Backpulver
2 Prisen Salz

Für die Hackfleischfüllung:

250 g Rinderhackfleisch 1 Salatherz 2 Tomaten
1 rote Paprikaschote 100 g Mais, aus der Dose 1 grüne, scharfe Chilischote
1 rote Zwiebel 1 Knoblauchzehe 3 TL Crème fraîche
150 g Cheddar 2 EL scharfes Paprikapulver 2 TL Olivenöl
Salz Pfeffer

Für die Guacamole:

1 reife Avocado 2 rote getrock. Chilischoten 1 Knoblauchzehe
1 Zitrone Salz Pfeffer

Für den Salsa-Dip:

4 große Tomaten 1 rote Paprikaschote 1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe 1 Bund krause Petersilie Salz, Pfeffer

Für den Parmesan-Chip:

250 g Parmesan 4 TL edesüß Paprikapulver

Für die Wraps:

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Mehl mit Backpulver und Salz in einer Schüssel vermischen. 100 ml Wasser und Öl zugießen und alles mit einer Gabel verrühren. Sobald der Teig anfängt zu klumpen, mit den Händen auf der Arbeitsfläche 2 bis 3 Minuten glatt kneten. Anschließend zu einer Kugel formen, mit einem sauberen Geschirrhandtuch abdecken und ca. 10 bis 15 Minuten ruhen lassen. Danach Teigkugel in Portionen teilen, flach drücken und mit einem Nudelholz zu Fladen ausrollen.

Beschichtete Pfanne gut vorheizen. Fladen hineingeben und ca. 30 bis 45 Sekunden bräunen, wenden und die andere Seite bräunen.

Für die Hackfleischfüllung:

Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel in kleine Würfel und Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Paprika waschen, trockentupfen, halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Tomaten waschen, trockentupfen und fein würfeln. Salatherzen putzen und klein schneiden. Mais abtropfen lassen.

Öl in eine Pfanne geben und das Rinderhackfleisch krümelig anbraten.

Zwiebel und Knoblauch zugeben, nach und nach Paprika, Mais und Tomaten zugeben- Chilischote der Länge nach halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein schneiden. Mit in die Pfanne geben. Hackfleischmasse mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken.

Hackfleischfüllung, Salat und Crème fraîche auf die Wraps geben, mit Käse bestreuen und gut zusammenrollen.

Für die Guacamole:

Avocado halbieren, Kern entfernen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel rauskratzen. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. und ca. 1-3 TL Zitronensaft in Mixer geben Getrocknete Chilischote der Länge nach halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und in fein schneiden. Ca. 1/3 der Chili zum Garnieren beiseitelegen. Knoblauch abziehen und pressen.

Avocado, ca. 3 Teelöffel Zitronensaft, Chili und Knoblauch in einen Multizerkleinerer geben und alles fein pürieren. Guacamole mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit restlicher Chili garnieren.

Für den Salsa-Dip:

Tomaten einritzen und für ca. 3 bis 5 Minuten in siedendes Wasser geben.

Tomaten aus dem Beutel nehmen, die Haut abziehen, halbieren und entkernen. Zwiebel abziehen und fein hacken. Knoblauch abziehen und pressen. Paprika waschen, trockentupfen, halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien, in feine Würfel schneiden.

Petersilie abrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Tomaten in einen Mixer geben und fein pürieren.

Zwiebeln, Paprika und Knoblauch unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Vor dem Servieren die Petersilie unterrühren.

Für den Parmesan-Chip:

Backblech mit Backpapier auslegen. Parmesan fein hobeln, in eine Schüssel geben und mit Paprikapulver mischen. Kleine Kugeln formen und auf das Backblech geben. Im vorgeheizten Backofen ca. 10 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und vorsichtig vom Backpapier lösen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alice Höber am 10. August 2020

Vietnamesische Rollen mit Nuoc Cham

Für zwei Personen

Für die Frühlingsrolle:

