

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Profi: Wurst-Schinken

2018

23 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 23. März 2023.

Inhalt

Schwarzwurzelnudeln mit gebratenen Speck-Champignons	1
Champignon-Wurst-Gulasch, Kartoffel-Stampf, Salat	2
Berner Rösti mit Speck	3
Kichererbsen-Bratwurst-Strudel mit Avocado-Minze-Salat	4
Geschmorter Chircorée mit Blutorangen	5
Blutwurst-Bratkartoffeln mit Spiegelei	6
Ziegenfrischkäse-Ravioli mit Feige und Parmaschinken	7
Topfen-Nocken mit Frühlingslauch und Chorizo-Schmelze	8
Spetsofai mit Kräuter-Zaziki	9
Wraps im Spitzkohl-Blatt	10
Gebratener Spargel und Spargel-Ragout	11
Brezen-Knödel auf Pilz-Ragout	12
Spinat-Salat, Radieschen, Schnittlauch-Haselnuss-Krokant	13
Strammer Max auf Gemüse-Rösti	14
Schweizer Wurst-Salat	15
Rösti-Variationen	16
Tortilla im Glas mit Oliven, Pinienkernen und Chorizo	17
Portulak mit Speck-Dressing und Kürbis-Küchlein	17
Marokkanische Wurst-Pfanne mit Merquez, Couscous, Bohnen	18
Quinoa-Omelett mit Serrano-Schinken und Manchego	18
Weißkohl-Kuchen mit Speck-Chips	19
Pasta mit Honig-Zwiebeln und Salsiccia	20
Gefüllte Zwiebeln mit Kartoffel und Chorizo	20

Index	21
--------------	-----------

Schwarzwurzelnudeln mit gebratenen Speck-Champignons

Für 4 Personen

1 Spritzer Zitronensaft	800 g Schwarzwurzeln	Salz
1 Bund glatte Petersilie	400 g Champignons	1 Zwiebel
100 g Speck	2 EL Olivenöl	Pfeffer
1 Schalotte	1 EL Butter	80 g Crème-double

Eine Schüssel mit Wasser und Zitronensaft vorbereiten.

Die Schwarzwurzeln schälen und direkt in die vorbereitete Wasserschüssel legen, sonst verfärben sich die Wurzeln.

Schwarzwurzeln mit dem Sparschäler in lange Streifen schneiden und diese in Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen.

Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden.

Die Pilze säubern und in Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und fein schneiden.

Den Speck in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne in 2 EL Olivenöl auslassen.

Zwiebel zugeben und anschwitzen, dann die Pilze zugeben und mit anbraten.

Mit wenig Salz und Pfeffer würzen, die Hälfte der Petersilie untermischen.

Schalotte schälen, fein schneiden. In einem Topf oder Butter erhitzen, die Schalotte darin anschwitzen, Crème double hinzufügen und kurz köcheln lassen.

Blanchierte Schwarzwurzeln und restliche Petersilie zugeben und kurz warm schwenken, abschmecken

In tiefen Tellern die Schwarzwurzeln anrichten, die Speckpilze darauf geben und servieren. Dazu passt gut Kartoffelpüree.

Otto Koch am 18. Januar 2018

Champignon-Wurst-Gulasch, Kartoffel-Stampf, Salat

Für 4 Portionen

Für den Stampf:

1 kg vorw. festk. Kartoffeln	2 TL Salz	1 Zwiebel
300 ml heiße Gemüsebrühe	50 ml natives Olivenöl	2 Prisen Zucker
1 Knoblauchzehe	1 Spritzer Zitronensaft	1 Msp. Chilipulver
1 Prise Muskatnuss	1 Prise Pfeffer	

Für das Gulasch:

4 grobe Bratwürste	500 g Champignons	4 große Möhren
1 Bund glatte Petersilie	1 Zwiebel	2 EL Olivenöl
200 g durchw. Speck	250 ml Weißwein	1 Spritzer Weißweinessig
1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer	1 EL Kräuterbutter

Für den Salat:

1 Kopf Eisbergsalat	300 g Rucola	2 große Tomaten
1 rote Paprikaschote	50 ml natives Olivenöl	3 EL Weißweinessig
1 Prise Zucker	1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer

Zutaten vorbereiten:

Für den Stampf die Kartoffeln schälen und in reichlich kochendem Salzwasser etwa 20 Minuten weich garen. Inzwischen die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden.

Für das Gulasch die Bratwurst in Stücke schneiden. Die Champignons putzen, bei Bedarf mit Küchenpapier trocken abreiben und grob hacken. Die Möhren schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blätter abzupfen und fein hacken. Die Zwiebel schälen und fein würfeln.

Würstchen und weitere Zutaten anbraten und ablöschen:

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Bratwurststücke darin rundherum anbraten. Die Zwiebelwürfel hinzufügen und kurz mitbraten. Champignons und Speck ebenfalls dazugeben und einige Minuten anbraten. Das Angebratene auf einer Pfannenseite zusammenschieben, auf der freien Seite Möhrenwürfel und die Hälfte der Petersilie verteilen und einige Minuten anbraten, bis die Möhrenwürfel weich, aber noch bissfest sind. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen, mit Weißwein ablöschen und nach Geschmack mit etwas Weißweinessig abschmecken. Die Kräuterbutter einrühren und alles noch einmal kurz anbraten.

Kartoffelstampf:

Die weichen Kartoffeln abgießen und ausdampfen lassen, dann mit einem Schuss Brühe vermischen und grob stampfen. Zwei EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin bei mittlerer Hitze anbraten. Mit etwas Zucker würzen. Die angebratene Zwiebel mit einem Schuss Gemüsebrühe ablöschen und unter den Kartoffelstampf heben. Ebenso den Knoblauch schälen, hacken, anschwitzen, mit Zucker würzen, mit Brühe ablöschen und unterheben. Den Stampf mit frisch gepresstem Zitronensaft und Olivenöl würzen. Mit Chilipulver, Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken. Beiseitestellen und durchziehen lassen.

