

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Jacqueline Amirfallah

2008-2010

144 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 27. Juli 2022.

Inhalt

| | |
|---|----------|
| Beilagen | 1 |
| Kartoffel-Puffer | 2 |
| Pastinaken-Nudeln | 2 |
| Dessert | 3 |
| Schokoladen-Crêpes mit Birnen-Kompott | 4 |
| Fisch | 5 |
| Auberginen-Knoblauch-Creme mit gebratener Dorade | 6 |
| Blumenkohl-Chili-Mousse mit gebratener Dorade | 6 |
| Confierter Lachs auf Kartoffel-Panachée | 7 |
| Crêpe-Rouladen mit Lachs und Pastinaken-Nudeln | 8 |
| Forelle mit Räucherfisch-Soße | 8 |
| Gebratene Artischocken mit Zander | 9 |
| Gurken-Salat mit Lachs-Forellen-Tatar | 9 |
| Kabeljau mit Sauerkraut im Strudel-Teig | 10 |
| Kaltes und heißes von jungen Möhren mit gebratenem Zander | 11 |
| Kartoffeln-Salat, Spargel, dicke Bohnen, Forellen-Kaviar | 12 |
| Lachs im Gewürz-Sud pochiert mit Orangen-Soße | 13 |
| Lachs-Tatar in Limetten-Marinade | 13 |
| Marinierte bunte Linsen mit Räucher-Forellen-Mousse | 14 |
| Matjes-Tatar mit Kartoffel-Mousse | 15 |
| Melonen-Endivie-Salat mit gebratener Dorade | 15 |
| Pfannkuchen-Torte mit Frühling-Kräutern und Räucher-Lachs | 16 |
| Risotto mit Rauke und Dorade | 16 |
| Seeteufel mit Venusmuscheln | 17 |

| | |
|--|-----------|
| Warmer Salat von Wurzel-Gemüse mit Forellen-Röllchen | 17 |
| Wraps mit Lachs | 18 |
| Zander mit Vanille-Möhren | 19 |
| Geflügel | 21 |
| Chutney von grünen Tomaten mit Hähnchen-Keulen | 22 |
| Curry mit Huhn | 23 |
| Enten-Brust mit Sternanis und Zimt | 23 |
| Exotisch gewürzter Rotkohl, Enten-Brüste | 24 |
| Geräucherte Hähnchen-Brust mit Apfel-Soße | 25 |
| Hähnchen in Rotwein-Soße | 25 |
| Hähnchen-Brust mit Feigen-Kruste | 26 |
| Hähnchen-Brust-Variationen vom Zuckermais | 27 |
| Hähnchen-Frikassee | 27 |
| Hähnchen-Gemüse im Brot-Teig | 28 |
| Hähnchen-Kohl-Gemüse aus dem Wok | 28 |
| Hähnchen-Perlgrauen-Risotto | 29 |
| Haselnuss-Hähnchen-Keule | 29 |
| Pochierte Gänse-Brust mit lauwarmem Rote-Bete-Salat | 30 |
| Ragout vom Stubenküken mit Frühling-Gemüse | 30 |
| Scharfes Hähnchen-Curry | 31 |
| Spieß von Hähnchen-Brust und Garnelen | 31 |
| Zitronen-Hähnchen | 32 |
| Zitronen-Schnitzel vom Huhn, Spargel, holländischer Soße | 33 |
| Hack | 35 |
| Bohnen-Salat mit Lamm-Frikadellen | 36 |
| Cassoulet vom Schwein | 36 |
| Crêpes mit Lamm-Hack gefüllt und Gewürz-Joghurt | 37 |
| Häppchen mit Hackfleisch | 38 |
| Kalb-Frikadellen mit Bohnen-Salat | 39 |
| Kirsch-Reis mit Hack-Bällchen vom Rind | 39 |
| Königsberger Klopse vom Kalb | 40 |

| | |
|--|-----------|
| Lamm-Hack-Spieße mit Taboulé | 40 |
| Lamm-Spieße vom Grill | 41 |
| Lauch-Gemüse mit Schweine-Hack-Bällchen, Kartoffel-Püree | 41 |
| Moussaka vom Rind | 42 |
| Orangen-Reis mit Geflügel-Hackfleisch-Bällchen | 42 |
| Pikant gefüllter Bratapfel mit Rinder-Hack | 43 |
| Schafskäse-Köfte vom Rind mit Couscous | 43 |
| Innereien | 45 |
| Pfifferling-Ragout mit gebratener Enten-Leber | 46 |
| Kalb | 47 |
| Erbsen-Püree und Möhren-Gemüse mit Kalb-Steaks | 48 |
| Gebratener Kopfsalat | 48 |
| Gefüllte Zwiebeln auf Kalb-Steak | 49 |
| Kalb-Filet mit gebrannten Mandeln | 49 |
| Kalb-Ragout im Yufka-Teig mit Möhren-Gemüse | 50 |
| Kalb-Steak mit Salbei und Birnen | 50 |
| Salat von rohem und gekochtem Spargel mit Kalb-Steaks | 51 |
| Tafelspitz und Rote-Bete-Salat | 51 |
| Zigeuner-Schnitzel | 52 |
| Lamm | 53 |
| Geschmorte Lamm-Keule mit Stauden-Sellerie | 54 |
| Geschmorte Ziegen-Keule | 54 |
| Lamm-Filet im Lauch-Mantel | 55 |
| Lamm-Keule mit Kräuter-Joghurt | 55 |
| Lamm-Schnitzel mit Gewürz-Panade | 56 |
| Meer | 57 |
| Chicorée-Orangen-Salat mit gebratener Garnele | 58 |
| Gebratene Calamari forbesi mit Fenchel-Salat | 58 |
| Geeiste Wasabi-Mayonnaise mit Gewürz-Ananas und Garnelen | 59 |
| Gegrillte Garnelen mit karamellisiertem Sommerlauch | 59 |
| Nudel-Salat mit Nordsee-Krabben | 60 |
| Salat von Mango und Garnelen, Passionsfrucht-Vinaigrette | 60 |

| | |
|--|-----------|
| Rind | 61 |
| Carpaccio mit Champignon-Salat | 62 |
| Erdbeeren in Tempura-Teig mit Rinder-Tatar | 62 |
| Rinder-Schmorbraten mit Steckrüben-Gemüse | 63 |
| Salat | 65 |
| Spargel-Salat | 66 |
| Schwein | 67 |
| Geschmorter Schweine-Nacken mit Ingwer und Soba-Nudeln | 68 |
| Grünkohl mit Pinkel | 68 |
| Suppen | 69 |
| Gazpacho mit geeister Tomaten-Mousse | 70 |
| Hühner-Brühe mit Frühling-Kräutern und Brot-Spieß | 71 |
| Hühner-Suppe mit Kräuter-Eierstich | 72 |
| Hühner-Suppe mit Nudeln | 72 |
| Kartoffel-Suppe | 73 |
| Kreolischer Eintopf mit Hähnchen | 73 |
| Rumfort-Suppe mit Schweine-Bauch | 74 |
| Sauerampfer-Suppe mit Saibling-Roulade | 74 |
| Spargel-Suppe mit Spargel-Mousse | 75 |
| Wan-Tan-Suppe | 75 |
| Vegetarisch | 77 |
| Falafel mit Romana-Salat | 78 |
| Falafel mit scharfer Tomaten-Soße | 79 |
| Gefüllte Zucchini-Blüte auf Zucchini-Salat | 80 |
| Gefüllte Zucchini-Blüten | 80 |
| Gegrilltes Gemüse mit mariniertem Schafskäse | 81 |
| Gemüse-Focaccia | 81 |
| Gemüse-Tatar mit Mozzarella | 82 |
| Gestapeltes von der Steckrübe mit Wan-Tan | 82 |
| Herzhafte Dampf-Nudeln mit Linsen-Soße | 83 |

| | |
|--|-----------|
| Kartoffel-Puffer mit Apfelmus | 84 |
| Käse-Spätzle | 84 |
| Kürbis-Gnocchi mit Kaffee-Soße | 85 |
| Omelett, Kartoffel-Würfel und frischer Spinat | 85 |
| Pasta mit Rahm-Pfifferlingen | 86 |
| Persischer Eier-Kuchen mit Kräutern | 86 |
| Persischer Safran-Reis | 87 |
| Pilz-Lauch-Strudel | 87 |
| Pochierte Senf-Eier | 88 |
| Ragout von bunten Linsen mit Kokos-Reis | 89 |
| Ravioli von Kräuter-Nudeln mit Ziegen-Frischkäse | 89 |
| Risotto mit Sommer-Gemüse und Parmesan-Keks | 90 |
| Safran-Erbesen-Risotto | 90 |
| Salbei-Nudel-Blatt mit Maronen-Füllung, Rosenkohl-Ragout | 91 |
| Schafskäse mit Oliven und Zitronen | 92 |
| Schafskäse-Tomaten-Roulade | 92 |
| Schwarzwurzel-Salat mit Nüssen und Käse-Toast | 93 |
| Spaghetti mit jungen Erbsen und Minze | 93 |
| Stapelei von Linsen-Mousse mit Apfel-Soße | 94 |
| Steinpilz-Gnocchi | 94 |
| Variationen vom Blumenkohl | 95 |
| Waffeln mit Ziegenkäse und Feigen | 95 |
| Zucchini-Blüte mit Ratatouille | 96 |
| Wild | 97 |
| Geschmorte Kaninchen-Keule mit Sommer-Beeren | 98 |
| Kaninchen mit Erdnüssen | 99 |
| Kaninchen-Roulade | 100 |
| Pochierter Reh-Rücken mit Kürbis-Pfannkuchen | 101 |
| Reh-Filet Wellington | 102 |
| Reh-Geschnetzeltes mit Brombeeren | 103 |
| Reh-Rücken mit Zimt und Pastinaken-Gemüse | 103 |
| Wachteln mit Honig gebraten und Zimt-Couscous | 104 |
| Wildschwein in Brombeer-Soße | 105 |
| Wildschwein-Schnitzel mit Lebkuchen-Panade | 106 |

| | |
|---|------------|
| Wurst-Schinken | 107 |
| Calzone mit Ricotta und Schinken | 108 |
| Herzhafter Gugelhupf | 108 |
| Kartoffel-Buchteln mit gebratenem Käse und Speck | 109 |
| Kartoffel-Sandwich | 109 |
| Käse-Schinken-Doppeldecker mit Ricotta und Kräutern | 110 |
| Retro-Vorspeisen-Platte | 111 |
| Salat von frischem, gebratenem Endivie und Kochschinken | 112 |
| Zwiebel-Strudel mit Karotten-Salat | 112 |
| Index | 113 |

Beilagen

Kartoffel-Puffer

Für 4 Personen

700 g Kartoffeln, mehlig 1 kleine Zwiebel 1 Ei
Salz 1 Prise Muskat ca. 5 EL Butterschmalz

Die Kartoffeln schälen und auf der feinen Reibe reiben. Die Kartoffelmasse gut ausdrücken, die Flüssigkeit in einer Schüssel auffangen, die Stärke absetzen lassen. Den Kartoffelsaft abschütten und die Stärke zu den geriebenen Kartoffeln geben. Die Zwiebel schälen und ebenfalls fein reiben, dann zusammen mit dem Ei zu den Kartoffeln geben und alles gut vermischen. Die Kartoffelmasse mit Salz und einer Prise Muskat würzen. In einer Pfanne mit reichlich Butterschmalz etwas Kartoffelmasse geben und goldbraune Puffer ausbacken.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 27. Oktober 2009

Pastinaken-Nudeln

Für 4 Personen

2 Pastinaken (400 g) 200 ml Gemüsebrühe Pfeffer, Zucker
1 Frühlingszwiebel 1 TL Senf, scharf 1 EL Butter
Butterschmalz

Die Pastinaken schälen und mit einem Sparschäler „Bandnudeln“ runterschneiden. Diese in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anbraten, mit 50 ml Gemüsebrühe ablöschen, garen lassen und abschmecken. Die Frühlingszwiebel waschen, in feine Stücke schneiden, mit 1 TL Butterschmalz anschwitzen, mit restlicher Gemüsebrühe ablöschen, Senf unterrühren und kurz köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und Butter unterrühren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 08. Januar 2008

Dessert

Schokoladen-Crêpes mit Birnen-Kompott

Für 6 Personen

| | | |
|-----------------------------|-------------------------------|-------------------|
| Schokoladencrepe und Mousse | 250 g dunkle Kuvertüre (70 %) | 6 Eigelbe |
| 80 ml Milch | 400 g Sahne | 150 g Mehl |
| 90 g Zucker | 80 g flüssige Butter | 90 g Kakao |
| Butterschmalz | Birnenkompott | 3 Birnen |
| 3 EL Zucker | 80 ml Weißwein | Wasser |
| 2 Zweige Rosmarin | 3 Kardamomkapseln | 1 TL Speisestärke |

Die Kuvertüre grob raspeln und über dem Wasserbad schmelzen. 3 Eigelb mit 2 EL Milch auf dem Wasserbad aufschlagen und mit der geschmolzenen Schokolade vermischen. Die Sahne steif schlagen und vorsichtig unter die Schokoladenmasse heben. In eine Schüssel umfüllen und im Kühlschrank mindestens eine Stunde kühlen. Für die Crepes Mehl, 90 g Zucker, 3 Eigelbe, flüssige Butter, restliche Milch und Kakao gut vermischen und den Crepeteig 30 Minuten ziehen lassen. Sollte der Teig zu dick sein, etwas Milch darunter mischen. In einer beschichteten Pfanne aus dem Teig nach und nach mit Butterschmalz dünne Crepes ausbacken. Für das Kompott die Birnen schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Zucker in einem Topf schmelzen, mit Weißwein ablöschen, 100 ml Wasser zugeben, Rosmarinzweige und angeprügelte Kardamomkapseln einlegen und aufkochen lassen. Dann die vorbereiteten Birnenstücke zugeben und ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen. Die Birnen aus dem Sud nehmen, den Sud passieren. Stärke mit 1 EL Wasser vermischen, zum Birnensud geben, aufkochen und den Sud damit binden. Zum Anrichten die Crepe zu vierteln zusammenlegen, die Birnenviertel darin hinein legen. Vom Schokoladenmousse eine Nocke abstechen und diese mit auf dem Teller anrichten. Etwas Birnensud angießen und servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 09. November 2010