30 g getrock. Shiitake-Pilze	30 g getrock. Mu-Err-Pilze	100 g Glasnudeln
100g Mairübchen	4 Schalotten	2 Karotten
50 g Mungbohnenkeimlinge	1 Bund Schnittlauch	1 Ei
250 g Schweinehackfleisch	6 Reispapierblätter	300 ml neutrales Öl
Salz	Pfeffer	

Für das Crêpe:

200 g Reismehl	300 ml Wasser	50 ml Kokoswasser
2 EL Kurkuma	1 Ei	1 TL Salz
1 TL Schwarzer Pfeffer	1 Knoblauchzehe	1 Frühlingszwiebel
100 g kleine Garnelen	150 g Schweinefilet	½ Kopfsalat
½ Bund Koriander	2 EL Fischsauce	50 g Mungbohnenkeimlinge
Öl	6 Reispapierblätter	

Für die :

1 Knoblauchzehe	1 rote Chilischote	2 EL Zucker
8 EL heißes Wasser	4 EL Fischsauce	1 Limette
Salz	Pfeffer	

Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen.

Beide Pilzsorten mit kochendem Wasser übergießen und 10 Minuten einweichen. Anschließend die harten Stiele entfernen und fein hacken.

Glasnudeln 10 Minuten in Wasser einweichen und anschließend in kleine Stücke schneiden.

Mairübe waschen und würfeln. Schalotten abziehen und würfeln.

Mungbohnenkeimlinge in ca. 1 cm große Stücke schneiden.

Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und in feine Röllchen schneiden.

Karotten schälen und fein würfeln. Ei trennen. Schnittlauch mit den Pilzen, Karotten, Schweinehackfleisch, Mungbohnen, Schalotten, Mairüben, Glasnudeln und Eigelb vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eine große, flache Schüssel mit kaltem Wasser bereitstellen, jeweils ein Reispapierblatt kurz durchziehen und auf die Arbeitsfläche legen.

Sobald das Reispapier weich und geschmeidig ist, ans untere Ende mittig 2 Esslöffel der Farce geben und aufrollen.

In eine hohe Pfanne etwa 2cm hoch neutrales Öl einfüllen und erhitzen.

Frühlingsrollen langsam hinein gleiten lassen und bei mittlerer Hitze unter ständigem Wenden hellbraun frittieren. Mit einem Schaumlöffel herausnehmen, auf Küchentrepp legen und in den Backofen stellen, bis die restlichen Rollen frittiert sind.

Für das vietnamesische Crêpe:

Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Reismehl in 300 ml Wasser einrühren, Kurkuma unterheben. Ei trennen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Frühlingszwiebel von den Enden befreien und klein schneiden. Kokoswasser, Eigelb, ½ TL Salz, ½ TL Pfeffer, Knoblauch und Frühlingszwiebel zum Reismehl geben, gut verrühren und 15 Minuten stehenlassen.

Garnelen waschen, trockentupfen und der Länge nach teilen. Mit Fischsauce, Salz und Pfeffer 10 Minuten marinieren.

Schweinefilet in Streifen schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und 3 Streifen Schweinefleisch, Garnelen und einige Mungbohnenkeimlinge hineingeben. Von der Hitze nehmen und 1-2 Schöpflöffel Teig hineingeben. Dabei die Pfanne schwenken, damit der Boden und auch ein Teil des Randes

dünn mit Teig bedeckt sind.

Pfanne wieder auf die Hitze setzen und Crêpe eine Minute braten lassen. Auf einen Teller gleiten lassen und im Ofen warmstellen. Kopfsalat klein schneiden. Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Reispapier in Wasser tauchen, abtropfen lassen und auf eine glatte Arbeitsfläche legen. Crêpe in die Mitte des Reispapiers legen, mit Kopfsalat und Koriander belegen und von einem Ende beginnend das Ganze eng aufrollen.

Für die Nuoc Cham Sauce:

Limette halbieren und auspressen. Wasser in einem Topf erhitzen und 8 EL in eine Schale geben und Zucker darin auflösen. Fischsauce und den Limettensaft hinzugeben. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Knoblauch abziehen, fein hacken und mit in die Schale geben.