Salat:

Vom Eisbergsalat die äußeren Blätter entfernen, den Kopf in mundgerechte Stücke schneiden, waschen und trockenschleudern. Den Rucola verlesen, waschen und ebenfalls trocken schleudern. Grobe Stiele entfernen, die Blätter grob hacken und die Hälfte vom Rucola in einer Schüssel mit dem Eisbergsalat mischen. Den restlichen Rucola unter das Gulasch heben. Die Tomaten waschen, halbieren und ohne Stielansatz in Stücke schneiden. Die Paprika waschen, halbieren, entkernen und ebenfalls klein schneiden. Tomaten, Paprika und restliche Petersilie unter den Salat mischen. Olivenöl, Essig, Zucker, Salz und Pfeffer verquirlen. Den Salat mit der Vinaigrette marinieren.

Anrichten:

Mit dem Kartoffelstampf auf den Tellern ein Nest formen. Das Champignon-Wurstgulasch darin verteilen und mit einer Handvoll Salat garniert servieren.

Frank Rosin am 23. Januar 2018

Berner Rösti mit Speck

Für 4 Personen

600 g vorw. festk. Kartoffeln	1 große Zwiebel	150 g Speck
150 g Emmentaler	Salz	Pfeffer
Rosmarin	Butterschmalz	

Die Kartoffeln schälen und raspeln, in einem Küchentuch gut ausdrücken.

Die Zwiebel fein würfeln und den Speck in kleine Würfel oder in feine Streifen schneiden. Den Emmentaler ebenfalls klein schneiden und mit Zwiebeln und Speck zu dem Kartoffelteig geben. Mit Salz, Pfeffer und Rosmarin abschmecken.

Das Schmalz in einer Pfanne erhitzen und aus dem Teig Rösti goldgelb braten. Die Rösti auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Christian Henze am 23. Februar 2018

Kichererbsen-Bratwurst-Strudel mit Avocado-Minze-Salat

Für zwei Personen

Für den Strudel:

2 Blätter Strudelteig	400 g Kichererbsen, Dose	400 g grobe Kalbsbratwurst
1 Stange Lauch	2 weiße Zwiebeln	3 Knoblauchzehen
3 Eier, Eigelb	100 g Butter	2 Zweige glatte Petersilie
Chili	Salz	Pfeffer

Für den Avocado-Salat:

1 Avocado	1 rote Zwiebel	3 Zweige Minze
3 Zweige Koriander	2 EL geröstetes Sesamöl	2 EL weißer Balsamico

Für die Garnitur:

150 g Crème-fraîche	1 Limette, Abrieb	Salz
---------------------	-------------------	------

Für den Strudel:

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Bratwurstmasse aus dem Darm drücken. Den Lauch der Länge nach aufschneiden, waschen und in feine Ringe schneiden. Knoblauch und Zwiebel abziehen und fein hacken. 50 g Butter in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin farblos anschwitzen. Lauch zugeben, kurz darin schwenken und alles mit Salz, Pfeffer und Chili würzen. Die Kichererbsen in einem Sieb abspülen, abtropfen lassen und zusammen mit dem Brät in eine Schüssel geben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen, hacken und zur Masse geben.

Zwiebel, Knoblauch und Lauch unter die Masse rühren und nochmals würzen. Mit einem Stabmixer die Masse grob mixen. Eigelbe unter die Masse heben.

Übrige Butter in einem Topf schmelzen und die erste Lage Strudelteig auf einem mit Backpapier belegten Backblech auslegen. Den Teig mit flüssiger Butter bestreichen. Die zweite Lage darauflegen und die Strudel- Masse mittig darauf verteilen. Zu einem Strudel aufrollen und mit 2 EL flüssiger Butter bestreichen.

Den Strudel im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen und vor dem Anrichten in Scheiben schneiden.

Für den Avocado-Salat:

Die Avocado halbieren, den Kern entfernen, das Fruchtfleisch mit einem Löffel herauslösen und grob würfeln. Die Zwiebel abziehen und in feine Streifen schneiden. Koriander und Minze abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und hacken. Sesamöl und Balsamico in einer Schüssel cremig verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Avocado, Zwiebel und Kräuter zugeben und gut vermengen.

Für die Garnitur:

Die Crème fraîche mit Limettenabrieb verrühren. Limette halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Unterrühren und mit Salz abschmecken.

Den Kichererbsen-Bratwurst-Strudel mit Avocado-Minze-Salat auf Tellern anrichten, mit dem Dip garnieren und servieren.

Johann Lafer am 02. März 2018

Geschmorter Chicorée mit Blutorange

Für 4 Personen

Für die Polenta:

300 ml Milch	300 ml Wasser	150 g Polenta
50 g Parmesan	Salz	Pfeffer
1 EL Sonnenblumenöl	3 EL Butter	

Für den Chicorée:

8 Blutorange	4 Chicorée	2 EL Sonnenblumenöl
Salz	Pfeffer	Zucker
80 g Schwarzwälder Schinken	3 EL Butter	

Für die Polenta Milch mit Wasser in einen Topf geben und aufkochen. Unter Rühren den Polentagrieß zugeben und bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten quellen lassen, dabei gelegentlich umrühren.

Den Parmesan fein reiben und unter die gequollene Polenta rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Ein Backblech mit Öl einfetten, die Polentamasse 1-2 cm hoch darauf streichen und abkühlen lassen (ca. 1,5 Stunden).

Von den Blutorange den Saft auspressen.

Chicorée der Länge nach halbieren.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

In einer Pfanne Sonnenblumenöl erhitzen und die Chicoréehälften darin goldbraun anbraten.

Dann soviel Blutorangeensaft angießen, dass die Chicoréehälften zu 2/3 in der Flüssigkeit liegen, aber nicht vollständig bedeckt sind. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Ein Stück Backpapier in der Pfannengröße ausschneiden, in die Papierkreismitte ein kleines Loch schneiden und den Chicorée mit dem Papier abdecken. So den Chicorée ca. 18 Minuten leicht köchelnd schmoren.