Fisch

Auberginen-Knoblauch-Creme mit gebratener Dorade

Für 4 Personen

| | | |
|----------------|--------------------|-----------------|
| 3 Auberginen | 2 Knoblauchzehen | 1 Zwiebel |
| 2 rote Paprika | 4 EL Olivenöl | Salz |
| Zucker | 300 ml Gemüsebrühe | 4 Doradenfilets |

Die Auberginen waschen, mehrfach mit einer Gabel einstechen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Umluft 160 Grad / Gas: Stufe 2-3) ca. 40 Minuten backen. Knoblauch und Zwiebel schälen, in feine Stücke schneiden und die Paprika waschen, entkernen und ebenfalls in Stücke schneiden. Die gegarten Auberginen aus dem Ofen nehmen, das Fruchtfleisch herauskratzen, fein hacken und mit Knoblauch, 2 EL Olivenöl und etwas Salz gut vermengen. Paprika und Zwiebel in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anbraten, mit Salz und Zucker abschmecken und die Gemüsebrühe zugeben. Alles weich dünsten, pürieren und durch ein Sieb passieren. Die Fischfilets mit etwas Olivenöl in einer Grill- oder normalen Pfanne braten mit Salz und Thymianblätter würzen, mit der Paprikasoße und Auberginen- Knoblauchcreme anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 26. August

Blumenkohl-Chili-Mousse mit gebratener Dorade

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------|---------------------|--------------------------|
| 2 Zwiebeln | 2 EL Pflanzenöl | 1 Blumenkohl (ca. 400 g) |
| 250 ml Kokosmilch | Salz | 2 Blatt Gelatine |
| 300 ml Gemüsebrühe | 2 rote Chilischoten | 1 grüne Chilischote |
| 1 rote Paprika | Pfeffer | brauner Zucker |
| 2 Doradenfilets | 1 EL Butterschmalz | |

Für das Mousse die Zwiebeln schälen, fein hacken und eine Zwiebel in einem Topf mit 1 EL Öl anschwitzen. Den Blumenkohl waschen, in kleine Stücke schneiden, in der Pfanne mit anbraten, dann alles mit Kokosmilch ablöschen und weich dünsten. Mit Salz abschmecken, pürieren und durch ein Sieb passieren. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken, in möglichst wenig Gemüsebrühe auflösen und unter den Blumenkohl rühren. Die Chilischoten entkernen, sehr fein hacken, von der Roten die Hälfte zurückhalten und den Rest zu dem Blumenkohl geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und das Mousse in kleine Förmchen füllen. Für die Soße die restlichen Zwiebelwürfel in einer Pfanne mit 1 EL Öl anschwitzen, die Paprika waschen, entkernen und mit der restlichen Chili dazugeben. Alles andünsten und mit Salz und braunem Zucker abschmecken. Die restliche Gemüsebrühe zugeben, alles weich kochen, pürieren und durch ein Sieb passieren. Die Doradenfilets salzen, von beiden Seiten circa 3 Minuten in Butterschmalz anbraten und mit der Soße und dem Blumenkohl-Chilimousse anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 22. Juli 2008

Confierter Lachs auf Kartoffel-Panachée

Für 4 Personen

| | | |
|------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| 400 g Kartoffeln, fest | Salz | 1 Salatgurke |
| 1/2 Zitrone | 100 g saure Sahne | 50 g Joghurt |
| 2 EL Crème-fraîche | 20 ml Gemüsebrühe | 2 EL Champagner-Essig |
| 150 ml Olivenöl | Zucker | 1 Prise Piment d'Espelette |
| Pfeffer | 4 Lachsfilets ohne Haut a 150 g | 2 Zweige Thymian |
| 1/2 Bund Dill | 2 Zweige glatte Petersilie | 1 Bund Ruccola |
| 4 Kirschtomaten | Meersalz | |

Die Kartoffeln waschen, schälen und in kleine ca. 5 mm große Würfel schneiden. In Salzwasser die Kartoffelwürfel bissfest kochen, abschütten und auf einem Küchentuch abkühlen lassen. Die Salatgurke schälen, der Länge nach halbieren, entkernen und in 5 mm große Würfel schneiden. Die Gurkenwürfel in eine Schüssel geben, salzen und ca. 30 Minuten ziehen lassen. Von der Zitrone etwas Schale abschneiden und den Saft auspressen. saure Sahne, Joghurt und Crème-fraîche mit der Brühe, Essig, Zitronensaft und 50 ml Olivenöl anrühren. Mit Salz, einer Prise Zucker, Piment d'Espelette und Pfeffer abschmecken. Die Gurkenwürfel abseihen, kurz auf einem Küchentuch trocken tupfen und mit den Kartoffelwürfeln zu der Joghurtmasse geben. Alles ca. 20 Minuten ziehen lassen, dann nochmals abschmecken. Die Lachsfilets entgräten und mit einem Küchencrep fein säuberlich abtupfen und in eine Vakuumiertüte legen. Zitronenschale, ca. 100 ml Olivenöl und Thymian zugeben, die Tüte verschließen und vakuumieren. Die Tüte in einen Thermalisierer (Wasserbad mit Temperaturkontrolle) legen und bei 48 Grad ca. 20 Minuten sanft garen lassen. (Tipp, wer keinen Thermalisierer hat kann die Fischfilets auch in eine Auflaufform geben. Zitronenschale, Thymian und das Olivenöl zugeben und die Schale mit Alufolie abdecken. Im Backofen bei ca. 60 Grad für ca. 25 bis 30 Minuten garen.) Dill und Petersilie abspülen, trocken schütteln, fein hacken und unter das Kartoffelpanachée ziehen. Ruccola waschen und trocken schütteln. Kirschtomaten halbieren. 2-3 Esslöffel Kartoffelpanachées in die Mitte geben. Ruccola und Kirschtomaten darum herum legen. Den Lachs aus der Vakuumiertüte herausnehmen, das überschüssige Olivenöl abtropfen lassen und auf die Kartoffeln setzen. Das Lachsfilet mit Pfeffer und Meersalz würzen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 13. Juli 2010

Crêpe-Rouladen mit Lachs und Pastinaken-Nudeln

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------|----------------------|--------------------|
| 200 g Mehl | 3 EL Sonnenblumenöl | 2 Eier |
| 100 ml Milch | Salz | 1 Bund Dill |
| 3 EL Butterschmalz | 200 g Lachsfilet | 1 Eiweiß |
| 100 ml Sahne | 2 Pastinaken (400 g) | 200 ml Gemüsebrühe |
| Pfeffer | 1 Frühlingszwiebel | 1 TL Senf, scharf |
| Zucker | 1 EL Butter | |

Aus Mehl, Sonnenblumenöl, Eiern, Milch und 1 Prise Salz einen Crepeteig herstellen und 10 Minuten quellen lassen. (Wenn der Teig noch zu dick ist, etwas mehr Milch zugeben, damit er schön dünnflüssig wird.) Dill fein hacken, in den Teig geben. In einer Pfanne mit etwas Butterschmalz aus dem Teig nach und nach dünne Crepes ausbacken. Den Lachs in lange Streifen schneiden (Länge gleich Crepedurchmesser) und die übrig gebliebenen Lachsabschnitte mit Eiweiß und kalter Sahne zu einer cremigen Masse pürieren. Mit Salz abschmecken, die Masse auf die Crepes streichen, die Lachsstreifen darauf legen, einrollen, mit hitzebeständiger Folie umwickeln und gut verschließen. Die Crepe-Rouladen in kochendes Wasser geben und 10 Minuten gar ziehen lassen. Die Pastinaken schälen und mit einem Sparschäler „Bandnudeln“ runterschneiden. Diese in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anbraten, mit 50 ml Gemüsebrühe ablöschen, garen lassen und abschmecken. Die Frühlingszwiebel waschen, in feine Stücke schneiden, mit 1 TL Butterschmalz anschwitzen, mit restlicher Gemüsebrühe ablöschen, Senf unterrühren und kurz köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und Butter unterrühren. Die Bandnudeln neben den Crepes anrichten und mit der Senfsoße beträufeln.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 08. Januar 2008

Forelle mit Räucherfisch-Soße

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------------|---------------------|----------------|
| 2 Forellen | 1 Bund Suppengemüse | Salz |
| 150 g Räucherforellenfilet | 20 g Butter | 2 Lauchstangen |
| 200 ml Sahne | | |

Die Forellen filetieren und von den Gräten befreien. Das Suppengemüse putzen bzw. schälen und klein schneiden. Die Gräten mit dem Suppengemüse in einen Topf geben, salzen, alles mit Wasser bedecken und circa 20 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen. Das Räucherforellenfilet enthäuten und gegebenenfalls entgräten. Zwei Forellenfilets von der Haut lösen, jeweils mit 1/3 des Räucherfischs belegen, die Forellenfilets zusammenklappen und in einer Pfanne mit einem Esslöffel Butter von beiden Seiten circa 3-4 Minuten braten. Die restlichen zwei Filets mit Haut in der Pfanne von beiden Seiten circa 3 Minuten braten. Für das Lauchgemüse, den Lauch putzen, in feine Ringe schneiden, bei kleiner Hitze in einem Topf mit etwas Wasser circa 10 Minuten dünsten, die Sahne zugeben und einkochen lassen. Den Fischfond durch ein Sieb passieren, die restliche Räucherforelle klein schneiden, in den Fond geben, mit einem Mixstab pürieren, einen Esslöffel Butter darunter geben und kurz erhitzen. Das Lauchgemüse mit den Forellenfilets und der Soße anrichten.

Tipp: Wer den Fischfond nicht selber ansetzen möchte, kann auch einen fertigen kaufen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 05. Februar 2008

Gebratene Artischocken mit Zander

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------------|------------------|-----------------------|
| Salz | 1 Prise Zucker | 1 EL Essig |
| 2 Knoblauchzehen | 2 Zweige Thymian | 4 große Artischocken |
| 2 Fleischtomaten | 1 Zitrone | 3 EL Olivenöl |
| 400 g Zanderfilet mit Haut | 1 EL Mehl | 1/2 Bund Schnittlauch |
| 1/2 Bund Basilikum | | |

Einen großen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Dies mit Salz, Zucker, Essig, einer Knoblauchzehe und einem Thymianzweig aromatisieren. Artischocken waschen und die Stiele glatt abschneiden oder abbrechen. Beim Abbrechen lösen sich die harten Fasern vom Blütenboden. Die unteren harten Blätter vom Blütenboden entfernen bzw. abschneiden. Dann mit einem Messer die oberen Blattspitzen abschneiden (große Artischocken werden so um ein bis zwei Drittel gestutzt), ebenfalls seitliche Blattspitzen abschneiden. Die Artischocken gleich ins kochende aromatisierte Wasser geben und solange kochen, bis sich die Blätter einfach herausziehen lassen. Das dauert ca. 40 Minuten. Tomaten überbrühen, abziehen und entkernen. Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Eine Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Von der Zitrone etwas Schale abreiben und etwas Saft auspressen. Die Artischocken kurz abkühlen lassen und die Blätter abnehmen, das "Heu" vom Artischockenboden abnehmen und diesen in Scheiben schneiden. In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen und die Artischockenböden braten. Den feingehackten Knoblauch und die Tomatenwürfel zugeben. Mit Salz, Zucker, etwas Zitronensaft und 1 EL Olivenöl abschmecken. Den Zander entgräten, mit Salz, etwas Zitronensaft und Zitronenabrieb würzen, mit Mehl bestäuben und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl bei milder Hitze braten. Schnittlauch und Basilikum waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die Pfanne mit dem Fisch vom Herd ziehen und die Kräuter zugeben. Artischockengemüse mit Zander servieren, mit Artischockenblättern dekorieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 15. Juni 2010

Gurken-Salat mit Lachs-Forellen-Tatar

Für 2 Personen

| | | |
|------------------|-------------------------------|---------------|
| 3 Blatt Gelatine | 1/2 Bund Dill | 20 ml Milch |
| 200 g Joghurt | Salz | 1 Limette |
| 1/2 Zitrone | 4 Lachsforellenfilets | 8 EL Olivenöl |
| 1 Salatgurke | 4 Blätter Frühlingsrollenteig | |

Die Gelatine in kaltem Wasser auflösen. Dill abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Milch erwärmen und die eingeweichte Gelatine darin auflösen. Den Joghurt glatt rühren. Die in der Milch aufgelöste Gelatine unter den Joghurt rühren mit Salz und fein gehacktem Dill abschmecken, kalt stellen. Von der Limette sowie der Zitrone den Saft separat auspressen. Lachsforellenfilets entgräten und alle fettigen Teile abschneiden. Vier Lachswürfel von ca. 3 cm zurecht schneiden, den Rest in den Rest in feine Würfel schneiden und mit Salz, Limettensaft und 3 EL Olivenöl abschmecken. Die Gurke schälen und würfeln. Mit Zitronensaft, Salz und 2 EL Olivenöl abschmecken. Die Fischwürfel in Frühlingsrollenteig einschlagen. 3 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Fischpäckchen goldbraun braten. Von der Joghurtcreme mit Hilfe eines heißen Löffels Nocken abstechen, diese mit Lachstatar, Gurkensalat und den gebratenen Fischwürfeln anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 08. Juni 2010

Kabeljau mit Sauerkraut im Strudel-Teig

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------|---------------------|--------------------------|
| 250 g Mehl | 1 Ei | 2 EL Butter |
| Salz | 1 Zwiebel | 300 g Sauerkraut |
| 2 EL Butterschmalz | 150 ml Sahne | 1 Lorbeerblatt |
| Salz | 1 Scheibe Toastbrot | 250 g Kabeljaufilet |
| Salz | 1 TL Senf | ca. 40 g flüssige Butter |
| 1 Schalotte | 50 ml Weißwein | 100 ml Fischfond |