Chilischote der Länge nach halbieren, entkernen und kleinschneiden und ebenfalls mit in die Schale geben.

Die Frühlingsrollen in mundgerechte Teile schneiden und mit der Sauce servieren.

Siber Daller am 26. Juni 2019

Vogelnester mit Kartoffel-Spalten und Frühling-Salat

Für zwei Personen

Für die Vogelnester:

350 g Hackfleisch vom Schwein	1 Scheibe Toastbrot	1 Hühnerei
6 Wachteleier	150 ml Milch	3 getrocknete Tomaten
1 EL mittelscharfer Senf	1 EL Tomatenmark	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch
$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	1 EL Kartoffelstärke	Öl
Salz	Pfeffer	Eiswasser

Für die Kartoffelspalten:

2 mittelgr. festk. Kartoffeln	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
Öl	Salz	

Für den Salat:

$\frac{1}{2}$ Kopfsalat	$\frac{1}{2}$ Lollo Rosso	1 Bund Radieschen
$\frac{1}{2}$ Bund Frühlingszwiebeln	1 Zitrone	200 g saure Sahne
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	$\frac{1}{2}$ Bund Dill	1 Prise Zucker
Salz	Pfeffer	

Für die Vogelnester:

Die Wachteleier 2-3 Minuten weichkochen. In Eiswasser abschrecken.

Toastbrot in Milch einweichen. Schnittlauch und Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Getrocknete Tomaten, Schnittlauch und Petersilie klein schneiden und mit Hackfleisch, rohen Hühnerei, Senf, Tomatenmark und dem eingeweichten und ausgedrückten Toast gut vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Wachteleier pellen. Das Hackfleisch um die Wachteleier zu sechs Hackfleischbällchen formen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Bällchen darin von allen Seiten ca. 5-7 Minuten braten.

Für die Kartoffelspalten:

Kartoffeln schälen und in Spalten schneiden. Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffelspalten darin mit dem Rosmarin und Thymianzweig knusprig braten. Mit Salz würzen.

Für den Salat:

Salate putzen, waschen und trockenschleudern. Radieschen und Frühlingszwiebeln ebenfalls putzen und ggfs. vom Strunk befreien.

Radieschen in dünne Scheiben und Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden.

Für die Vinaigrette Dill und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Zitrone waschen, trockentupfen und etwas Schale von der Zitrone abreiben. Eine Zitronenhälfte auspressen. Saure Sahne mit Dill, Schnittlauch, Zucker, Zitronenabrieb und Zitronensaft vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vinaigrette mit dem Salat vermengen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

kuechenschlacht.zdf.de

Alexander Büttner am 13. Juli 2020

Western-Kartoffel-Salat mit Frikadellen und Gurken-Relish

Für zwei Personen

Für die Mayonnaise:

1 ungekühltes Ei	$\frac{1}{2}$ TL Dijonsenf	1 TL Zitronensaft
175 ml neutrales Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

Für den Kartoffelsalat:

400 g kleine Kartoffeln	150 g grüne Bohnen	180 g Cocktailtomaten
50 g getr. Tomaten	180 g Cocktailtomaten	geräuchertes Paprikapulver
Rauchsatz	Pfeffer	

Für die Frikadellen:

300 g Rinderhackfleisch	1 Zwiebel	1 TL Tomatenmark
1 TL Senf	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Gurkenrelish:

1 rote Paprika	2 Schalotten	250 g Gewürzgurken
50 g brauner Zucker	40 ml Apfelessig	Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

4 Scheiben Bacon

Für die Mayonnaise:

Den Backofen auf 200 C Grad Umluft vorheizen.

Ei trennen und das Eigelb in einer Schüssel mit Zitronensaft und Senf verquirlen.

Das Öl langsam nach und nach dazugeben und dabei kräftig rühren bis eine homogene Masse entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Kartoffelsalat:

Kartoffeln mit Schale in Salzwasser gar kochen, dann in Spalten schneiden.

Grüne Bohnen in Salzwasser ca. 5 min. bissfest garen.

Getrocknete Tomaten grob hacken und Cocktailtomaten halbieren.