In der Zwischenzeit ein Backblech mit Backpapier auslegen. Die Schinkenscheiben darauf ausbreiten, mit einem weiteren Stück Backpapier abdecken. Mit einem feuerfesten Gefäß beschweren und so den Schinken im vorgeheizten Ofen ca. 5-8 Minuten knusprig rösten.

Den geschmorten Chicorée aus der Pfanne nehmen und den Schmorfond ca. 5 Minuten sirupartig einkochen.

In einem Topf die Butter schmelzen und bräunen.

Die ausgekühlte Polenta in rechteckige Stücke schneiden. In einer Pfanne Butter erhitzen und die Polentastücke darin auf beiden Seiten goldbraun braten.

Chicorée anrichten, Schinkenscheiben darauf geben und mit der braunen Butter und dem Blutorange-sirup beträufeln. Die Polenta dazu servieren.

Martina Kömpel am 07. März 2018

Blutwurst-Bratkartoffeln mit Spiegelei

Für zwei Personen

300 g festk. Kartoffeln	200 g franz. Blutwurst	1 rote Zwiebel, geschnitten
1 Bund Frühlingslauch, geschnitten	6 Wachteleier, schon geöffnet	Schnittlauch, geschnitten
Muskatnuss	Sonnenblumenöl	1 EL Butter
Salz	Pfeffer	

Kartoffeln waschen, schälen und in kochendem Salzwasser ca. 12 Minuten garen. In der Zwischenzeit Zwiebel abziehen und fein würfeln. Frühlingslauch putzen und in feine Ringe schneiden. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und in feine Röllchen schneiden. Blutwurst in kleine Würfel schneiden. Die Kartoffeln abgießen, gut abtropfen und in dünne Scheiben schneiden. In Sonnenblumenöl von allen Seiten goldgelb anbraten. Herausnehmen und auf einem Küchenpapier entfetten. Rote Zwiebelwürfel in Butter ohne Farbe anschwitzen und in Würfel geschnittene Blutwurst hinzugeben. Schnittlauch und Frühlingslauch hinzugeben und alles in der Pfanne schwenken. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. In einer zweiten Pfanne die Wachteleier in Butter zu Spiegeleiern braten und auf den Blutwurstbratkartoffeln anrichten. Blutwurst-Bratkartoffeln mit Spiegelei in einer rustikalen Pfanne anrichten und servieren.

Mario Kotaska am 16. März 2018

Topfen-Nocken mit Frühlingslauch und Chorizo-Schmelze

Für 4 Personen:

Für die Topfennocken:

350 g Topfen	4 Eigelb	20 g Parmesan
80 g Mehl	Salz	Pfeffer
Butter	Muskat	

Für das Gemüse:

3 Stangen Frühlingslauch	Olivenöl	Salz
weißer Pfeffer	2 Ochsenherztomaten	2 Knoblauchzehen
1 Prise Zucker		

Für die Chorizoschmelze:

100 g Chorizo	20 g eingelegte Sardellen	1 Bund Basilikum
100 ml Olivenöl	1 Msp. Piment-d'Espelette	

außerdem:

Parmesankäse	2 Stiele Basilikum
--------------	--------------------

Der Topfen muss sehr gut, möglichst über Nacht, abtropfen! Topfen in einem mit Küchenleinen ausgelegtem Sieb sehr gut (ggf. über Nacht) abtropfen lassen.

Lauch putzen, waschen, abtropfen lassen und in etwa 1 cm dicke Ringe schneiden.

Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Lauchringe darin unter Wenden goldbraun anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Tomaten waschen, trocken reiben und den Strunk entfernen.

Die Tomaten abziehen (das funktioniert bei ganz reifen Ochsenherztomaten ohne, dass sie zuvor überbrüht werden müssen. Sonst ggf. vorher mit kochendem Wasser kurz überbrühen). Tomaten in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden.

Knoblauch abziehen und durch eine Presse drücken.

Tomatenscheiben mit Salz, Pfeffer, Zucker und Knoblauch würzen.

Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Tomatenscheiben darin von beiden Seiten anbraten. Topfen eventuell im Küchenleinen zusätzlich ausdrücken. Topfen, Eigelb, Parmesan, Salz und Pfeffer gründlich verrühren. Dann Mehl zugeben, einarbeiten und gut durchkneten. Die Masse in einen Spritzbeutel ohne Tülle füllen.

Reichlich Salzwasser in einem weiten Topf aufkochen.

Inzwischen für die Chorizoschmelze die Hülle von der Wurst abziehen. Chorizo sehr fein würfeln. Sardellen ebenfalls sehr fein würfeln.

Basilikum abspülen, trocken schütteln und die Blättchen fein schneiden.

Olivenöl leicht erhitzen. Chorizo, Sardellen und Basilikum einrühren. Mit Piment d'Espelette abschmecken

Die Topfenmasse in Nocken ins kochende Wasser pressen. Ca. 4 Minuten kochen lassen, bis die Nocken an die Oberfläche steigen.

Topfennocken mit einer Schaumkelle aus dem Topf heben, abtropfen lassen.

Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Topfennocken einschwenken und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Lauch und Tomaten auf Teller verteilen. Topfennocken darauf anrichten. Die Chorizoschmelze überträufeln. Parmesan darüber hobeln und mit Basilikumblättchen garniert servieren.

Jörg Sackmann am 17. April 2018

Spetsofai mit Kräuter-Zaziki

Für 5 Portionen

9 grobe griech. Bauernwürste	4 rote Spitzpaprikaschoten	1 grüne Paprikaschote
3 orangefarbene Möhren	1 gelbe, lilafarbene Möhre	3 Tomaten
1 Chilischote	2 Zwiebeln	2 Knoblauchzehen
5 EL Olivenöl	1 Lorbeerblatt	Paprikapulver edelsüß
1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer	1 Schuss Rotwein
2 EL Tomatenmark	1 Schuss Weißwein	400 ml Gemüsebrühe
2 TL Speisestärke	1 Laib Fladenbrot	1 Bund Rucola
1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Basilikum	2 gelbe Chilischoten
1 Knoblauchzehe	500 g griech. Joghurt (10%)	3 EL Schmand
4 EL Olivenöl	1 Schuss Milch	$\frac{1}{2}$ Zitronensaft
Paprikapulver edelsüß	1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer

Zutaten vorbereiten:

Für das Spetsofai die Würste in mundgerechte Stücke schneiden. Spitzpaprika und grüne Paprika waschen, trocknen, der Länge nach halbieren, entkernen und ohne Stielansatz in Würfel schneiden. Die Möhren sorgfältig putzen und waschen und trocknen. Die orangefarbenen Möhren in Scheiben schneiden, die übrigen in feine Würfel. Die Tomaten waschen und ohne Stielansatz hacken. Die Chilischote waschen, längs halbieren, entkernen und in Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Die Zwiebeln grob würfeln, den Knoblauch fein schneiden.