Aus Mehl, Ei, 1 EL weicher Butter, 1 Prise Salz und etwas lauwarmen Wasser (ca. 50 ml) einen Strudelteig herstellen. Diesen 30 Minuten in Frischhaltefolie verpackt ruhen lassen. Die Zwiebel schälen und fein schneiden. Das Sauerkraut mit kaltem Wasser abspülen und gut ausdrücken. In einem Topf mit 1 EL Butterschmalz die Zwiebel anschwitzen, das Sauerkraut zugeben und kurz mit anschwitzen. Dann die Sahne und das Lorbeerblatt zugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Toastbrot im Cutter zu Bröseln mixen. Fischfilet teilen, mit Salz würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten ca. 3 Minuten braten. Aus der Pfanne nehmen, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und dünn auf einer Seite mit Senf bestreichen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 170 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Den Strudelteig dünn ausrollen, daraus zwei ca. 20 cm lange Teigquadrate schneiden. (Restlicher Teig kann für andere Speisen verwendet oder eingefroren werden.) Jedes Teigstück mit flüssiger Butter bestreichen und mit Brotbröseln bestreuen. Etwas Sauerkraut und je ein Stück Fisch darauf geben. Zu Päckchen packen, diese mit flüssiger Butter bestreichen und im vorgeheizten Ofen ca. 5 Minuten goldbraun backen. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 TL Butter anschwitzen. Mit Weißwein und Fischfond ablöschen und um die Hälfte einkochen. Die Soße mit restlichem Senf, Salz und Pfeffer abschmecken und mit 1 TL kalter Butter binden. Zum Anrichten etwas Soße auf Teller geben und die Strudelpäckchen darauf setzen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 06. Januar 2009

Kaltes und heißes von jungen Möhren mit gebratenem Zander

Für 4 Personen

| | | |
|----------------------------------|--------------------|--------------------|
| 3 Bund junge Möhren (ca. 1,5 kg) | 1 Zwiebel | 4 EL Butterschmalz |
| Salz, Zucker | 400 ml Gemüsebrühe | 250 ml Sahne |
| 1/2 Bund Estragon | 1 EL Butter | Pfeffer |
| 400 g Zanderfilet | | |

2 Bund Möhren schälen und in Stücke schneiden. Zwiebel schälen und fein schneiden. In einem Topf die Hälfte der Zwiebel mit 2 EL Butterschmalz anschwitzen, Möhren zugeben und mit Salz und Zucker würzen. 250 ml Geflügelbrühe angießen und zugedeckt die Möhren weich dünsten. Die weichen Möhren aus dem Topf nehmen, dazu die Sahne geben und in einem Mixer fein pürieren. Nach Belieben kann das Püree noch durch ein Sieb gestrichen werden. Das Püree abschmecken und die Hälfte davon in vier kleine Förmchen (ca. 150 ml Inhalt) geben und tiefkühlen. Ab und zu während des Gefriervorgangs umrühren. Estragon abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Zum restlichen Püree 100 ml Geflügelbrühe geben und nochmals in einem Topf aufkochen. Diese Soße mit 1 EL kalter Butter binden. Die Soße mit Salz, Pfeffer, Zucker und gehacktem Estragon abschmecken. Übriger Bund Möhren schälen. Die ganzen Möhren mit der restlichen fein gehackten Zwiebel in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen, mit Salz und Zucker würzen, ca. 50 ml Geflügelbrühe zugeben und weich dünsten. Den Zander in Portionsstücke schneiden, salzen und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anbraten. Zander mit der Möhrensoße anrichten, die gebratenen Möhren zugeben und das halbgefrorene Möhreneis im Schälchen dazu reichen. Dazu passen neue Kartoffeln.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 11. Mai 2010

Kartoffeln-Salat, Spargel, dicke Bohnen, Forellen-Kaviar

Für 4 Personen

| | | |
|-----------------------|----------------------|---------------------------|
| 500 g neue Kartoffeln | 300 g grünen Spargel | 1 kg dicke frische Bohnen |
| Salz | Zucker | 1 TL Butter |
| 1 TL Senf | 2 EL Balsamico-Essig | 4 EL Rapsöl |
| Pfeffer | 1 Schalotte | 1 Bund Schnittlauch |
| 1 Bund Dill | 1 Bund Kerbel | 100 g Crème-fraîche |
| 2 EL Forellenkaviar | | |

Die Kartoffeln mit einer Bürste gründlich reinigen und in Salzwasser bissfest kochen und auskühlen lassen. Nach Wunsch pellen oder mit Schale in feine Scheiben schneiden. Bei dem Spargel nur das untere Drittel schälen. Die dicken Bohnen erst aus der Schote holen und dann das graue Häutchen um den Bohnenkern entfernen. Die Spargelschalen in Wasser mit Salz, Zucker und Butter zum kochen bringen. Zwei Stangen von dem Spargel zurück behalten, den restlichen Spargel in dem Spargelwasser bissfest kochen. Herausnehmen und in Eiswasser abkühlen. Die zurückbehaltenen Spargelstangen mit Hilfe eines Sparschälers längs in lange Streifen schneiden. Bohnenkerne ebenfalls in Salzwasser bissfest kochen. Aus Senf, Essig und Öl eine Vinaigrette rühren mit der Spargelbrühe, Salz und Zucker abschmecken. Die Kartoffeln, Spargel und Bohnen mischen und mit der Vinaigrette marinieren. Die Schalotte schälen und auf einer feinen Reibe reiben. Die Kräuter waschen, trocken schütteln und hacken. Crème-fraîche mit Salz, Pfeffer, der geriebenen Schalotte und einem Teil der gehackten Kräutern abschmecken. Salat mit Hilfe eines Ringes schichtweise anrichten, ganz oben die langen Spargelstreifen. Die Crème-fraîche obenauf. Mit Forellenkaviar und den restlichen Kräutern garnieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 02. Juni 2009

Lachs im Gewürz-Sud pochiert mit Orangen-Soße

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------------|------------------------|---------------------|
| 80 g schwarze Linsen | ca. 300 ml Gemüsebrühe | 150 g Basmatireis |
| Salz | 2,5 EL Butter | 5 g frischer Ingwer |
| 1/2 l Fischfond | 1 Sternanis | 1 Zimtstange |
| 5 Körner Szechuanpfeffer | 4 Lachsfilets a 120 g | 2 Schalotten |
| 3 Bio-Orangen | Pfeffer, Zucker | |

Die Linsen in einem Topf mit reichlich Gemüsebrühe weich kochen, dann abschütten. Den Reis in Salzwasser bissfest kochen, abschütten und abspülen. In einem Topf 1 EL Butter schmelzen, den Reis wieder zugeben und zugedeckt, bei kleiner Hitze ca. 15 Minuten gar ziehen lassen. Vor dem Servieren die Linsen und den Reis mischen. Das Stück frischen Ingwer schälen. Fischfond mit 1/2 l Wasser in einen Topf geben und Sternanis, Zimtstange, Szechuanpfeffer und Ingwer zugeben. Alles einmal aufkochen lassen, dann die Hitze reduzieren. Wenn der Fond eine Temperatur von max. 70 Grad hat (kann man mit einem Fleischthermometer kontrollieren), die Fischfilets einlegen und ca. 10-15 Minuten gar ziehen lassen. Für die Orangensoße die Schalotten schälen und fein schneiden. Von 2 Orangen den Saft auspressen. Schalotten in einem Topf mit 1 TL Butter anschwitzen, mit dem Orangensaft ablöschen und diesen etwas einkochen lassen. Dann ca. 100 ml vom Pochierfond durch ein Sieb passieren und zugeben. Kurz aufkochen lassen und mit 1 EL kalter Butter binden, dazu die Butter in kleinen Stücken mit dem Schneebesen unterrühren. Die übrige Orange heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben. Dann mit einem Messer schälen, so dass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch ist und die Fruchtfilets auslösen. Orangenschale und Fruchtfilets in die Soße geben und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Den Fisch mit Linsen-Reis anrichten und die Soße angießen. Nach Belieben mit den Gewürzen aus dem Sud noch den Tellerrand garnieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 07. Dezember 2010

Lachs-Tatar in Limetten-Marinade

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------------|-------------------------|---------------------|
| 300 g Lachs | 3 Limetten, unbehandelt | Salz, Pfeffer |
| 2 EL Olivenöl | 100 g Crème-fraîche | 1 Zwiebel |
| 500 g Kartoffeln, mehlig | 2 EL Butterschmalz | 1 Bund Schnittlauch |

Den Lachs sorgfältig von Gräten und vom Fett befreien und in sehr feine Würfel schneiden. Die Limettenschale abreiben und mit Salz, Pfeffer, ca. 2 EL Olivenöl und dem Saft von ein bis zwei Limetten unter den Lachs geben und alles kalt stellen. Crème-fraîche mit dem restlichen Limettensaft verrühren, mit Salz abschmecken und ebenfalls kalt stellen. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Kartoffeln auf einer groben Reibe reiben, salzen, einige feine Zwiebelwürfel zugeben, die Masse gut ausdrücken und in einer Pfanne mit Butterschmalz kleine Rösti ausbacken. Den Schnittlauch waschen, trocknen, fein schneiden unter das Lachstatar geben und alles noch mal abschmecken. Lachstatar mit Crème-fraîche servieren, dazu passt gut grüner Blattsalat.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 12. August

Marinierte bunte Linsen mit Räucher-Forellen-Mousse

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------------|------------------------------|------------------------|
| 2 Blatt Gelatine | 1 geräuchertes Forellenfilet | ca. 500 ml Gemüsebrühe |
| 20 g Crème-fraîche | Salz, Pfeffer | 50 g rote Linsen |
| 50 g grüne Linsen (Le-Puy) | 50 g braune Berglinsen | 3 Knoblauchzehen |
| 3 Zweige Thymian | 2 EL Sherry-Essig | 1 TL Senf |
| 3 EL Olivenöl | 1/2 Bund Schnittlauch | |

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Von der Räucherforelle 2 ca. 1 cm breite Stücke für die Garnitur beiseite legen. Restliches Fischfilet fein hacken. 20 ml Gemüsebrühe erhitzen und die ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Mit der Crème-fraîche vermischen, gehackte Fischstücke unterheben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und kalt werden lassen. Die Linsen getrennt in kaltem Wasser einweichen. Dann abgießen und getrennt in einem Topf mit Gemüsebrühe weich kochen. Jeweils eine angedrückte geschälte Knoblauchzehe und einen Zweig Thymian mit in die Brühe geben. Die weich gekochten Linsen abschütten und auf einem Sieb abkühlen lassen. Essig, Senf und 3 EL Öl zu einer Vinaigrette mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Schnittlauch fein schneiden. Linsen mit der Vinaigrette anmachen, den Schnittlauch untermischen und nochmals abschmecken. In Dessertgläser o.ä. etwas Linsensalat geben, 1 EL Räucherfischmousse darauf geben und mit dem zurückbehaltenen Forellenfilet garnieren. Evtl. noch mit Schnittlauchröllchen bestreuen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 30. Dezember 2008

Matjes-Tatar mit Kartoffel-Mousse

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------------|-----------------------|------------------------|
| 200 g Kartoffeln, mehlig | 3 Eigelb | 100 ml Milch |
| 200 ml Sahne | Salz | 1 Prise Muskat |
| 1-2 Knollen Rote-Bete | 1 TL Honig | 1 Lorbeerblatt |
| 1 Knoblauchzehe | 2 TL Senf | 1/8 L Sonnenblumenöl |
| 1 EL Weißweinessig | 1 EL Apfelsaft | 2 Äpfel, z. B. Boskoop |
| 1 Zitrone | 2-3 Schalotten | Pfeffer |
| 1 EL Sauerrahm | 4 Matjes-Doppelfilets | 1 Bund Schnittlauch |
| 1 EL Kapern | | |

Kartoffeln schälen, weich kochen und ausdämpfen. Durch die Kartoffelpresse drücken. Zwei Eigelb mit der Milch auf dem Wasserbad aufschlagen mit der Kartoffelmasse mischen, erkalten lassen. Die Sahne steif schlagen und darunter ziehen, mit Salz und Muskat abschmecken. Rote-Bete mit Salz, Honig, Lorbeerblatt und angedrückter Knoblauchzehe einzeln in Alufolie packen und im Backofen bei 220 Grad weich garen. Dauert je nach Größe bis zu 45 Minuten. Auspacken, schälen, und in Würfel schneiden. Aus 1, 5 TL Senf, Weißweinessig, Apfelsaft und 3 EL Sonnenblumenöl eine Vinaigrette rühren, Rote-Bete darin marinieren. Die Äpfel waschen und mit Schale in feine Würfel schneiden, mit Zitronensaft marinieren. Ein Eigelb mit einem halben Teelöffel Senf, Salz und restlichem Sonnenblumenöl zu einer dicken Mayonnaise rühren. Die Schalotten schälen, auf einer feinen Reibe reiben, zu der Mayonnaise geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken, einen Esslöffel Sauerrahm zugeben und kalt stellen. Matjes in feine Würfel schneiden, ein schönes Stück für die Dekoration aufheben. Im Ring schichtweise Matjes, Mayonnaise, Rote-Bete und Äpfel anrichten. Mit Schnittlauch und Kapern dekorieren. Dazu die Kartoffelmousse servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 16. Februar 2010

Melonen-Endivie-Salat mit gebratener Dorade

Für 4 Personen

| | | |
|-----------------------|--------------------|-----------------------|
| 1 kleine Wassermelone | 1 Galiamelone | 1 Honigmelone |
| Salz, Pfeffer | 1 EL Honig | 2 EL Weißweinessig |
| ca. 5 EL Olivenöl | 250 ml Gemüsebrühe | 1 grüne Chilischote |
| evtl. 1 EL Sojasoße | 1 rote Zwiebel | 1 Kopf Endivien-Salat |
| 1 EL Butterschmalz | 4 Doradenfilets | |

Die Melonen aufschneiden, Kerne rausnehmen und mit einem Kugelausstecher 4-5 Kugeln pro Sorte und Person ausstechen. Das restliche Melonenfleisch mit einem Löffel auskratzen. Mit Salz, Pfeffer, Honig, Weißweinessig, ca. 3 EL Olivenöl und Gemüsebrühe in einen Mixbecher geben und pürieren. Chili entkernen, fein hacken und dazugeben. Es sollte eine relativ dünnflüssige Marinade ergeben, diese eventuell noch mit Sojasoße abschmecken. Zwiebel schälen und fein schneiden. Den Endivien-Salat putzen, waschen und abtropfen lassen. Die hellen inneren Blätter beiseite legen, den Rest grob durchhacken und in einer Pfanne mit Butterschmalz anbraten. Dann warm in die Melonenmarinade legen. Doradenfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl von beiden Seiten braten. Endivienblätter auf Tellern anrichten, den marinierten Endivie darauf geben, Zwiebelwürfel und Melonenkugeln darauf geben und die Dorade dazu reichen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 03. Juni 2008