Kartoffeln, Bohnen, Cocktail- und getrocknete Tomaten in eine Schüssel geben, Paprikapulver und selbstgemachte Mayonnaise untermischen und mit Rauchsatz und Pfeffer abschmecken.

Für die Frikadellen:

Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel häuten, fein hacken und in der Pfanne kurz glasig dünsten. Hackfleisch mit Tomatenmark und Senf gut vermengen, die angeschwitzten Zwiebeln dazu geben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Erneut Öl in einer Pfanne erhitzen. Frikadellen formen und in der Pfanne von beiden Seiten in wenig Öl kross anbraten und bei niedriger Temperatur gar ziehen lassen.

Für das Gurkenrelish:

Schalotte häuten, Paprika putzen. Gewürzgurken, Schalotten und Paprika in feine Würfel schneiden.

In einem Topf zusammen mit Essig und Zucker zum Kochen bringen, einkochen bis eine dickflüssige Masse entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

Zwei Muffinformen mit jeweils zwei Scheiben Bacon auslegen. Ofen auf Oberhitze stellen und den Bacon im Ofen kross werden lassen. Muffinformen aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen, den Bacon aus den Förmchen lösen, so dass zwei Baconschälchen entstehen. Gurkenrelish einfüllen. Kartoffelsalat mit Frikadellen und Baconschälchen mit Gurkenrelish auf Tellern anrichten servieren.

Carina Petz am 24. September 2018

Wildschein-Bratwurst, Pilz-Gemüse, Herzogin-Kartoffeln

Für zwei Personen

Für die Bratwurst:

300 g ausgel. Wildschweinkeule	1 Meter Schafsdarm	100 g grüner Speck
1 EL Sonnenblumenöl	1 TL gemahlener Kümmel	1 EL edelsüßes Paprikapulver
1 EL geräuchertes, scharfes Muskatnuss	Paprikapulver Salz	1 EL gerebelter Majoran bunter Pfeffer

Für das Pilzgemüse:

150 g Steinpilze	150 g Kräuterseitlinge	150 g weiße Champignons
1 Zwiebel	50 ml Sahne	1 TL süßer Senf
100 ml halbtr. Weißwein	1 TL Sonnenblumenöl	1 Bund glatte Petersilie
Muskatnuss	Salz, auf der Mühle	bunter Pfeffer

Für die Herzoginkartoffeln:

300 g mehligk. Kartoffeln	3 Eier	30 g Butter
2 EL Speisestärke	Muskatnuss	Salz, auf der Mühle
weißer Pfeffer		

Für die Bratwurst: Den Backofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Schafsdarm in ausreichend heißem Wasser einweichen, anschließend gut durchspülen. Das Fleisch und den Speck fein würfeln, in eine Schüssel geben und mit den Kümmel, edelsüßem und geräuchertem Paprikapulver, Majoran, Muskat, Salz und Pfeffer würzen, alles ordentlich vermengen. Den Darm auf das Füllhorn ziehen und eine Seite verknoten. Die Fleischmasse nun durch einen Fleischwolf drücken und während des Füllens den Schafsdarm abdrehen, um die Größe der Wurst zu bestimmen. Schafsdarm wieder verknoten. Auf diese Weise ca. 6 Würste herstellen. Die fertigen Würste für ca. 10 Minuten in siedendem Wasser abbrühen. Anschließend in kaltem Wasser abschrecken und voneinander trennen, abtropfen lassen. Pfanne mit Sonnenblumenöl erhitzen und Würste scharf anbraten.

Für das Pilzgemüse: Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Zwiebel kurz anschwitzen. Anschließend die Pilze hinzugeben, würzen und braun werden lassen. Mit Weißwein ablöschen und köcheln lassen. Senf und Sahne unterrühren. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken.

Zum Schluss fein gehackte Petersilie hinzugeben und noch einmal durchschwenken. Pilze mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Für die Herzoginkartoffeln:

Kartoffeln schälen und in grobe Stücke schneiden. Kartoffeln in kochendes Wasser geben und garen. Kartoffeln anschließend in ein Sieb geben und abtropfen lassen. Nun die Kartoffeln wieder in den heißen Topf geben und abdampfen lassen.