Zutaten anbraten:

Drei EL Olivenöl in einer großen Schmorpfanne erhitzen und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze glasig anschwitzen. Die Möhren mit dem Lorbeerblatt dazugeben und mitdünsten. Inzwischen in einer zweiten Pfanne weitere zwei EL Öl erhitzen und die Wurststücke darin rundherum kräftig anbraten beziehungsweise auslassen. Den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen.

Einkochen:

Paprika und Tomatenwürfel zu den Möhren in die Pfanne geben. Das Gemüse mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Die angebratene Wurst mit dem Rotwein ablöschen und die Flüssigkeit einkochen. Inzwischen das Tomatenmark unter das Gemüse rühren und kurz mitschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und die Flüssigkeit ebenfalls einkochen. Die Brühe angießen, die Wurst dazugeben und alles weitere 10 Minuten kochen.

Zaziki zubereiten und Spetsofai binden:

Währenddessen für den Zaziki den Rucola verlesen, waschen, trocken schleudern und fein schneiden. Petersilie und Basilikum waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und hacken. Die Chilischoten waschen, trocknen, nach Belieben entkernen und in Ringe schneiden. Den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. In einer Schüssel Joghurt, Schmand und Olivenöl mit Rucola, Kräutern, Chili und Knoblauch verrühren. Nach Belieben so viel Milch dazugeben, dass die Masse schön cremig wird. Mit Zitronensaft, Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Spetsofai die Speisestärke mit wenig kaltem Wasser glatt rühren und den Pfanneninhalt damit binden. Das Fladenbrot im heißen Ofen kurz aufbacken.

Anrichten:

Spetsofai und Kräuterzaziki auf Tellern anrichten und mit dem aufgebackenen Fladenbrot servieren.

Frank Rosin am 23. April 2018

Gebratener Spargel und Spargel-Ragout

Für 4 Personen

200 g Wildkräuter	16 Stangen weißer Spargel	12 Stangen grüner Spargel
Salz	Zucker	Zitronensaft
3 EL Butter	1 Bund Kerbel	1 Schalotte
100 ml Gemüsebrühe	60 ml Sahne	4 EL Olivenöl
2 EL weißer Balsamico	Pfeffer	50 g Serrano-Schinken

Die Wildkräuter vorsichtig in lauwarmem Wasser waschen und abtropfen lassen.

Weißer Spargel schälen und die unteren angetrockneten und evtl. holzigen Enden abschneiden. Den grünen Spargel im unteren Drittel schälen und die evtl. holzigen Enden großzügig abschneiden.

Einen großen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Mit Salz, 1 Prise Zucker, 1 Spritzer Zitronensaft und 1 EL Butter aromatisieren.

12 Stangen Spargel im Wasser bissfest kochen. Von den restlichen weißen Spargelstangen die Spitzen abschneiden und diese mit in den Topf geben.

In der Zwischenzeit die übrigen weißen Spargelstangen halbieren und dann mit dem Sparschäler längs in feine Streifen hobeln.

Kerbel abrausen und trocken schütteln.

Den bissfest gekochten Spargel aus dem Kochwasser heben, abtropfen lassen.

Grüne Spargelstangen im Kochwasser bissfest garen und anschließend ebenfalls abtropfen lassen. Gekochten weißen Spargel, bis auf die Spargelköpfe, in gleichmäßige Scheiben schneiden.

Schalotte schälen, fein schneiden. In einem Topf 1 EL Butter erhitzen. Schalotte darin anschwitzen. Spargelscheiben zugeben und Gemüsefond angießen. 3 Minuten köcheln lassen, mit Salz und Zucker abschmecken.

Spargelköpfe zugeben, Sahne untermischen und mit gezupftem Kerbel verfeinern.

In einer Pfanne 1 EL Olivenöl und die restliche Butter erhitzen, 1 TL Zucker zugeben und karamellisieren. Darin die Spargelstreifen schwenken.

Aus restlichem Olivenöl, Essig, 1 Spritzer Zitronensaft, etwas Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker ein Dressing mischen.

Mit der Hälfte des Dressings den grünen Spargel marinieren, mit dem restlichen Dressing die Wildkräuter marinieren.

Spargelvariationen auf vorgewärmten Tellern anrichten. Den Wildkräutersalat in die Mitte geben und den Schinken zwischen die Spargelvariationen arrangieren. Zum Schluss mit Kerbel garnieren.

Karlheinz Hauser am 08. Mai 2018

Brezel-Knödel auf Pilz-Ragout

Für 4 Personen

Für die Knödel:

300 g altbackene Brezeln	1 Zwiebel	20 g Speck
60 g Butter	300 ml Milch	Salz
Pfeffer	4 Eier	3 Zweige glatte Petersilie
Muskat		

Für das Pilzragout:

240 g Pilze	1 Knoblauchzehe	1 Zwiebel
40 g Butter	Salz	Pfeffer
300 ml Geflügelbrühe	1 TL Stärke	300 g geschlagene Sahne
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	4 Zweige glatte Petersilie	

Das Salz von den trockenen Brezeln entfernen. Die Brezel in grobe Stücke schneiden und in eine Schüssel geben.

Die Zwiebel und den Speck in feine Würfel schneiden. Beides mit 20 g Butter in einer Pfanne sacht glasig dünsten.

Zwiebeln und Speck mit der Milch aufgießen, etwas Salz und Pfeffer zugeben, einmal aufkochen lassen und dann über die Brezelstücke gießen. Die Schüssel mit Frischhaltefolie abdecken und alles ca. 15 Minuten durchziehen lassen.