Pfannkuchen-Torte mit Frühling-Kräutern und Räucher-Lachs

Für 2 Personen

| | | |
|------------------------|------------------------|-------------------------|
| 200 g Mehl | 2 Eier | 2 EL Pflanzenöl |
| ca. 250 ml Milch | 1 kl Bund Schnittlauch | 1 Bund Frühlingskräuter |
| 2 Blatt Gelatine | 4 EL Gemüsebrühe | 200 g Frischkäse |
| 1 Zitrone, unbehandelt | Salz | 200 g Räucherlachs |

Mehl, Eier, Pflanzenöl und 200 ml Milch in eine Schüssel geben, zu einem dickflüssigen Teig verrühren. Den Schnittlauch fein hacken, die Hälfte unter den Teig geben und diesen 20 Minuten quellen lassen. (Sollte der Teig zu dick sein, noch Milch dazugeben.) Gelatine in kaltem Wasser einweichen und gut ausdrücken: Die Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen, die Gelatine darin auflösen und mit dem Frischkäse in einer Schüssel gründlich vermengen. Die Kräuter fein hacken, mit dem restlichen Schnittlauch unter die Frischkäsemasse mischen, mit Saft und Schalenabrieb von der Zitrone und etwas Salz abschmecken. Aus dem Teig mindestens 6 bis 7 dünne Pfannkuchen backen und diese abkühlen lassen. Den ersten Pfannkuchen von einer Seite mit Kräuterkäse bestreichen, mit Räucherlachscheiben belegen, diese dünn mit Kräuterkäse bestreichen, einen Pfannkuchen darüber legen und so fortfahren bis alle Pfannkuchen verbraucht sind. Die Torte gerade drücken und ca. 1 Stunde kalt stellen. Die fertige Torte in einzelne Tortenstücke aufschneiden und servieren. Dazu passt gut ein grüner Salat.

Tipp: Übrig gebliebene Käsemasse lässt sich mit Hilfe eines Spritzbeutels gut als Verzierung auf die Torte geben.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 08. April 2008

Risotto mit Rauke und Dorade

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------------|-----------------------------|-------------------|
| 1 Zwiebel | 4 EL Olivenöl | 100 g Risottoreis |
| Salz | 1 Knoblauchzehe | 20 ml Weißwein |
| ca.300 ml Gemüsebrühe | 1 EL Butter | 20 g Parmesan |
| 50 g Rauke | 2 Doradenfilets a ca. 150 g | Pfeffer |
| 2 Zweige Thymian | | |

Die Zwiebel schälen und fein hacken. In einem Topf 2 EL Olivenöl erhitzen und die Zwiebel anschwitzen. Den Risottoreis dazugeben und kurz mit anschwitzen bis er glänzt. Salz und eine angedrückte Knoblauchzehe dazugeben. Mit Weißwein ablöschen und wenn der Weißwein verdampft ist, etwas warme Brühe angießen bis der Reis gerade bedeckt ist. Den Reis unter stetigem Rühren köcheln, dabei immer wieder Brühe nachgießen. Nach ca.15 Minuten ist der Reis gar. Die Knoblauchzehe herausnehmen und den Reis mit Butter und frisch geriebenem Parmesan abschmecken. Während der Reis gart Rauke waschen, trocken und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl kurz anbraten. Doradenfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl von jeder Seite ca. 2 Minuten braten. Thymianzweige mit in die Bratpfanne geben. Mit Thymian zusammen in Olivenöl braten. Risotto mit der Rauke und den Doradenfilets anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 17. März 2009

Seeteufel mit Venusmuscheln

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------|----------------------|---|
| 1 kg Venusmuscheln | 1 Fleischtomate | 400 g Seeteufel |
| Salz | 2 EL Olivenöl | 1 Knoblauchzehe |
| 1 Zweig Thymian | 1 Bund Lauchzwiebeln | 200 g Chorizo (scharfe spanische Wurst) |
| Pfeffer | 200 g Penne | |

Die Muscheln putzen und gründlich waschen. Fleischtomate kurz mit heißem Wasser abbrühen und in Stücke schneiden. Den Seeteufel von allen Häuten und Sehnen befreien, in Portionsstücke schneiden und salzen. Einen Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Fisch bei kleiner Hitze braten, dabei eine angedrückte Knoblauchzehe und Thymianzweig in der Pfanne mitbraten, Seeteufel herausnehmen, warm stellen. Das alte Fett abschütten, neues Olivenöl in die gleiche Pfanne geben und die Muscheln dazugeben. Die Lauchzwiebeln waschen und fein hacken, die Chorizo ebenfalls fein schneiden. Lauchzwiebeln, Wurst und Tomatenstücke zugeben, Deckel auf die Pfanne und die Pfanne häufiger ein wenig schütteln, damit die Muscheln immer wieder anders zu liegen kommen. Nach 5 Minuten sollten die Muscheln fertig sein, alle die sich nicht geöffnet haben aussortieren. Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Penne in reichlich Salzwasser garen. Seeteufel aus der Wärme nehmen mit den Muscheln und dem Gemüse anrichten. Dazu Penne servieren. Fingerschale (Schälchen mit lauwarmen Wasser und einem Zitronenschnitt drin) dazu eindecken.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 09. März 2010

Warmer Salat von Wurzel-Gemüse mit Forellen-Röllchen

Für 4 Personen

| | | |
|------------------------|-------------------|--------------------------|
| 1 Rote Bete | 1 EL Honig | Salz |
| 1 Knoblauchzehe | 5 Forellenfilets | 1 Bund glatte Petersilie |
| 3 EL Sahne | 1 Knollensellerie | 500 ml Gemüsebrühe |
| 2 große Möhren | 1 TL Senf | 2 EL Apfelessig |
| 4 EL Walnussöl | Pfeffer | 2 EL Walnüsse |
| 1 Packung Gartenkresse | | |

Die Rote Bete mit Honig, Salz und angedrückter Knoblauchzehe in Alufolie packen und im Backofen bei 220 Grad ca. 1 Stunde backen. Die Forellenfilets entgräten und von der Haut nehmen. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. Ein Forellenfilet würfeln und mit der kalten Sahne, Salz und der gehackten Petersilie zur Farce pürieren. Die Forellenfilets damit bestreichen und aufrollen, in Frischhaltefolie und Alufolie wickeln und ca. 15 Minuten pochieren. Sellerie schälen und in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden in Gemüsebrühe weich kochen. Die Möhren putzen, längs in Scheiben schneiden und kurz mit weich dünsten. Aus Senf, Essig und Walnussöl eine Vinaigrette herstellen, falls nötig mit ein wenig Gemüsebrühe verdünnen mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken. Die Rote Bete schälen und in schöne Stücke schneiden, mit Sellerie und Möhren in der Vinaigrette marinieren. Walnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten am Ende ein wenig Zucker zugeben und karamellisieren. Fisch auswickeln und aufschneiden. Gemüse hübsch auf dem Teller anordnen und Forellenröllchenscheiben danebenlegen Mit Gartenkresse und Walnüssen bestreuen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 16. November 2010

Wraps mit Lachs

Für 4 Personen

| | | |
|---------------------|--------------------|-------------------------|
| 150 g Mehl | 2 Eier | ca. 250 ml Milch |
| 1 EL Sonnenblumenöl | Salz | 1/2 Bund Schnittlauch |
| 1 Bund Basilikum | Butterschmalz | 3-4 Blätter Romanasalat |
| 150 g Mozzarella | 2 Tomaten | 1 vollreife Avocado |
| 1 grüne Chilischote | 1 Zitrone | 1-2 EL Balsamico |
| Pfeffer | 150 g Räucherlachs | |

Mehl und Eier vermischen, Milch und Öl unterrühren und den Teig mit einer Prise Salz würzen. Schnittlauch und Hälfte des Basilikums abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Den Teig in zwei Schüsseln aufteilen und unter den einen Teig Schnittlauch, unter den anderen Basilikum mischen. In einer Pfanne mit Butterschmalz nach und nach beide Teige zu dünnen Pfannkuchen ausbacken. Für den Belag Salat putzen, trockenschütteln und in feine Streifen schneiden. Mozzarella und Tomaten in feine Scheiben schneiden. Basilikumblätter abzupfen. Avocado schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Chili halbieren, das Kerngehäuse entfernen und Chili fein hacken. Zitrone waschen, trocknen und etwas Schale abreiben. Dann die Schale vollständig entfernen und die Fruchtfilets heraus schneiden. Die Pfannkuchen einzeln auf vorbereitete Butterbrotpapier-Abschnitte legen. Die Basilikumpfannkuchen mit Mozzarella, Tomaten, Basilikumblättern belegen, etwas Balsamico darüber träufeln und mit Pfeffer würzen, mit Salatstreifen bestreuen. Die Seitenränder einschlagen und die Pfannkuchen aufrollen, gut in die Butterbrotpapiere einpacken. Die Schnittlauchpfannkuchen mit Avocado- und Räucherlachsscheiben belegen, mit Chili und Zitronenschale bestreuen und die Zitronenfilets darauf verteilen. Die Seitenränder einschlagen und die Pfannkuchen aufrollen, gut in die Butterbrotpapiere einpacken.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 23. Juni 2009

Zander mit Vanille-Möhren

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------|----------------------------|--------------------|
| 500 g Möhren | 1 Zwiebel | 2 EL Butterschmalz |
| Salz | 1 Prise Zucker | 1 Vanilleschote |
| 30 ml Gemüsebrühe | 300 g Zanderfilet mit Haut | Pfeffer |
| 1 Knoblauchzehe | 1/2 Bund Lauchzwiebeln | 50 ml Weißwein |
| 50 ml Sahne | 2 Zweige Thymian | |

Möhren schälen und in schräge ca. 3 mm starke Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und fein schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz die Zwiebel anschwitzen, Möhren zugeben und mit Salz und einer Prise Zucker würzen. Die Vanilleschote längs halbieren und das Mark herausstreichen. Das Mark und auch die ausgekratzte Schote mit zu den Möhren geben. Gemüsebrühe angießen und zugedeckt, das Gemüse ca. 15 Minuten dünsten. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Fischfilet in 2 Teile schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch schälen und andrücken. In einer Pfanne mit hitzestabilem Griff 1 EL Butterschmalz erhitzen, die Fischfilets von beiden Seiten kurz braten, Knoblauchzehe zugeben und im vorgeheizten Ofen fertig garen (ca. 3 Minuten). In der Zwischenzeit die Lauchzwiebeln fein schneiden. Fisch und Knoblauch aus der Pfanne nehmen und im Bratfett Lauchzwiebeln anschwitzen. Mit Weißwein und Sahne ablöschen, kurz aufkochen. Thymianblätter untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fisch anrichten, die Soße angießen und das Möhrengemüse dazu reichen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 9. Dezember 2008

Geflügel

Chutney von grünen Tomaten mit Hähnchen-Keulen

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------|----------------------|--------------------------|
| 2 Hähnchenkeulen | Salz, Pfeffer | 1 EL Butterschmalz |
| 3 Zwiebeln | 1 Lorbeerblatt | 3 Zweige Thymian |
| 250 ml Hühnerbrühe | 1 kg grüne Tomaten | 1 grüne Chili |
| 2 EL Pflanzenöl | 1 EL Zucker | 1 Spritzer Weißweinessig |
| 4 Kirschtomaten | 1 Bund Lauchzwiebeln | |

Von den Keulen die Haut ablösen. Hähnchenkeulen salzen und pfeffern. In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen und die Keulen rundherum anbraten. Zwei Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden, mit dem Lorbeerblatt und dem Thymian zu den Hähnchenkeulen geben. Wenn die Zwiebeln gut angebraten sind mit Hühnerbrühe angießen und die Keulen zirka 30 Minuten weich schmoren. In der Zwischenzeit die grünen Tomaten würfeln. Die Zwiebel schälen, bei der Chilischote die Kerne entfernen, beides fein hacken. In einer Pfanne das Öl erhitzen, die Zwiebel anbraten, die Tomatenwürfel zugeben und mitbraten, Zucker darüber streuen und karamellisieren, salzen und pfeffern und zirka zehn Minuten köcheln. Mit Thymianblätter, Essig, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken, kurz vor Ende die gehackte Chili zugeben (Menge je nach Schärfewunsch). Die Kirschtomaten mit kochendem Wasser überbrühen und abziehen, mit Salz und Pfeffer würzen und in Pflanzenöl anbraten. Die Lauchzwiebeln putzen, klein schneiden und kurz mitbraten. Von den geschmorten Hähnchenkeulen das Fleisch je nach Wunsch vom Knochen lösen. Die Hähnchenhaut in einer beschichteten Pfanne kross braten. (Die Haut dabei mit einem Topf beschweren, dann ergibt sich eine Art Chip). Hähnchenkeulen mit dem Tomatenchutney anrichten. Dazu passen Bandnudeln.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 21. Juli 2009

Curry mit Huhn

Für 4 Personen

| | | |
|-------------------|------------------------|-----------------------|
| 200 g Rote Linsen | 2 Zwiebeln | 1 Stück Ingwer |
| 2 Zehen Knoblauch | 2 Stängel Zitronengras | 2 Rote Chili |
| 2 EL Erdnussöl | 2 Hühnerbrustfilets | Salz |
| 1 Prise Kurkuma | 1 Prise Kreuzkümmel | 1/2 TL Koriandersamen |
| 1 l Hühnerbrühe | 1/2 l Kokosmilch | 1 TL Honig |
| 1 Zitrone | 2 EL Erdnüsse | 1 Bund Möhren |
| 2 Lauchzwiebeln | 1/2 Bund Koriander | |