Eier trennen und dabei die Eigelbe auffangen.

Kartoffeln in eine Schüssel geben und im warmen Zustand mit 2 Eigelb, Butter, Salz, Pfeffer und Muskat zerstampfen. Festigkeit der Masse prüfen und ggf. mit Speisestärke binden. Masse in einen Spritzbeutel mit Sterntülle geben und als Röschen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech aufspritzen. 5 Minuten im vorgeheizten Ofen backen.

Backblech entnehmen und die Röschen mit dem verbleibenden Eigelb einpinseln. Wieder in den Ofen geben und bis zur gewünschten Farbgebung weiter garen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Max Busch am 21. Oktober 2020

Wirsing-Roulade mit Reis-Hack-Füllung und Tomaten-Soße

Für zwei Personen

Für die Wirsing-Rouladen:

200 g Schweinehackfleisch	150 g Spitzen-Langkornreis	1 Kopf Wirsingkohl
1 Zwiebel	Butter	Salz, Pfeffer

Für die Tomaten-Paprika-Sauce:

1 Paprika	1 Möhre	1 Zwiebel
400 g gehackte Tomaten	100 g Schlagsahne	2 Zweige Dill
2 EL Mehl	Butter	Salz, Pfeffer

Für die Wirsing-Rouladen:

Drei Wirsingblätter waschen, trockentupfen und in einem großen Topf mit kochendem Salzwasser garen. Danach auf der Arbeitsfläche auslegen.

Reis separat in Salzwasser garen. Zwiebel abziehen, kleinschneiden und in Butter glasig dünsten. Den fertigen Reis unter die Zwiebeln rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit rohem Hackfleisch vermengen.

Die Reis-Hack-Masse auf die Wirsingblätter geben, die Seiten einschlagen und die Blätter fest zusammenfalten.

Für die Tomaten-Paprika-Sauce:

Paprika waschen, entkernen und kleinschneiden. Möhre schälen und kleinschneiden. Zwiebel abziehen, die Hälfte würfeln und in Butter anbraten. Paprika und Möhre dazugeben und mit anbraten. Mit Dosentomaten und Schlagsahne ablöschen, Mehl darüber stäuben. Alles aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Sauce danach über die vorbereiteten Rouladen geben und für 15 Minuten darin köcheln lassen. Dill abbrausen und trockenwedeln. Die Blätter abzupfen und über das Gericht streuen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Julia Popov am 12. März 2020

Zweierlei Hackbällchen mit Schmorgurken und Jasminreis

Für zwei Personen

Für die Hackbällchen:

300 g gem. Hackfleisch	150 g Semmelbrösel	1 rote Chilischote
1 Zwiebel	2 Eier	2 Zweige glatte Petersilie
2 TL mittelscharfer Senf	2 EL Green Hornet Gewürzmischung	2 EL Sonnenblumenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Schmorgurken:

2 Salatgurken	1 Zwiebel	200 ml Schlagsahne
100 ml Milch	150 ml Gemüsefond	1 Bund Dill
1 Muskatnuss	2 EL Speisestärke	Salz, Pfeffer

Für den Reis:

150 g Jasminreis	1 L Gemüsefond	Salz
------------------	----------------	------

Für die Hackbällchen:

Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Hackfleisch mit Zwiebel, Semmelbröseln, Eiern, Senf, Salz und Pfeffer vermengen. Chilischote der Länge nach aufschneiden, vom Kerngehäuse befreien und klein hacken.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Die Hälfte der Hackfleischmasse in eine separate Schüssel geben und die Gewürzmischung, sowie Chili und Petersilie hinzufügen. Aus beiden Varianten Hackbällchen formen und diese in Öl knusprig anbraten.

Für die Schmorgurken:

Gurken schälen, von Enden befreien und in Scheiben schneiden. Zwiebel abziehen und in Streifen schneiden.

Gurken und Zwiebeln im Bratfett der Hackbällchen (siehe oben) andünsten. 150 ml Wasser, Fond, Milch und Sahne einrühren und für ca.