Die Eier trennen. Das Eiweiß steif schlagen. Eigelbe unter den Eischnee rühren.

Die Eimasse unter die Brezelmasse heben. Petersilie abspülen, trocken schütteln, hacken und dazugeben. Alles mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Ein gründlich ausgespültes Geschirrtuch (darf keine Wasch- oder Weichspülmittelreste enthalten) auf einer Arbeitsfläche ausbreiten. Die Knödelmasse als dicke Rolle darauf geben und fest einwickeln, sodass die Flüssigkeit austritt.

In einem weiten Topf leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Die Knödelrolle in das kochende Wasser einlegen. Zugedeckt ca. 15-20 Minuten sacht köcheln lassen.

Knödelrolle abtropfen und auskühlen lassen.

Für das Pilzragout die Pilze ggf. abbürsten, putzen und dann in Scheiben schneiden. Knoblauch abziehen und fein durchpressen.

Die Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. In der Butter in einer Sauteuse glasig andünsten. Die Pilze zugeben und alles anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen.

Mit der Geflügelbrühe ablöschen. Die Stärke und etwas Wasser glatt verrühren, unter die Pilze mischen, sacht köchelnd leicht abbinden lassen. Geschlagene Sahne unterziehen.

Die Brezenknödel-Rolle aus dem Tuch lösen und in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden. Übrige Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen, die Scheiben darin goldbraun anbraten.

Kräuter abspülen und trocken schütteln. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden, die Petersilie hacken. Kräuter unter das Pilzragout mischen.

Gebratene Knödelscheiben und Pilzragout anrichten.

Karen Hegar am 14. Mai 2018

Spinat-Salat, Radieschen, Schnittlauch-Haselnuss-Krokant

Für 4 Personen

2 EL Haselnusskerne	1 EL Sonnenblumenkerne	1 EL Kürbiskerne
1 Knoblauchzehe	1 EL heller Rohrzucker	3 EL Schnittlauchröllchen
1 Bund Radieschen mit Grün	400 g Babyspinat	1 rote Zwiebel
100 g geräuch. Bauchspeck	1 Bio-Zitrone	weiche Butter
Kurkumapulver	4 Eier (Größe M)	1 Fladenbrot
2 EL Sonnenblumenöl	1 EL Haselnussöl	2 – 3 EL Weißweinessig
1 TL scharfer Senf	2 EL Crème-fraîche	Muskatnuss
Salz	Pfeffer	essbare Blüten

Haselnüsse grob hacken. In einer beschichteten Pfanne zunächst die Nüsse rösten, bis sie zu duften anfangen, dann die Sonnenblumen- und Kürbiskerne dazugeben und alles kurz weiterrösten. Knoblauch schälen. Rohrzucker über die Nüsse und Kerne streuen und leicht karamellisieren lassen. Knoblauch direkt in die Pfanne pressen, untermengen und kurz weiterrösten. Achtung, der Krokant darf nicht zu dunkel werden, sonst schmeckt er bitter!

Pfanne von der Kochstelle nehmen. 2 EL Schnittlauchröllchen unter den Krokant-Mix rühren. In der Pfanne auskühlen lassen.

Zartes Grün von den Radieschen abzupfen. Spinat und Radieschengrün verlesen, waschen und abtropfen lassen.

Zwiebel schälen. Radieschen und Zwiebeln auf einem feinen Küchenhobel fein hobeln. Speck in kleine Würfel schneiden. Zitrone heiß waschen, abtrocknen und mit einem Zestenreiser einige feine Streifen von der Schale ziehen. Eine Zitronenhälfte auspressen.

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. 4 ofenfeste Tassen oder Förmchen (125 ml Inhalt) mit Butter auspinseln. Mit restlichem Schnittlauch und etwas Kurkuma ausstreuen.

Eier aufschlagen und in die Tassen gleiten lassen. Speckwürfel auf eine ofenfeste Platte legen. Eier und Fladenbrot im heißen Backofen 7 – 10 Minuten (je nach Wunsch des Gargrads) und den Speck 10 Minuten garen.

Inzwischen in einer Salatschüssel beide Öle, Essig, Senf und Crème fraîche verrühren. Mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und wenig Zitronensaft abschmecken.

Abgetropfte Spinatblätter und Radieschengrün, Radieschenscheiben, Zwiebelringe und Speckwürfel untermengen.

Fladenbrot kurz abkühlen lassen und in Rauten schneiden. Salat auf Tellern anrichten.

Mit einem Messer die Eier vom Tassenrand lösen, auf den Salat gleiten lassen. 12. Mit Schnittlauchkrokant, Zitronenzesten und nach Belieben Blüten bestreuen. Das Fladenbrot dazu servieren. Tipp: Vegetarier lassen einfach die Speckwürfel weg.

Christina Richon am 28. Mai 2018

Strammer Max auf Gemüse-Rösti

Für 4 Personen

450 g Kartoffeln, festk.	2 Zucchini, mittelgroß	8 EL Olivenöl
Salz	weißer Pfeffer	Muskatnuss
1 EL Blütenhonig	2 EL weißer Tomatenessig	1 Bund gebleichter Löwenzahn
4 Eier	4 Scheiben Saftschinken	

Kartoffel schälen, waschen und abtropfen lassen. Einen Zucchini putzen, waschen und trocken reiben.

Kartoffeln und Zucchini auf einer Röstireibe (oder grobem Gemüseraspel) reiben.

Raspel mit 2 EL Olivenöl mischen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

In einer großen Pfanne etwas Olivenöl erhitzen. Mit Hilfe eines Metall-Garnierings (Ø 10 cm) in der Pfanne aus der Kartoffel-Zucchini-Masse vier etwa 1,5 cm hohe Rösti formen. Im heißen Öl von beiden Seiten sacht goldbraun und gar braten.

In der Zwischenzeit für den Salat aus Honig, Essig, und 4 EL Olivenöl eine Vinaigrette rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Löwenzahnsalat putzen, waschen und in mundgerechte Stücke zupfen. Salat trocken schleudern.