Die Linsen in Wasser einweichen. Eine Zwiebel, Ingwer, Knoblauch, Zitronengras, Chili putzen und fein schneiden. 1 EL Erdnussöl in einem Topf erhitzen und Zwiebel, Ingwer, Knoblauch, Zitronengras und Chili darin anbraten. Die Hühnerbrüste salzen und mit anbraten. Kurkuma, Kreuzkümmel und Koriander zugeben, kurz weiterbraten, mit ca. 100 ml Hühnerbrühe ablöschen. Fleisch herausnehmen und warm stellen. Kokosmilch zugeben, ca. 10 Minuten köcheln lassen, pürieren und passieren. Mit Salz, Honig und Zitrone abschmecken. Das Fleisch wieder einlegen und falls nötig in der Soße zu Ende garen. Die Erdnüsse fein hacken und dazugeben. Möhren putzen und schneiden. Eine Zwiebel schälen, würfeln und in Erdnussöl anschwitzen, Möhren dazugeben, salzen und bei kleiner Hitze weich dünsten. Lauchzwiebeln fein schneiden. Koriander waschen, trocken schütteln und Blätter abzupfen. Beides unter die gedünsteten Möhren geben und mit Honig abschmecken. Restliche Hühnerbrühe aufkochen, rote Linsen hineingeben und weich kochen (dies geht sehr schnell). Hühnerbrüste mit Linsen und Möhren und der Soße anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 23. Februar 2010

Enten-Brust mit Sternanis und Zimt

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------|---------------|--------------------------|
| 2 Entenbrüste | Salz | ca. 300 ml Geflügelbrühe |
| 3 Sternanis | 2 Zimtstangen | 3 EL Butter |
| 400 g Möhren | 10 g Ingwer | 3 Lauchzwiebeln |
| 200 g Shiitakepilze | Pfeffer | |

Die Haut der Entenbrust kreuzweise einschneiden. Die Entenbrust salzen und auf der Hautseite in eine kalte Pfanne legen, dann bei mittlerer Hitze langsam anbraten. Wenn die Haut gebräunt ist, das ausgetretene Fett abgießen und die Entenbrust mit der Fleischseite in die Pfanne legen, soviel Brühe angießen, dass das Fleisch aber nicht die Haut bedeckt ist. Zur Brühe Sternanis und Zimtstangen geben. Die Entenbrust bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten gar ziehen. Dann das Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm stellen (z.B. im Ofen bei 60 Grad). Die Soße in der Pfanne aufkochen, Sternanis und Zimtstangen entfernen, dann die Soße mit kalter Butter binden und abschmecken. Möhren schälen und in dünne Scheiben schneiden. Ingwer schälen und fein hacken. Lauchzwiebeln putzen und fein schneiden. Shiitakepilze evtl. halbieren oder vierteln und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. In einer weiteren Pfanne mit 1 EL Butter die Möhren und Ingwer anschwitzen, Lauchzwiebeln zugeben und mit andünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fleisch schräg aufschneiden und mit der Soße, dem Gemüse und den Pilzen anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 20. Oktober 2009

Exotisch gewürzter Rotkohl, Enten-Brüste

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------------------|--------------------------|------------------------|
| 1 kleiner Rotkohl (ca. 600 g) | 1 rote Zwiebel | 1/2 TL Korianderkörner |
| 2 Kaffirlimettenblätter | 1/2 getrocknete Chili | 1/2 TL Anis |
| 2 EL Gänseschmalz | Salz | 1 TL brauner Zucker |
| 2 EL Rotweinessig | 250 ml Ananassaft | Sojasoße |
| 150 g frische Ananas | 400 Entenbrust | 250 ml Geflügelbrühe |
| 1-2 EL kalte Butter | ca. 20 Erdnüsse, gehackt | |

Den Rotkohl halbieren, Strunk entfernen und den Rest in feine Streifen schneiden oder hobeln. Zwiebel schälen und in feine Scheiben schneiden. Korianderkörner, Limettenblätter, Chili und Anis in einem Mörser zerstoßen. In einen breiten Topf mit 2 EL Gänseschmalz erst die gemörsernten Gewürze geben, dann den Rotkohl und die Zwiebelringe dazu geben und anbraten. Mit wenig Salz und braunem Zucker würzen, mit Essig, Ananassaft und Sojasoße ablöschen. Bei mittlere Hitze zugedeckt ca. 20 Minuten dünsten. Ananas schälen, den Strunk entfernen, das Fruchtfleisch würfeln. Unter das Kraut mischen und noch ca. 10 Minuten weiterdünsten. Nochmals abschmecken. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Entenbrust auf der Hautseite vorsichtig einritzen, dann auf der Hautseite in eine kalte Pfanne (mit hitzestabilem Griff) legen und die Pfanne erhitzen. Wenn die Haut braun ist und das Fett ausgetreten ist, das Fleisch wenden und die Fleischseite braun braten. Dann im vorgeheizten Ofen je nach Größe der Entenbrust noch 5 bis 8 Minuten fertig garen. Fleisch herausnehmen, das Fett abgießen und den Bratensatz in der Pfanne mit einem Spritzer Sojasoße und Brühe ablöschen. Kurz aufkochen, mit kalter Butter binden und abschmecken. Rotkohl auf Teller geben, aufgeschnittene Entenbrust drauflegen, Soße angießen und mit gehackten Erdnüssen bestreuen. Dazu passt Kartoffel-Erdnuss-Püree. Dafür das Kartoffel-Püree mit Erdnussbutter und gehackten Erdnüssen abschmecken.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 4. November

Geräucherte Hähnchen-Brust mit Apfel-Soße

Für 4 Personen

| | | |
|-------------------------|------------------------|--------------------------|
| 1 kg Kartoffeln, mehlig | Räuchermehl | 600 g Hähnchenbrustfilet |
| 3-4 Äpfel | 3-4 rote Zwiebeln | 2 EL Butter |
| 200 ml Apfelwein | 1/2 l Hühnerbrühe | 1 Lorbeerblatt |
| 2 EL Butterschmalz | 1 Prise brauner Zucker | Salz |
| 1 Knoblauchzehe | 1 Zweig Rosmarin | Pfeffer |
| 1 Prise Muskat | | |

Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen. Zum Räuchern das Räuchermehl in einem Topf auf etwas Alufolie erwärmen, bis es den Rauchpunkt erreicht. Einen passenden Siebeinsatz mit dem Fleisch in den Topf einsetzen und den Deckel schließen. Ca. 8 Minuten im Rauch garen lassen und immer wieder vorsichtig Temperatur zugeben, das die Rauchentwicklung konstant bleibt. Die Äpfel waschen und mit der Schale in Spalten schneiden. 12 schöne Spalten beiseite stellen. Die Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden. 1 EL Butter in einem Topf zerlassen und die Apfelspalten und 2 Esslöffel Zwiebelwürfel darin anschwitzen, mit Apfelwein ablöschen und mit Hühnerbrühe auffüllen, Lorbeerblatt zugeben und köcheln lassen. 1 EL Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen und die restlichen Zwiebeln anbraten, mit Salz und Zucker würzen. Die geräucherte Hähnchenbrust salzen und mit den schönen zurückgestellten Apfelspalten in 1 EL Butterschmalz anbraten. Die Knoblauchzehe andrücken und mit einem Rosmarinzweig dazugeben und goldbraun braten. Bei 60 Grad im Ofen warmstellen. Die Soße pürieren und passieren mit 1 EL Butter montieren, abschmecken mit Salz, Pfeffer und Zucker. Die Kartoffeln abgießen und zu den Zwiebeln geben, eventuell ein wenig Butter zugeben, mit dem Kartoffelstampfer stampfen oder durch die Presse drücken, abschmecken mit Salz und Muskat. Hähnchenbrust mit Apfelspalten, Zwiebel-Kartoffelpüree und Soße anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 02. November 2010

Hähnchen in Rotwein-Soße

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------------------|-------------------|---------------------------|
| 1 frisches Hähnchen ca. 1,2 kg | Salz | 8 kleine Kartoffeln, fest |
| 2 EL Butterschmalz | 5 Schalotten | 10 braune Champignons |
| 2 Zweige Thymian | 2 Zehen Knoblauch | 500 ml Rotwein |

Die Keulen und die Brüste vom Huhn lösen. Die Keulen in Ober- und Unterkeule trennen, die Haut abziehen und salzen. Die Kartoffeln schälen, halbieren. In einem Topf ein Esslöffel Butterschmalz erhitzen und die Keulen darin anbraten bis sie rundherum goldbraun sind. Die Schalotten schälen und vierteln, die Champignons ebenfalls säubern und klein schneiden. Zu den Keulen in den Topf geben. Thymian dazugeben. Den Knoblauch pellen und klein hacken und mit den Kartoffeln ebenfalls hinzufügen. Rotwein angießen und den Deckel auflegen. Bei kleiner Flamme schmoren bis alles weich ist. In der Zwischenzeit die Haut würfeln und in einer Pfanne knusprig braten. Die Hühnerbrust salzen, von beiden Seiten im restlichen Butterschmalz anbraten und bei 180 Grad im Backofen fertig garen. Hühnerbrust aufschneiden, mit Keulen, Gemüse und Soße anrichten, knusprige Haut darüber streuen und servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 10. November 2009

Hähnchen-Brust mit Feigen-Kruste

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------|------------------------|-------------------------------|
| 1 Schalotte | 2,5 EL Butter | 100 g Risottoreis |
| 80 ml Weißwein | ca. 350 ml Hühnerbrühe | 1 Zwiebel |
| 2 Scheiben Toastbrot | 2 Zweige Thymian | 6 frische reife Feige |
| Salz, Pfeffer | Zucker | 2 Hähnchenbrustfilets a 180 g |
| 1 EL Butterschmalz | 1 TL scharfer Senf | 20 g Walnusskerne |
| 50 g Parmesan | 1/2 Bund Schnittlauch | |

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 170 Grad, Gas Stufe 2-3) vorheizen. Schalotte schälen und fein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, den Reis zugeben und mit Weißwein ablöschen. Wenn der Wein verdampft ist, etwas heiße Brühe zugeben und fast einkochen lassen. Immer wieder Brühe angießen. Dabei regelmäßig umrühren. Nach ca. 20 Minuten sollte das Risotto bissfest sein. In der Zwischenzeit die Zwiebel schälen und sehr fein würfeln. Toastbrot fein reiben. Vom Thymian die Blättchen abzupfen. 5 Feigen schälen. Die Zwiebel in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen. Die geschälten Feigen zerdrücken und zugeben, Brotbrösel und Thymian untermischen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Die Hähnchenbrustfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten kurz goldbraun anbraten. Dann in eine feuerfest Form legen, die obere Seite dünn mit Senf bestreichen und darauf ca. 5 mm dick die Feigenmasse streichen. Im vorgeheizten Ofen ca. 8 Minuten fertig garen. Walnusskerne hacken, Parmesan reiben. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Unter das bissfeste Risotto Schnittlauch, Walnusskerne und Parmesan mischen und nochmals abschmecken. Die übrige Feige in Viertel schneiden. In einer Pfanne mit 1 TL Butter die Feigenstücke kurz anbraten. Die gegarte Hähnchenbrust schräg aufschneiden, mit dem Risotto anrichten und den gebratenen Feigenvierteln anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 10. August 2010

Hähnchen-Brust-Variationen vom Zuckermais

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------|----------------------------|-----------------------|
| 1 Zwiebel | 1/2 Bund glatte Petersilie | 6 Zuckermais kolben |
| 6 EL Olivenöl | 200 ml Milch | 300 ml Geflügelbrühe |
| 150 g Polentagrieß | Salz, Pfeffer | 2 Hähnchenbrustfilets |
| 2 EL Popcornmais | 1 Prise Curry | |

Die Zwiebel schälen und fein schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Von 5 Maiskolben die Körner vom Kolben schneiden. Vom übrigen Maiskolben mit einem Sägemesser ca. 1 cm dicke Scheiben abschneiden. In einem Topf mit 1 EL Olivenöl die Zwiebel anschwitzen, die Hälfte der Maiskörner zugeben und kurz mit anbraten. Milch und 250 ml Geflügelbrühe zugeben, aufkochen, dann den Maisgrieß unter Rühren zugeben. Die Polenta ca. 5 Minuten unter Rühren kochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zuletzt gehackte Petersilie untermischen. Hähnchenbrust in ca. 3 cm große Würfel schneiden, salzen und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl braten. In einen beschichteten Topf ohne Fett den Popcornmais geben mit einem Deckel verschließen und aufplatzen lassen. Mit Salz und Curry das Popcorn würzen. Abwechselnd gebratene Fleischwürfel und Popcorn auf Spieße stecken und im Ofen (bei 60 Grad) warm stellen. Die Maisscheiben in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl braten, mit Salz würzen. Die restlichen Maiskörner in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl braten, 50 ml Geflügelbrühe zugeben und mit Salz abschmecken. Polenta auf Tellern anrichten, darauf die Maiskörner streuen, die Maisscheiben in die Mitte geben und den Spieß anlegen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 07. September 2010

Hähnchen-Frikassee

Für 2 Personen

| | | |
|------------------------|----------------------|------------------------------|
| 6 getrocknete Morcheln | 80 g Reis | 1 Hähnchenbrust (400 g) |
| 1 Zwiebel | 1/2 TL Pfefferkörner | 1 Lorbeerblatt |
| Salz | 100 ml Sahne | 80 g frische Morcheln |
| 40 g Butter | 2 EL Mehl | 2-3 Stiele glatte Petersilie |
| Pfeffer | Zitronensaft | |

Morcheln in Wasser einweichen. Reis weich kochen und das Fleisch abspülen. Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. Fleisch und Zwiebeln mit Pfefferkörnern und Lorbeer in einen Suppentopf geben und mit Wasser bedecken. 1 TL Salz zugeben und alles rund 20 Minuten köcheln lassen. Fleisch herausheben und abtropfen lassen. Fond durch ein feines Sieb passieren. 1/2 l Fond und Sahne in einem Topf aufkochen und bei starker Hitze um die Hälfte einkochen. Die eingeweichten Morcheln mit in den Fond geben und ungefähr 5 Minuten garen. Butter und Mehl glatt verkneten. Stückchenweise in den heißen Fond einrühren. Soße ca. 1 Minute köcheln lassen. Das Fleisch von Haut und Knochen lösen und in mundgerechte Stücke schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Hähnchenfleisch in die Soße geben und nochmals kurz erhitzen. Soße mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Petersilie darüber streuen. Frikassee mit dem Reis anrichten.