10 Minuten garen. Muskatnuss reiben und 1 Msp. auffangen. Gurken mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat abschmecken. Nochmals aufkochen, mit etwas Speisestärke abbinden und nochmal 1 Minute köcheln lassen. Dill abbrausen, trockenwedeln und hacken. Dill zum Gurkengemüse in die Pfanne geben und gut mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Reis:

Einen Topf mit Gemüsefond aufsetzen.

Reis waschen, abtropfen lassen und im Topf bissfest garen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Maurice Ochs am 27. Juli 2020

Index

- Aubergine, 37, 38, 57, 60, 110
Auflauf, 1
Avocado, 10, 39, 53, 81, 99, 107, 116, 117
- Bällchen, 3, 21, 22, 43, 44, 47, 51, 89, 92, 95,
106, 108, 115, 125
Bohnen, 58, 79, 81, 89, 90, 119, 122
Bolognese, 94, 111, 112
Bratkartoffeln, 28, 30
Bratklops, 2–4, 7, 13, 23, 26, 28–37, 42, 52–
54, 56–60, 72, 73, 75, 79, 92, 98, 101,
122
Burger, 8–10, 12, 40, 103, 109, 113
- Chicoree, 45
Chili-con-Carne, 81, 99
Chinakohl, 14, 19
Couscous, 43, 51, 56, 57, 73, 76
- Eisberg, 10
Erbsen, 42, 63, 91, 115
- Fenchel, 22
Fladenbrot, 56, 61, 74
- Gurke, 3, 12, 23, 28, 31, 34, 37, 39, 40, 54,
56, 74, 76, 78, 79, 92, 107, 122, 125
- Hackbraten, 91
Hackfleisch, 2–4, 7, 13, 14, 24, 25, 32, 33, 35,
40, 42, 45, 49, 50, 52, 68, 70, 84, 94,
104, 107
- Kürbis, 112
Kalb, 22, 27, 44, 72–74, 105
Klops, 61, 63–71, 104
Knödel, 49, 109
Kohl-Roulade, 14
Kohlrabi, 32
Kraut, 24
- Lamm, 37, 41, 53, 54, 56, 58–60, 74, 76–78,
110
Linsen, 21
- Möhren, 7, 10, 17, 19, 23, 25, 31, 33, 51, 58,
65, 68, 72, 79, 84, 91, 94, 98, 101,
111, 119, 124
- Nudeln, 41, 86, 87, 93–96, 105, 111, 112, 114
- Pak-Choi, 17
Paprika, 30, 57, 58, 73, 78, 97, 99, 115, 124
Pastinaken, 72
Pilze, 5, 15, 17, 19, 26, 59, 86, 97, 100, 106,
114, 119, 123
- Rüben, 98, 119
Radieschen, 52, 53, 74, 121
Reis, 1–3, 21, 37, 42, 44, 61, 99, 124, 125
Rettich, 15, 84
Rind, 7, 23, 26, 37, 40, 56, 58, 63, 69, 78, 86,
96, 100
Rinder-Hack, 1, 8–10, 12, 15, 21, 28, 30, 38,
39, 43, 47, 51, 54, 57, 59, 60, 75, 81,
83, 90, 92, 93, 97, 99, 101–103, 106,
111–117, 122
Rote-Bete, 53, 61, 64, 67, 69, 70, 72, 74, 96,
102
Rotkraut, 29, 53, 104
Rucola, 8, 12, 42, 56, 103, 113
- Schoten, 33, 42, 117
Schwein, 5, 15, 17, 19, 22, 23, 63, 75, 86, 96,
100, 108, 119, 121, 123, 124
Sellerie, 7, 22, 65, 72, 84, 94, 108, 111
Spargel, 42, 113
Spinat, 1, 38, 84, 86, 87, 103, 105
Spitzkohl, 75
Steckrübe, 98
- Tatar, 52
Teig-Taschen, 41, 86, 87, 96, 100, 105
- Weißkohl, 10, 49
Wirsing, 124
- Zucchini, 5, 57