Übrigen Zucchini putzen, waschen, trocken reiben und in feine Stifte schneiden.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Zucchini-Stifte darin unter Wenden mit noch leichtem Biss dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Zucchini und Löwenzahnsalat mit der Honig-Vinaigrette marinieren.

Rest Olivenöl in der Pfanne erhitzen. Metallring in die Pfanne setzen. Eier einzeln aufschlagen und jeweils im Metallring sacht braten.

Die Schinkenscheiben in der Pfanne leicht erwärmen.

Rösti auf 4 vorgewärmte Teller setzen. Die Schinkenscheiben darauf legen. Die Spiegeleier auf den Schinken setzen.

Den „Strammen Max“, Löwenzahn- und Zucchini-Salat anrichten.

Jörg Sackmann am 26. Juni 2018

Schweizer Wurst-Salat

Für 4 Personen

500 g Schinkenwurst	350 g Schweizerkäse	2 rote Zwiebeln
1 EL scharfer Senf	8 EL Apfelessig	6 EL Sonnenblumenöl
Pfeffer	3 EL Rapsöl	Zucker
Salz	1 Bund Schnittlauch	1 Rettich
1 kleiner Kopfsalat		

Die Wurst und den Käse zunächst in dünne Scheiben, dann in feine Streifen schneiden.

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden.

Senf mit der Hälfte Essig und Sonnenblumenöl gut vermischen. Wurst, Käse und Zwiebeln darunter geben, gut vermischen, mit etwas schwarzem Pfeffer würzen und 10 Minuten ziehen lassen. Restlichen Essig, Rapsöl, eine Prise Zucker, etwas Pfeffer und Salz in ein verschließbares Glas geben.

Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden.

Den Rettich waschen und grob raspeln. Schnittlauch und Rettich in eine Schüssel geben, das Dressing über gießen und alles gut vermischen.

Den Salat putzen, waschen und abtropfen lassen. Die Salatblätter ringförmig auf Tellern anrichten und mit dem Rettich-Dressing beträufeln.

Den Wurstsalat noch mal durchmischen und in der Tellermitte anrichten. Dazu Bauernbrot reichen.

Vincent Klink am 28. Juni 2018

Rösti-Variationen

Für 4 Personen

Für die Rösti:

1 kg Kartoffeln, festk.	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1/2 Bund Majoran	1/2 Bund Liebstöckel	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	Salz	80 g Pancetta, dünn
5 getr. Öl-Tomaten	2 EL Butterschmalz	

Für den Quark:

1 Bund gemischte Kräuter	300 g Sahnequark (40%)	Salz
Pfeffer		

Kartoffel schälen und mit einer Rösti-Reibe in eine Schüssel reiben.

Zwiebel schälen und sehr fein schneiden.

Knoblauch schälen und sehr fein schneiden.

Majoran und Liebstöckel abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. Rosmarin und Thymian abbrausen, trocken schütteln, die Nadeln und Blättchen von Zweig streifen und fein schneiden.

Die Kartoffelmasse in 2 Schüsseln verteilen und jeweils die Hälfte der Zwiebelwürfel dazu geben. Zur einen Kartoffelmasse Majoran, Liebstöckel und eine Prise Salz geben, gut vermischen und 10 Minuten stehen lassen.

Zur zweiten Kartoffelmasse Knoblauch, Rosmarin, Thymian und eine Prise Salz geben, gut vermischen und 10 Minuten stehen lassen.

In der Zwischenzeit den Pancetta in feine Streifen schneiden, die getrockneten Tomaten abtropfen und fein hacken.

Die Hälfte vom Butterschmalz in einer Bratpfanne heiß werden lassen, die Majoran-Liebstöckel-Rösti-Masse ausdrücken, in der Pfanne zu einem flachen Kuchen formen und zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten goldbraun braten.

In einer zweiten beschichteten Pfanne restliches Butterschmalz heiß werden lassen, die Rosmarin-Thymian-Röstimasse ausdrücken, in die Pfanne geben und kurz leicht anbraten. Dann Pancetta-streifen und getrocknete Tomaten zugeben, alles in der Pfanne zu einem flachen Kuchen formen und zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten goldbraun braten.

Die beiden Rösti jeweils auf einen Teller stürzen, mit der noch ungebratenen Seite in die Pfanne gleiten lassen und offen ca. 10 Minuten fertig braten.

In der Zwischenzeit für den Quark die gemischten Kräuter abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden. Kräuter unter den Quark geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rösti vierteln und auf vorgewärmten Tellern servieren. Zum Kräuterrösti den Kräuterquark anrichten. Dazu passt grüner Salat.

Jacqueline Amirfallah am 01. August 2018

Tortilla im Glas mit Oliven, Pinienkernen und Chorizo

Für 6 Personen:

200 g festk. Kartoffeln	Salz	6 Knoblauchzehen
100 g Zwiebeln	150 g grüne Oliven	50 g Kapern
3 EL Pinienkerne	6 EL gutes Olivenöl	2 EL Korianderblätter
2 EL Petersilienblätter	6 Eier	Pfeffer
2 kleine Chorizos	Ofenfeste Gläser (ca.0,25 l)	

Ofen auf 180°C. vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und in 0,5 cm große Stücke schneiden. Die Kartoffelwürfel in reichlich Salzwasser knapp gar kochen, dann abgießen und abkühlen lassen.

Die Knoblauchzehen und die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Oliven, die abgetropften Kapern und die Pinienkerne grob hacken. In einer beschichteten Pfanne 5 EL Olivenöl erhitzen. Die Zwiebeln, den Knoblauch, die Oliven, die Kapern und die Pinienkerne darin anschwitzen. Die Kartoffel mit den gehackten Kräutern ebenfalls in eine Pfanne geben und anbraten. Anschließend auf die Gläser aufteilen.

Die Eier in eine Schüssel schlagen, verquirlen, gut salzen und pfeffern. Dann über die Kartoffeln gießen. Die gefüllten Gläser bei 180° etwa 20 min im Ofen garen lassen, bis das Ei stockt.