Tipp: Das Frikassee lässt sich auch gut in Blätterteigpasteten anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 22. Januar 2008

Hähnchen-Gemüse im Brot-Teig

Für 4 Personen

| | | |
|----------------------|--------------------|--------------------------|
| 20 g Hefe | 1 TL Zucker | 1 Ei |
| 125 g Mehl 405 | 100 g Vollkornmehl | 1/4 Hokaidokürbis |
| 1 Pastinake | 1 Maiskolben | Salz |
| 1 Bund Lauchzwiebeln | 10 Maronen | 1 EL Butterschmalz |
| 1/2 l Gemüsebrühe | 1 EL Ahornsirup | 150 g Hähnchenbrustfilet |
| 150 g Sahne | | |

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180, Gas Stufe 3) vorheizen. Hefe mit 80 ml warmen Wasser verrühren und ein Esslöffel Zucker zugeben. Das Ei trennen, Eiweiß beiseite stellen. Das Eigelb zum Mehl geben und alles zusammen zu einem Teig verrühren. Falls nötig noch Wasser zugeben. Den Kürbis würfeln, die Pastinake schälen und würfeln, die Maiskörner vom Kolben schneiden , Zwiebellauch fein schneiden, die Maronen hacken. In einer großen Pfanne Butterschmalz erhitzen und das Gemüse anbraten, salzen, Gemüsebrühe zugeben und weich dünsten. Zum Ende der Garzeit Zwiebellauch und gehackte Maronen zugeben, mit Ahornsirup abschmecken. Die Hühnerbrust klein schneiden mit der Sahne und dem Eiweiß vermengen, salzen und mit dem Zauberstab zu einer cremigen Masse pürieren.(Farce). Das Gemüse passieren und mit der Farce mischen. Den Brotteig zu einer Platte ausrollen und eine Kastenform damit auslegen. Die Gemüsemischung hineingeben, mit dem Teig bedecken, alles gut festdrücken und ca. 20 Minuten bei 200 Grad backen. Das Brot aus der Form stürzen und vorsichtig in Scheiben schneiden. Dazu passt ein Blattsalat.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 29. September 2009

Hähnchen-Kohl-Gemüse aus dem Wok

Für 4 Personen

| | | |
|------------------------|---------------------------|---------------------------|
| Ca. 500 ml Hühnerbrühe | Salz, Pfeffer | 2 Hähnchenbrustfilets |
| 1 kleiner Spitzkohl | 1 kleiner Brokkoli | 1 kleiner Blumenkohl |
| 1 Bund Lauchzwiebeln | 2 EL Rapsöl | 1 EL arabische Sesampaste |
| 1/2 Bund Koriander | 1 EL schwarze Sesamkörner | |

Die Hühnerbrühe gut mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf ca. 70 Grad erhitzen, die Hähnchenbrüste hineinlegen und ca. 20 Minuten gar ziehen lassen. Das Gemüse putzen, waschen und abtropfen lassen. Spitzkohlblätter in ca. 2 x 2 cm große Stücke schneiden, Brokkoli und Blumenkohl in kleine Röschen aufteilen, Zwiebellauch in feine Ringe schneiden. Im Wok Öl erhitzen und nacheinander Blumenkohl, Brokkoli und Spitzkohl braten, zuletzt den Zwiebellauch zugeben. Mit Salz würzen, Sesampaste zugeben und mit etwas Hühnerbrühe (ca. 100 ml) ablöschen. Koriander waschen, trockenschütteln, hacken und zugeben. Hühnerbrüste in Tranchen schneiden. Zusammen mit dem Gemüse servieren und mit schwarzem Sesam bestreuen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 22. September 2009

Hähnchen-Perlgraupen-Risotto

Für 4 Personen

| | | |
|---------------------|-----------------------|--------------------------|
| 1 Zwiebel | 1 Knoblauchzehe | 3 EL Butter |
| 250 g Perlgraupen | 1 Lorbeerblatt | Salz |
| ca. 1 l Hühnerbrühe | 10 Champignons | 1 Bund glatte Petersilie |
| Pfeffer | 2 Hähnchenbrustfilets | 4 Zweige Thymian |
| 1 EL Butterschmalz | | |

Zwiebel und Knoblauch schälen, Zwiebel fein würfeln. In einem Topf mit 1 EL Butter die Zwiebel anschwitzen. Graupen zugeben und kurz anschwitzen. Lorbeerblatt und Salz hinzufügen und mit gut der Hälfte der Hühnerbrühe ablöschen. Die Graupen kochen und nach und nach immer wieder etwas Brühe zugeben, bis die Graupen weich sind. Die Champignons würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Pilze und Petersilie unter den Risotto mischen und abschmecken. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und je 2 Thymianzweige unter die Haut schieben. In einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten anbraten, das Fleisch auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten durch garen. Den Bratensatz mit 150 ml Hühnerbrühe ablöschen, kurz aufkochen und mit 1 EL kalter Butter binden. Hühnerbrust aufschneiden. Risotto in tiefen Tellern anrichten, das Fleisch zugeben und mit Soße umgießen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 13. Januar 2009

Haselnuss-Hähnchen-Keule

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------|------------------|--------------------|
| 2 Hähnchenkeulen | 1 kleine Zwiebel | 20 Haselnusskerne |
| 30 g Weißbrot | 2 EL Haselnussöl | Salz |
| 1 Zweig Thymian | 1 Eigelb | 1 EL Butterschmalz |
| 3 Möhren | 1 Schalotte | 1 EL Butter |
| 50 ml Gemüsebrühe | Zucker | 50 ml Sahne |

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Von den Hähnchenkeulen den unteren Knochen vorsichtig auslösen, dabei die Haut möglichst unbeschädigt lassen. Die Zwiebel schälen, fein hacken. Haselnusskerne schälen und fein hacken. Das Brot fein reiben oder im Cutter mahlen. Zwiebel in einer Pfanne mit 1 EL Haselnussöl anschwitzen, die gehackten Nüsse und das Brot zugeben, mit Salz und Thymian abschmecken und aus der Pfanne nehmen. Eigelb untermischen und die Masse in die Keulen füllen, mit einem Zahnstocher oder ähnlichem zustecken. In einer Pfanne (mit feuerfestem Griff) die gefüllten Keulen mit Butterschmalz von allen Seiten goldbraun anbraten, dann im Backofen bei 150 Grad (Umluft 130 Grad, Gas Stufe 2) noch ca. 20 Minuten weiter garen. Die Möhren schälen und in dünne Streifen schneiden. Schalotte schälen und fein schneiden. In einem Topf mit Butter anschwitzen, Möhren zugeben und mit Gemüsebrühe dünsten bis sie weich sind, etwas Salz und Zucker zugeben, Sahne angießen und abschmecken. 1 EL Haselnussöl unterrühren und mit den gefüllten Keulen servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 15. Januar 2008

Pochierte Gänse-Brust mit lauwarmem Rote-Bete-Salat

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------|---------------------|----------------------------------|
| 1 Gänsebrust | 1 l Hühnerbrühe | 2 Wacholderbeeren |
| 2 Pimentkörner | 600 g kl. Rote-Bete | Meersalz |
| Honig | 2 Zweige Rosmarin | 10 Maronen, ungegart, ungeschält |
| 1 Boskoop-Apfel | 1 rote Zwiebel | 1 TL Senf |
| 2 EL Apfelessig | 1 EL Walnussöl | 4 EL Rapsöl |
| Pfeffer | | |

Die Gänsebrust falls nötig vom Knochen lösen, dann in einer Panne ohne Fett von allen Seiten kurz anbraten (zuerst auf der Hautseite). Mit der Brühe bedecken, Wacholderbeeren und Pimentkörner zerdrücken und zugeben. Alles ca. 1 Stunde köcheln lassen (der Fond sollte nicht stark kochen, sondern nur leicht simmern). Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Rote-Bete waschen, nicht schälen. Einzeln die Rote-Bete Knollen in Alufolie einpacken und zuvor mit Meersalz, je 1/2 TL Honig und etwas Rosmarin bedecken. Im Ofen die eingepackte Rote-Bete ca. 45 Minuten (je nach Größe) garen. In der Zwischenzeit die Maronen an der Schale einritzen, vom Apfel das Kerngehäuse ausstechen. In den letzte 20 Minuten Maronen und Apfel mit in den Ofen geben. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Senf, Essig und Öl zu einer Vinaigrette mischen, mit Salz und Pfeffer würzen und die Zwiebel untermischen. Rote-Bete auspacken, schälen und in Scheiben schneiden. Die Maronen schälen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Rote-Bete mit der Vinaigrette anmachen. Vom Apfel einen Esslöffel gebackenes Fruchtfleisch herausnehmen und auf den Salat geben, die Maronenscheiben darüber streuen. Die Gänsebrust in Tranchen schneiden und mit dem Salat servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 11. November

Ragout vom Stubenküken mit Frühling-Gemüse

Für 4 Personen

| | | |
|-----------------------|-----------------|----------------------------|
| 2 Stubenküken a 450 g | Salz | 1 Lorbeerblatt |
| 1/2 Zwiebel | 2 Kohlrabi | 1 Bund Möhren |
| 2 EL Butterschmalz | 1 Bund Spargel | 500 g Erbsen in der Schote |
| 1/2 Bund Estragon | 1/2 Bund Kerbel | 100 ml Sahne |

Die Stubenküken zerteilen, Brüste und Keulen abnehmen. Die Knochen der Stubenküken mit Wasser bedecken, Salz, Lorbeerblatt und eine halbe Zwiebel zugeben und ca. 45 Minuten kochen. Kohlrabi und Möhren putzen und schön in Form schneiden. Die Keulen im Gelenk teilen, Haut entfernen und salzen. In einem großen Topf 1 EL Butterschmalz auslassen und die Keulenstücke anbraten. Wenn die Keulen gut angebraten sind, Kohlrabi und Möhren dazugeben. Kurz mitbraten und mit ca. 800 ml Hühnerbrühe, die aus den aufgesetzten Knochen entstanden ist, bedecken. Den Spargel schälen und in Stücke schneiden. Die Erbsen ausspülen. Wenn die Brühe anfängt zu kochen Spargel und Erbsen zugeben. Alles bei kleiner Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen. Estragon und Kerbel waschen und trocken schütteln. Die Kükenbrüste salzen, einige Blätter Estragon und Kerbel unter die Haut schieben und in Butterschmalz ca. 7 Minuten braten. Die Sahne zu dem Ragout geben, falls nötig mit Stärke binden. Kerbel und Estragon zugeben, nochmals abschmecken. Dazu neue Kartoffeln servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 13. April 2010

Scharfes Hähnchen-Curry

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------------|--------------------------|---------------------------|
| 3 getrocknete Chilischoten | 2 Hähnchenbrüste a 150 g | Salz, Pfeffer |
| 1 Kokosnuss | 3 frische Chilischoten | 3 Knoblauchzehen |
| 100 g Schalotten | 20 g Zitronengras | 1 EL Erdnussöl |
| 1 Limette | 200 ml Joghurt | 1 Bund frischer Koriander |

Die getrockneten Chilischoten circa 30 Minuten in Wasser einweichen. Die Hähnchenbrüste salzen und pfeffern. Die Kokosnuss aufbrechen, das Fleisch heraus schneiden und mit der Reibe oder im Mixer zerkleinern. Einen Teil des Kokosfleisches auf die Hähnchenbrüste geben und kurz ziehen lassen. Das übrige Kokosfleisch mit Wasser einweichen. Die frischen Chilischoten von den Kernen befreien, die eingeweichten Chilischoten ausdrücken und beides klein hacken. Knoblauchzehen und Schalotten schälen, mit dem Zitronengras fein hacken und mit den Chilischoten im Mörser zu einer Paste mahlen. Wenn sie zu dick ist, etwas Wasser zugeben. Die Paste mit Erdnussöl im Wok anbraten, bis sich die Aromen entfalten, die Hähnchenbrüste in Stücke schneiden und ebenfalls in den Wok geben. Das eingeweichte Kokosfleisch durch ein Sieb passieren, die Kokosflüssigkeit in den Wok geben, das Fleisch fertig garen und mit Limettensaft abschmecken. Koriander fein hacken und den Joghurt mit Koriander und Salz verrühren. Das Hähnchencurry mit dem Joghurdip anrichten. Dazu passen gut Reis oder Brot.

Tipp: Wer die Kokoscreme nicht selber herstellen möchte, kann auch fertige Kokoscreme im Asialaden kaufen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 19. Februar 2008

Spieß von Hähnchen-Brust und Garnelen

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------|----------------------------------|-------------------------|
| 1 Blatt Gelatine | 10 g frischer Ingwer | 3 Limetten, unbehandelt |
| 1 Bund Schnittlauch | 100 g griechischer Natur-Joghurt | Salz |
| 4 EL Olivenöl | Pfeffer | 4 Garnelen |
| 1 Hähnchenbrustfilet | 1 Salatgurke | 1 Spritzer Sojasoße |
| 1/2 Bund Koriander | | |

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Ingwer schälen und fein hacken. Von einer Limette etwas Schale abreiben. Anschließend von allen Limetten den Saft auspressen. Hälfte des Schnittlauchs fein schneiden. Die Gelatine ausdrücken und in einem Topf mit 1 EL Wasser auflösen. Dann die aufgelöste Gelatine unter den Joghurt mischen. Joghurt mit der Hälfte des Limettensaftes und Schnittlauch vermischen und mit einer Prise Salz abschmecken. Die Masse ca. 30 Minuten in den Tiefkühlschrank geben. Für die Marinade die Hälfte des Limettensaftes mit 4 EL Olivenöl verrühren, Ingwer, Limettenschale, eine Prise Salz und etwas grob gemahlener Pfeffer untermischen. Garnelen schälen und die Därme entfernen. Hähnchenbrust in ca. 4 cm große Würfel schneiden. Fleisch und Garnelen abwechselnd auf 2 Spieße stecken, mit der Hälfte der Marinade begießen und ca. 15 Minuten ziehen lassen. Gurke waschen, evtl. schälen und in kleine Würfel schneiden. Mit der restlichen Marinade anmachen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Spieße in einer Grillpfanne von allen Seiten braten, mit Sojasoße ablöschen. (Wenn die Spieße auf dem Grill gebraten werden, etwas Sojasoße mit dem Pinsel auf das Fleisch streichen). Koriander und restlichen Schnittlauch fein schneiden. Die Spieße mit dem Gurkensalat und dem geistigen Joghurt anrichten, mit Koriander und Schnittlauch bestreuen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 09. Juni 2009

Zitronen-Hähnchen

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------------|--------------------------|---------------------|
| 2 Zitronen, unbehandelt | 1 Zwiebel | 1 frisches Hähnchen |
| Salz | 4 EL Butterschmalz | 650 ml Hühnerbrühe |
| 2 Stiele Zitronenmelisse | 1 Bund Frühlingszwiebeln | 1/2 Bund Salbei |
| 200 g Polentagrieß | Pfeffer | |

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Von einer Zitrone den Saft auspressen. Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Vom Hähnchen die Brüste und Keulen auslösen. Die beiden Keulen noch einmal am Gelenk trennen, sodass insgesamt 4 Stücke entstehen. Dann die Keulenteile salzen und in einem Schmortopf mit 2 EL Butterschmalz anbraten. Mit Zitronensaft ablöschen. Zwiebelringe zugeben, 150 ml Hühnerbrühe angießen und die Keulen ca. 20 Minuten zugedeckt schmoren. Eine Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und in dünne Scheiben schneiden. Von den Hähnchenbrüsten die Haut vorsichtig hochziehen und darunter Blättchen der Zitronenmelisse und einige Zitronenscheiben schieben. In einer Pfanne mit 1,5 EL Butterschmalz die Filets von allen Seiten anbraten und dann im Backofen mit der Hautseite nach oben noch ca. 7 Minuten durch garen. In der Zwischenzeit Frühlingszwiebeln waschen und putzen und fein schneiden. Salbei abspülen, trocken schütteln und fein hacken. In einem Topf mit 1 TL Butterschmalz das weiße der Frühlingszwiebeln und Salbei anschwitzen, ca. 500 ml Hühnerbrühe angießen und diese aufkochen lassen. Dann langsam den Polentagrieß unter Rühren zugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Die Keulen aus dem Schmorsud nehmen, das Fleisch warm stellen. Die Soße pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Unter die Polenta das Grün der Frühlingszwiebeln mischen und ebenfalls abschmecken. Hähnchenbrust in Tranchen aufschneiden, mit den Keulen anrichten, die Soße angießen und der Polenta servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 11. August 2009

Zitronen-Schnitzel vom Huhn, Spargel, holländischer Soße

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------------------|-------------------------|----------------------|
| 2 Hühnerbrustfilets a ca. 180 g | 2 Zitronen, unbehandelt | 4 Scheiben Toastbrot |
| grober schwarzer Pfeffer | Salz | Mehl |
| 3 Eier | 280 g Butter | Zucker |
| 500 g Spargel | 3 EL Weißwein | |

Die Hühnerbrust waschen und trocken tupfen. Die Zitronenschale abreiben, den Abrieb aufbewahren, eine Zitrone bis zum Fruchtfleisch runterschälen und dieses in Scheiben schneiden. In die Hühnerbrüste seitlich eine Tasche schneiden, die Zitronenscheiben hineingeben und die Kante aufeinander drücken. Das Toastbrot reiben und mit dem Zitronenabrieb und frisch gemahlene Pfeffer mischen. Das Huhn salzen, erst durch Mehl und dann durch Eiweiß ziehen und mit den Zitronenbröseln panieren. Die Schnitzel in ca. 20 g Butter von allen Seiten goldbraun anbraten und dann 5 – 8 Minuten bei ca. 180 Grad im Ofen fertig garen. In einem Topf Wasser, 1/2 TL Salz, 1/2 TL Zucker, 10 g Butter und 1 EL Zitronensaft zum Kochen bringen. Den Spargel schälen, die Spargelenden abschneiden, den Spargel ins Wasser geben und ca. 12 - 15 Minuten kochen. Für die Soße Hollandaise 250 g Butter erhitzen und klären (Schaum abschöpfen und Bodensatz entfernen). In einem kleinen Topf oder Schlagkessel Eigelb mit Weißwein im Wasserbad aufschlagen. Darauf achten, dass das Eigelb nicht gerinnt. Den Topf aus dem Wasserbad nehmen und die geklärte Butter (die ungefähr die gleiche Temperatur, wie die Eimasse haben sollte) tröpfchenweise unter die Eigelbmasse rühren. Die Soße Hollandaise mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken und zum Spargel servieren.

Tipp: Soße Hollandaise ist eine Grundsoße, die sich vielfältig variieren lässt. So kann man noch etwas geschlagene Sahne unterheben oder sie mit Kerbel, Estragon und Kalbsfond verfeinern. Eine weitere Variante ist Tomatenmark und Tomatenwürfel unterzumischen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 06. Mai 2008

Hack

Bohnen-Salat mit Lamm-Frikadellen

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------------|-----------------------|---------------|
| 200 g grüne Bohnen | 2 Brötchen vom Vortag | 2 Tomaten |
| 1 Bund Frühlingszwiebeln | 300 g Lammhackfleisch | 1-2 Eier |
| Salz, Pfeffer | Kreuzkümmel | 4 EL Olivenöl |
| 1 EL Weißweinessig | 3 Thymianzweige | 3 Schalotten |
| 200 g Crème-fraîche | | |

Die Bohnen putzen, circa 7 Minuten in Salzwasser kochen und in Eiswasser abschrecken. Die Brötchen in Stücke schneiden und mit etwas Wasser einweichen. Die Tomaten enthäuten, entkernen und in Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen und fein hacken. Das Lammhack mit dem eingeweichten Brötchen, Ei, der Hälfte der Frühlingszwiebeln und Tomatenwürfel vermischen, mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel abschmecken und kleine Frikadellen daraus formen. Diese in etwas Olivenöl ca. 4 Minuten von beiden Seiten braten. Bohnen, Tomatenwürfel und Frühlingszwiebeln mischen. Mit Essig, 3 EL Öl, Salz und Pfeffer abschmecken. Thymian waschen, gut trocknen und Thymianblätter dazugeben. Die Schalotten schälen, auf einer Reibe fein reiben, mit Crème-fraîche vermischen und mit Salz abschmecken. Den Dipp zu den Lammfrikadellen und dem Salat servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 01. Juli 2008

Cassoulet vom Schwein

Für 4 Personen

| | | |
|----------------------------------|-----------------|---------------------------------|
| 200 g trockene weiße Bohnenkerne | 2 Entenkeulen | Salz |
| 1 EL Butterschmalz | 1 Gemüsezwiebel | 1 l Geflügelbrühe |
| 1 Zweig Rosmarin | 1 Lorbeerblatt | 100 g geräucherter Speck |
| 200 g Schweinehackfleisch | Majoran | 1 Saitling (Naturdarm vom Lamm) |
| 1 Stange Lauch | 2-3 Möhren | |

Die weißen Bohnen über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Das Fleisch von den Entenkeulen lösen und salzen. In einem großen schweren Schmortopf Butterschmalz erhitzen und das Fleisch anbraten. Die Zwiebel schälen, würfeln und dazu geben, die Bohnen zugeben und alles mit Brühe angießen. Rosmarin und Lorbeer zugeben und köcheln lassen bis das Fleisch und die Bohnen weich sind. Mit Salz abschmecken. Den geräucherten Speck sehr fein hacken. Mit dem Schweinehack mischen, mit Majoran und Salz abschmecken. Die Masse in den Darm füllen und wahlweise anbraten oder direkt in das Cassoulet geben. Lauch und Möhren fein schneiden und 15 Minuten vor Kochende zugeben. Vor dem Servieren nochmals abschmecken.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 15. September 2009

Crêpes mit Lamm-Hack gefüllt und Gewürz-Joghurt

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------|--------------------------|-----------------------|
| 100 g Mehl | 1 Ei | ca. 200 ml Wasser |
| Salz | ca. 3 EL Butterschmalz | 300 g Blattspinat |
| 1 Zwiebel | 1 Knoblauchzehe | 300 g Lammhackfleisch |
| 1 TL Tomatenmark | Pfeffer | 1 Schalotte |
| 1 EL Butter | 250 g Naturjoghurt | 1 Prise Kreuzkümmel |
| 1 Prise Kardamom | 1 Prise Paprika, edelsüß | 1 Eigelb |
| 1 Bund Schnittlauch | | |

Mehl, Ei, Wasser und 1 Prise Salz zu einem dünnflüssigen Teig mischen. In einer heißen Pfanne mit etwas Butterschmalz aus dem Teig nach und nach dünne Crepes ausbacken. Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch schälen. Zwiebel fein würfeln, mit 1 EL Butterschmalz in einer Pfanne anschwitzen, das Hackfleisch, Tomatenmark und die angeprüllte Knoblauchzehe zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 2- 3) vorheizen. Schalotte schälen und fein schneiden. In einer weiteren Pfanne die Schalotte mit 1 EL Butter anschwitzen, den Spinat zugeben und zusammenfallen lassen, leicht salzen und 2/3 davon zum gebratenen Hackfleisch geben. Die Knoblauchzehe herausnehmen. Den Joghurt mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, Kardamom und Paprika mischen. Einen Löffel Joghurt mit dem Eigelb mischen und zu der Hack-Spinatmischung geben. Davon etwas auf die Crepes geben und diese eng aufrollen. In eine gefettete Auflaufform schichten und im vorgeheizten Backofen noch ca. 5 Minuten im Backofen garen. Schnittlauch fein schneiden. Anschließend die Crepes schräg aufschneiden, mit dem restlichen Joghurt und Spinat anrichten und mit Schnittlauch bestreuen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 03. November 2009

Häppchen mit Hackfleisch

Für 4 Personen

Für die Tatar-Taler:

| | | |
|-----------------------|--------------------------|------------------------|
| 1/2 Bund Schnittlauch | 200 g Rinderhack (Tatar) | 1 TL Kapern |
| 1 EL Worcester-Soße | 1 EL Olivenöl | 1 TL Salz |
| Pfeffer | 2 Scheiben Vollkornbrot | 2 Wachteleier, gekocht |

Für die Hackbällchenspieße:

| | | |
|----------------|-----------------------|----------------------|
| 1 rote Zwiebel | 1 kleine rote Paprika | 1 Kartoffel, gekocht |
| 200 g Lammhack | 1 Ei | Salz |
| Pfeffer | 3 EL Pflanzenöl | |

Für die Hackfleischröllchen:

| | | |
|------------------------|------------|------------------|
| 2 Scheiben Toast | 3 Datteln | 6 Walnusshälften |
| 200 g Kalbshack | 2 Eier | Salz |
| Pfeffer | 100 g Mehl | ca.100 ml Milch |
| ca. 3 EL Butterschmalz | | |

Für die Tatar-Taler, den Schnittlauch fein hacken. Ein Esslöffel Schnittlauchröllchen beiseite stellen. Das Rinderhack mit dem restlichen Schnittlauch und den Kapern vermischen. Mit Worcester-Soße, Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken. Vom Vollkornbrot die Rinde abschneiden und die Scheiben in Quadrate schneiden. Das Tatar darauf setzen. Gekochte Wachteleier halbieren und die Tatar-Taler mit Ei und Schnittlauchröllchen garnieren. Für die Hackbällchenspieße Zwiebel schälen und fein hacken. Paprika halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Die gekochte Kartoffel schälen, durch eine Presse drücken. Alle Zutaten mit dem Hackfleisch und einem Ei vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse kleine Bällchen formen und auf Holzspieße stecken. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Hackbällchenspieße darin braten. Für die Hackfleischröllchen den Toast fein reiben, die Datteln und Walnüsse hacken. Mit dem Kalbshack und 1 Ei vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus 1 Ei, Mehl, Milch und einer Prise Salz einen Pfannkuchenteig herstellen. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und dünne Pfannkuchen ausbacken. Das Hackfleisch auf die Pfannkuchen geben und einrollen. Die Rollen zuerst in hitzestabile Frischhaltefolie und dann in Alufolie einwickeln und in einem Topf mit heißem, aber nicht kochendem Wasser 10 Minuten pochieren. Herausnehmen, auswickeln und in Scheiben schneiden.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 03. März 2009

Kalb-Frikadellen mit Bohnen-Salat

Für 4 Personen

| | | |
|------------------------|---------------------------------|---------------------|
| 50 g weiße Bohnenkerne | 300 ml Gemüsebrühe | 1 kg grüne Bohnen |
| Salz | 400 g frische grüne Bohnenkerne | 2 Lauchzwiebeln |
| 100 g Kirschtomaten | 1 Zitrone | 2 Scheiben Weißbrot |
| 2 Schalotten | 3 Stiele Bohnenkraut | 250 g Kalbshack |
| 1 Ei | Pfeffer | 2 EL Butterschmalz |
| 200 g saure Sahne | 1 EL Olivenöl | grobes Meersalz |

Bohnenkerne über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Dann abschütten und in einem Topf mit Gemüsebrühe ca. 1,5 Stunden weich kochen. Die grünen Bohnen putzen, in Salzwasser gar kochen. Abschütten, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Die frischen Bohnenkerne kurz blanchieren, abschütten und aus der Pelle drücken. Zwiebellauch putzen und fein schneiden, Tomaten halbieren. Die Zitrone mit einem Messer schälen, sodass keine weiße Haut mehr zu sehen ist. Dann die Zitronenfilets heraus schneiden, dabei den Saft auffangen. Das Weißbrot in Wasser einweichen. Die Schalotten schälen und fein würfeln. Bohnenkraut waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Kalbshack mit Ei, eingeweichten und ausgedrücktem Weißbrot, Schalotten und Bohnenkrautblättchen vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kleine Frikadellen daraus formen und diese in einer Pfanne mit Butterschmalz braten. saure Sahne mit Salz, Pfeffer, Olivenöl und Zitronensaft vermischen und die Soße abschmecken. Das Bohngemüse zusammen mit Zwiebellauch, Tomaten und Zitronenfilets auf dem Teller anrichten, ein wenig grobes Meersalz, Pfeffer aus der Mühle und Olivenöl und Bohnenkrautblättchen darüber geben. Kalbsbällchen zugeben. Die Salatsoße separat dazu servieren. Dazu passt frisches Graubrot.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 29. Juni 2010