Die Chorizo in Scheiben schneiden und im restlichen Olivenöl (1 EL) kurz anbraten. Je 1 Tortilla-Würfel mit je 1 Chorizo-Scheibe auf Holzstäbchen stecken und servieren.

Christian Henze am 10. August 2018

Portulak mit Speck-Dressing und Kürbis-Küchlein

Für 4 Personen:

200 g Portulak	2 Schalotten	1 EL Butter
150 g Frühstücksspeck	150 ml Möhrensaft	2 EL Crème-fraîche
Salz, Pfeffer	$\frac{1}{2}$ TL Zucker	5 EL Obstessig
300 g Kürbis	2 Schalotten	1 Ei
2 EL Mehl	Salz, Pfeffer, Zucker	Cayennepfeffer
Rapsöl		

Portulak in einer großen Schüssel mit kaltem Wasser gut waschen, abtropfen lassen, sauber zupfen und trockenschleudern. Für das Dressing Schalotten abziehen und längs vierteln. Butter erhitzen und Schalotten und Speck darin anschwitzen. Möhrensaft und Crème fraîche dazugeben und alles gut verrühren. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Essig würzen. Einmal aufkochen und abschmecken.

Für die Kürbisküchlein Kürbis schälen, Kerngehäuse entfernen und fein raspeln. Nach Bedarf ausdrücken. Schalotten abziehen und würfeln. Mit Kürbisraspeln, Ei und Mehl zu einem Teig vermischen. Dabei mit Salz, Pfeffer, Zucker und Cayennepfeffer pikant würzen.

Aus dem Teig kleine Küchlein formen. Öl erhitzen und die Kürbisküchlein darin 5 Minuten ausbacken. Portulak-Salat mit den Küchlein auf Teller verteilen und das Möhren-Speck-Dressing auf den Salat geben.

Christian Henze am 07. September 2018

Marokkanische Wurst-Pfanne mit Merquez, Couscous, Bohnen

Für zwei Personen

Für die Wurstpfanne:

100 g Couscous	4 kleine Merquez	150 g grüne Bohnen
150 g Kirschtomaten	1 rote Zwiebel	2 Knoblauchzehen
1 rote Paprika	1 Zitrone	½ Bund Petersilie
1 EL Harissapaste	2 EL Olivenöl	

Einen Topf mit wenig Wasser erhitzen und die Bohnen kurz blanchieren. Das Bohnenwasser aufbewahren.

Danach den Couscous ansetzen. Hierfür eine rote Zwiebel und die Knoblauchzehen abziehen und fein würfeln. Paprika schälen und würfeln. In einem EL Olivenöl anschwitzen. Couscous anschließend dazugeben.

150 ml Bohnenwasser über den Couscous gießen und ausquellen lassen.

Couscous mit Harissapaste würzen. Petersilie hacken und unterrühren. Etwas Zitronenabrieb dazugeben.

Eine weitere Pfanne mit Öl erhitzen. Die Kirschtomaten halbieren. Merquez schneiden und mit den Tomaten in die Pfanne geben. Mit geschlossenem Deckel circa 5 Minuten schmoren lassen. Anschließend die blanchierten Bohnen unterheben. Alles zusammen mit mittig angerichtetem Couscous anrichten.

Wer es nicht so salzig mag, kann beim Couscous durchaus auf das Bohnenwasser verzichten.? Ebenso gut kann heißes Wasser verwendet werden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Mario Kotaska am 14. September 2018

Quinoa-Omelett mit Serrano-Schinken und Manchego

Für 2-4 Personen:

1 rote Paprika	4 EL Quinoa	150 g Seranoschinken
1 Frühlingszwiebel	150 g Manchego	½ EL Butter
6 Eier	Salz	Pfeffer

Den Backofen auf Grillfunktion oder 250 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Paprika darin grillen, bis die Haut schwarz wird und Blasen wirft.

Herausnehmen, mit einem feuchten Geschirrtuch bedecken und abkühlen lassen. Anschließend entkernen, häuten und klein schneiden.

Die Quinoa nach Packungsanweisung garen, durch ein Sieb abgießen und gut abtropfen lassen. Schinken nach Geschmack würfeln oder in Streifen schneiden. Die Frühlingszwiebel putzen, etwas Grün in feine Streifen schneiden und zum Anrichten beiseitestellen. Die restliche Frühlingszwiebel in Ringe schneiden. Den Käse würfeln oder grob reiben.

Butter in einer Pfanne zerlassen, Schinken, Paprika, Frühlingszwiebel und Quinoa hineingeben und anbraten. Die Hitze reduzieren. Eier verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Käse in die Pfanne geben. Bei mittlerer Hitzezufuhr etwa 5 Minuten stocken lassen, das Omelett sollte nicht ganz durchgestockt sein, damit es schön saftig bleibt. Mit den Frühlingszwiebelstreifen garniert servieren.

Christian Henze am 21. September 2018

Weißkohl-Kuchen mit Speck-Chips

Für 1 Kuchenform

Für den Teig:

150 g Weizenvollkornmehl	150 g Magerquark	100 g Butter
1 Prise Salz	Butter	

Für die Füllung:

500 g Weißkohl	1 Zwiebel	Salz
1 TL Kümmel	30 g Butter	30 g Mehl
200 g Schmand	4 Eier	Pfeffer

Für das Kräuteröl:

1 Bund gemischte Kräuter	100 ml Sonnenblumenöl	Salz, Pfeffer
--------------------------	-----------------------	---------------

Für den Salat:

200 g Rettich	1/2 Bund Schnittlauch	Salz
10 ml Apfelessig	10 ml Sonnenblumenöl	

Für die Speckchips:

100 g Schinkenspeck dünn

Für den Teig das Vollkornmehl mit Quark, Butter und Salz in eine Schüssel geben und zu einem Teig kneten. Diesen anschließend abgedeckt im Kühlschrank 2 Stunden ruhen lassen.

In der Zwischenzeit vom Kohl die äußeren unschönen Blätter entfernen. Kohl halbieren und den Strunk herausschneiden. Dann den Kohl fein hobeln oder schneiden. Zwiebel schälen und fein schneiden.

Zwiebel, 1 TL Salz, Kümmel und etwas Pfeffer aus der Mühle zum gehobelten Kohl geben und alles gut verkneten. Dann 10 Minuten ziehen lassen und anschließend abtropfen lassen.

Die Butter in einem Topf zerlassen, das Mehl einstreuen und darin anschwitzen, dann den Schmand zugeben und rasch mit einem Schneebesen verrühren, bis eine dickliche Masse entsteht. Dann den Topf vom Herd nehmen und nach und nach die Eier unterrühren, die Masse mit Salz und Pfeffer würzen.

2/3 der Schmandmasse unter den abgetropften Weißkohl heben.

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Springform (28 cm Durchmesser) ausfetten.

Den Teig ausrollen und die Form damit auslegen.

Die Kohlmasse auf dem Teig gleichmäßig verteilen; restliche Schmandmasse darüber verteilen.

Im vorgeheizten Ofen den Kuchen ca. 35 Minuten backen.

In der Zwischenzeit für das Kräuteröl die Kräuter abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Kräuter mit Sonnenblumenöl in einen Mixer geben und fein pürieren. Das Kräuteröl mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rettich gut waschen und evtl. mit dem kleinen Küchenmesser putzen. Mit einem Sparschäler feine Rettichstreifen abziehen. Schnittlauch abbrausen, trocken schütten und fein schneiden.

Schnittlauchröllchen, etwas Salz, Essig und Öl zu den Rettichstreifen geben und vermengen.

Schinkenscheiben in einer Pfanne langsam kross ausbraten, damit die Scheiben flach in der Pfanne liegen bleiben, diese mit einem Pfannenwender nach unten drücken.

Den gebackenen Weißkohlkuchen kurz in der Form stocken lassen, dann aus der Form lösen, aufschneiden und anrichten. Etwas Rettichsalat und Kräuteröl dazugeben, die Speckchips oben auf geben.

Rainer Klutsch am 21. September 2018

Pasta mit Honig-Zwiebeln und Salsiccia

Für 4 Personen :

200 g Schalotten	2 EL Butter	2 EL Honig
3 EL weißer Balsamicoessig	Salz	250 g Penne
300 g Salsiccia	1 EL Olivenöl	150 g Ricotta
1 Bund Rucola	Pfeffer	

Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Zwiebelringe in Butter anbraten und bei milder Hitze ca. 30 Minuten dünsten, bis sie weich sind. Den Honig zugeben und einige Minuten karamellisieren lassen. Dann mit dem Balsamicoessig ablöschen und mit Salz abschmecken.

Die Penne in reichlich Salzwasser **al dente** garen, abgießen und kurz abtropfen lassen.

Währenddessen die Salsiccia häuten und die rohe Wurst mit den Fingern in kleine Stücke teilen. Dann in Olivenöl scharf anbraten. Die heiße tropfnasse Pasta zugeben und gut durchschwenken. Dann den Ricotta, den grob geschnittenen Rucola und etwas Pfeffer zugeben und kurz durchschwenken.

Die Pasta mit Salsiccia auf 4 Teller geben und mittig die Honig- Zwiebeln darauf verteilen.

Christian Henze am 12. Oktober 2018

Gefüllte Zwiebeln mit Kartoffel und Chorizo

Für 4 Personen:

4-8 große Zwiebeln	300 g Kartoffeln	200 g Chorizo
3 EL Rapsöl	500 g gehackte Tomaten	250 ml Gemüsebrühe
100 ml Milch	2 EL Butter	80 g geriebenen Bergkäse
Muskat	Salz	Pfeffer, Thymian

Ofen auf 180°C vorheizen.

In einem großen Topf reichlich Wasser erhitzen, salzen und die Gemüsezwiebeln etwa 15 Minuten garen. Anschließend mit einem Schaumlöffel herausholen und etwas abtropfen lassen.

Kartoffeln schälen, und weich kochen, abgießen und etwas ausdampfen lassen. Chorizo in Scheiben schneiden und in etwas Öl bei mittlerer Hitze mit Farbe anbraten.

Die Zwiebeln aushöhlen, das Innere fein hacken und in 2 EL Öl anschwitzen. Brühe und gehackte Tomaten dazugeben. Thymian vom Stängel zupfen und in die Pfanne geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Ganze gut einkochen lassen.

Kartoffeln stampfen und mit heißer Milch und Butterflocken glattrühren. Mit Salz, Muskat und Thymian abschmecken.

Die Zwiebeln salzen, mit Chorizo und Kartoffelpüree füllen und in eine Auflaufform setzen. Die Tomatensauce angießen und den Bergkäse auf die Zwiebeln verteilen.

Im vorgeheizten Backofen bei 180°C 30 Minuten garen.

Die Zwiebeln mit zwei - drei Löffeln Tomatensauce auf vorgewärmte Teller geben. Mit Thymianblättchen und frisch gemahlenem Pfeffer vollenden.

Christian Henze am 12. Oktober 2018

Index

Avocado, 4

Blutwurst, 6

Bohnen, 18

Bratkartoffeln, 6

Bratwurst, 2, 4, 18

Chicoree, 5

Chorizo, 8, 17, 20

Couscous, 18

Eisberg, 2

Fladenbrot, 9, 13

Gulasch, 2

Gurke, 10

Kürbis, 13, 17

Knödel, 12

Möhren, 2, 9, 10, 17

Mett, 4

Nudeln, 7, 20

Pancetta, 16

Paprika, 18

Pilze, 1, 2, 12

Polenta, 5

Rösti, 3, 14, 16

Radieschen, 13

Rettich, 15, 19

Rucola, 2, 9, 10, 20

Salat, 2, 4, 13, 15

Salsiccia, 20

Schinken, 5, 7, 10, 11, 14, 15, 18, 19

Schoten, 9

Schwarzwurzeln, 1

Spargel, 11

Speck, 1–3, 12, 13, 17, 19

Spinat, 13

Spitzkohl, 10

Teig-Taschen, 7

Weißkohl, 19

Wurst-Gulasch, 2

Zucchini, 14