Kirsch-Reis mit Hack-Bällchen vom Rind

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------|--------------------------|-----------------------|
| 200 g Basmatireis | 1 Bund Frühlingszwiebeln | 1 TL Butterschmalz |
| 150 g Süßkirschen | Salz, Pfeffer, Zucker | 1 Brötchen vom Vortag |
| 1 Zwiebel | 300 g Rinderhack | 1-2 Eier |
| Salz, Pfeffer | Olivenöl | 1 EL Mandelstifte |
| 1 El Pistazienkerne | | |

Den Reis in Salzwasser bissfest garen und mit kaltem Wasser abspülen. Die Frühlingszwiebeln waschen, fein schneiden und mit Butterschmalz anbraten. Die Kirschen waschen, entsteinen, dazu geben und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Den abgetropften Reis zugeben, alles gut durchmischen und bei kleiner Hitze circa 10 Minuten ziehen lassen. Das Brötchen in Stücke schneiden und mit etwas Wasser einweichen. Die Zwiebel schälen, fein schneiden und mit dem Brötchen und Hackfleisch gut vermengen. Das Hackfleisch mit eingeweichten Brötchen, Eiern und gehackter Zwiebel mischen mit Salz und Pfeffer abschmecken, zu kleinen runden Bällchen formen und diese mit Olivenöl in der Pfanne rundum gar braten. Zum Schluss die Mandelstifte und gehackte Pistazien mit in die Pfanne geben und kurz anrösten. Den Kirschreis mit den Hackbällchen anrichten und mit Madelstiften und Pistazien bestreut servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 15. Juli 2008

Königsberger Klopse vom Kalb

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------------|----------------------|-------------------|
| 300 g neue Kartoffeln | 1 Zwiebel | 2 Sardellen |
| 2 EL Kapern | 2 Scheiben Toastbrot | 1 Ei |
| 300 g Kalbshack | Salz | 250 ml Kalbsbrühe |
| 1 Lorbeerblatt | 2 Pimentkörner | 300 g Blumenkohl |
| 1 TL Stärke | 20 ml Sahne | 50 g Butter |

Die Kartoffeln putzen, waschen und mit Schale in einem Topf mit Salzwasser gar kochen. Die Zwiebel schälen und mit den Sardellen und 1/3 der Kapern fein hacken. Das Toastbrot reiben, mit den feingehackten Zutaten, Ei und Hackfleisch mischen und mit Salz abschmecken. Aus der Masse Klöße von ca. 4 cm Durchmesser formen. Die Kalbsbrühe in einen Topf geben, erhitzen und die Klöße circa 10 Minuten in der köchelnden Brühe mit Lorbeerblatt und angedrückten Pimentkörnern gar ziehen lassen. Vom Blumenkohl die Röschen runterschneiden und diese circa 5 Minuten im kochenden Salzwasser garen. Die Klöße herausnehmen, warm stellen und die Brühe mit angerührter Stärke binden. Sahne und Butter unterrühren, die restlichen Kapern zugeben und die Soße mit Salz und Kapernflüssigkeit abschmecken. Königsberger Klopse mit der Soße, Blumenkohl und den Kartoffeln anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 22. April 2008

Lamm-Hack-Spieße mit Taboulé

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------------|------------------------------|-----------------------|
| 1 Bund Frühlingszwiebeln | 1 Gurke | 1 große Fleischtomate |
| 3-4 Zweige Minze | 1 kl. Bund glatte Petersilie | 200 g Couscous |
| 4 EL Olivenöl | Salz | Cumin |
| 4 Stängel Thymian | 4 Scheiben Toastbrot | 1 rote Zwiebel |
| 1 rote Paprika | 1 Tomate | 100 g Sucuk |
| 300 g Lammhack | 2 Eigelb | Salz und Pfeffer |

Die Zwiebeln, Gurke und Tomate waschen, die Tomate entkernen und alles in kleine Stücke schneiden. Die Kräuter waschen, gut abtropfen lassen, zupfen und klein hacken. Alles mit dem CousCous in einen Topf geben, gut vermischen, 2 EL Olivenöl unterrühren, ca. 200 ml heißes Wasser darüber geben und circa eine halbe Stunde ziehen lassen, zwischendurch immer wieder umrühren. Das fertige Taboulé mit Salz und Cumin abschmecken. Für die Lammhackspieße Thymian waschen, gut abtropfen lassen und die Blättchen abzupfen. Das Toastbrot reiben. Die Zwiebel schälen, Paprika und Tomate entkernen und alles in kleine Würfel schneiden. Sucuk ebenfalls in Würfel schneiden und alle Zutaten mit Lammhack, Ei und Toastbrot mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Masse auf Holzspieße drücken. Von allen Seiten mit etwas Öl braten oder grillen.

Tipp: Wenn die Holzspieße vorher in Wasser eingeweicht werden, lässt sich das Fleisch leichter lösen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 27. Mai 2008

Lamm-Spieße vom Grill

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------|----------------|--------------------------|
| 1 kleine Zwiebel | 150 g Lammhack | 2 Eigelb |
| 1 Prise Kreuzkümmel | Salz, Pfeffer | 250 g Lammfleisch |
| 1-2 Knoblauchzehen | 1 Bund Dill | 1 Bund glatte Petersilie |
| 200 g Naturjoghurt | 3 Tomaten | 1 Bund Lauchzwiebeln |
| 1/2 Zitrone | 2 EL Olivenöl | |

Zwiebel schälen und fein würfeln. Lammhack, Zwiebel, 2 Eigelb, etwas Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben und gut vermengen. Die Holzspieße in Wasser einweichen. Das Fleischstück in ca. 2 cm große Würfel schneiden, die Hackmasse in ca. 2 cm große Würfel formen. Dann abwechselnd Fleischstücke und Hackwürfel auf die Spieße aufstecken. Knoblauch schälen und fein hacken. Dill und Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Joghurt mit Knoblauch und gehackten Kräutern mischen und mit Salz abschmecken. Die Tomaten kurz in siedendem Wasser abschrecken, herausnehmen und die Haut abziehen. Tomaten vierteln und die Kerne austreichen. Zwiebellauch waschen, abtropfen lassen und in feine Ringe schneiden. Von der Zitrone den Saft auspressen. Tomaten mit Zwiebellauch in eine Schüssel geben und mit etwas Zitronensaft und 2 EL Olivenöl marinieren, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Fleischstücke mit Salz würzen und auf dem Grill von jeder Seite ca. 4 Minuten braten. Die Spieße mit Tomatensalat und Kräuterjoghurt anrichten. Dazu passt gut Fladenbrot.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 18. Mai 2010

Lauch-Gemüse mit Schweine-Hack-Bällchen, Kartoffel-Püree

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------|--------------------------------|-----------------|
| 400 g Kartoffeln | Salz | 2 Stangen Lauch |
| 3 Scheiben Toastbrot | 200g Hackfleisch (vom Schwein) | 2 Eier |
| Pfeffer | 2 EL Butterschmalz | 1 EL Zucker |
| 250 ml Sahne | ca. 100 ml Milch | 1 EL Butter |
| Muskat | | |

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen. Den Lauch putzen, halbieren und gründlich waschen. Das Toastbrot fein reiben, mit dem Hackfleisch und den Eiern vermischen. Lauch in feine Ringe schneiden, etwas davon klein hacken und zu der Hackfleischmasse geben. Das Hackfleisch salzen und pfeffern, alles gut mischen und kleine Bällchen formen. 1 EL Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Hackfleischbällchen darin braten. Aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Die restlichen Lauchringe in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz bei kleiner Hitze anbraten, mit Zucker bestreuen, karamellisieren lassen und salzen. Die Sahne hinzufügen und aufkochen, abschmecken und eventuell mit einem Eigelb binden. Die Hackbällchen wieder dazugeben. Die Milch etwas erwärmen. Die gekochten Kartoffeln abgießen, Milch und Butter hinzufügen und alles gut durchstampfen. Mit Salz und Muskat abschmecken.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 17. Februar 2009

Moussaka vom Rind

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------------|---------------------------------|------------------|
| 1 Aubergine | 1 Zwiebel | 2 Fleischtomaten |
| 2 gekochte Kartoffeln | 4 EL Olivenöl | 300 g Rinderhack |
| 1 Lorbeerblatt | 6 Zweige Thymian | Salz, Pfeffer |
| 100 g griechischer Feta | 200 g griechischer Naturjoghurt | 2 Eier |

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Aubergine der Länge nach in 5 mm starke Scheiben schneiden, salzen und 10- 15 Minuten ziehen lassen. Zwiebel schälen und fein schneiden. Die Tomaten häuten, entkernen und würfeln. Die gekochten Kartoffeln in Scheiben schneiden. Die gewürfelte Zwiebel in 1 EL Olivenöl anschwitzen, Hackfleisch, Lorbeerblatt und Thymianzweige zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 5 Minuten braten. Thymian und Lorbeerblatt wieder herausnehmen. Die Auberginen abwaschen, trocken tupfen und 3 EL Olivenöl anbraten. Auberginenscheiben, Kartoffelscheiben, Hackfleisch und Tomatenwürfel abwechselnd in eine gefettete feuerfeste Form schichten. Den Feta zerkrümeln und mit einem Löffel Joghurt vermischen, restlichen Jogurt mit den Eiern vermischen und über die Hackmasse gießen. Den Käse darauf verteilen und im heißen Ofen 20 Minuten backen. Dazu passt Romanasalat.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 04. August 2009

Orangen-Reis mit Geflügel-Hackfleisch-Bällchen

Für 4 Personen

| | | |
|------------------------|----------------------|---------------------|
| 2 Orangen, unbehandelt | 1 TL Zucker | 300 g Basmatireis |
| Salz | 2 Zwiebeln | 2 EL Butterschmalz |
| 50 g Mandelstifte | 50 g Pistazien | 1 EL brauner Zucker |
| 4 Hähnchenkeulen | 2 Scheiben Toastbrot | 1 Eigelb |
| Pfeffer | 1 Bund Lauchzwiebeln | 1 Prise Safran |

Die Orangen dünn schälen, die Schale in feine Streifen schneiden und zwei Mal in kochendem Wasser blanchieren. Dabei das Wasser jedes Mal wechseln. Anschließend in Zuckerwasser weich kochen. Die Orangen filetieren. Den Reis waschen und in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen, auf ein Sieb geben und abspülen. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Ein Esslöffel Zwiebeln beiseite stellen. Ein Esslöffel Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebelwürfel darin anbraten, Mandeln und Pistazien zugeben und kurz mitbraten, den braunen Zucker darüber streuen und karamellisieren lassen. Den Reis dazugeben und alles gut mischen. Circa 20 Minuten bei sehr geringer Hitze dämpfen. Wenn sich unten eine Kruste bildet ist es gut. Von den Hähnchenkeulen die Knochen auslösen und das Fleisch durch einen Fleischwolf drehen. Das Toastbrot fein reiben. Das Hackfleisch mit einem Esslöffel gehackte Zwiebeln, dem geriebenen Toastbrot, einem Eigelb, Salz und Pfeffer vermischen und kleine Bällchen von zwei Zentimeter Durchmesser formen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Hackbällchen braten. Die Lauchzwiebeln waschen und klein schneiden. Kurz vor ende der Bratzeit Lauchzwiebeln und Orangenfilets zu den Hackbällchen geben. Safran mörsern, in zwei Esslöffeln heißem Wasser auflösen und zum Reis geben. Reis zusammen mit den Hackbällchen servieren.

Tipp: Anstatt der Orangenschale kann auch Orangeat benutzt werden.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 16. März 2010

Pikant gefüllter Bratapfel mit Rinder-Hack

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------------------|-------------------------|------------------------|
| 2 Zwiebeln | 1/2 Brötchen vom Vortag | 2 Äpfel (z.B. Boskoop) |
| 2 große mehligk. Kartoffeln | 3 EL Butterschmalz | 100 g Rinderhack |
| 3 Zweige Majoran | 250 ml Apfelsaft | 2 EL Sahne |
| 1/2 Bund Schnittlauch | Salz | Pfeffer |
| 1 Stück Ingwer | 1 Eiweiß | |

Eine Zwiebel schälen und fein hacken. Brötchen in Würfelchen schneiden und in Wasser einweichen. Äpfel gründlich waschen und das Kerngehäuse mit dem Apfelausstecher entfernen, jedoch nicht ganz durchstechen, so dass der Boden erhalten bleibt. Mit einem kleinen Löffel noch ein wenig Fruchtfleisch herausnehmen und beiseite stellen. Kartoffeln schälen. Den Backofen auf 220 Grad (Umluft 200 Grad, Gas Stufe 4) vorheizen. Zwiebel in 1 EL Butterschmalz anbraten. Brotwürfel ausdrücken und mit den angebratenen Zwiebeln zum Hackfleisch geben und gut vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Ingwer abschmecken. Die Hackfleischmischung in die ausgehöhlten Äpfeln füllen und im vorgeheizten Backofen 20 Minuten backen. Eine Zwiebel schälen und hacken und in Butterschmalz anschwitzen. Majoranblätter abzupfen und mit den Apfelresten dazugeben. Etwas anschwitzen und mit dem Apfelsaft und der Sahne ablöschen. Die Soße pürieren und durch ein Sieb passieren. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und fein schneiden. Unter die Soße geben. Die Kartoffeln auf einer groben Reibe reiben, ausdrücken und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Eiweiß untermischen. Aus der Masse in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz kleine Rösti kross ausbacken und mit den Äpfeln servieren. Dazu die Apfel-Schnittlauchsoße reichen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 26. Januar 2010

Schafskäse-Köfte vom Rind mit Couscous

Für 2 Personen

| | | |
|------------------------|------------------------|-------------------------|
| 150 g fester Fetakäse | 1 Scheibe Toastbrot | 100 g Rinderhackfleisch |
| 1 Eigelb | Salz, Pfeffer | 3 EL Olivenöl |
| 1 Bund Lauchzwiebeln | 2 Tomaten | Kreuzkümmel |
| ca. 300 ml Hühnerbrühe | 100 g Instant-Couscous | |

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Den Schafskäse in daumendicke ca. 6 cm lange Stifte schneiden. Das Toastbrot in etwas Wasser einweichen und anschließend gut ausdrücken. Hackfleisch mit ausgedrücktem Brot, Eigelb gut vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hackfleischmasse mit angefeuchteten Händen dünn um die Käsestifte geben und in einer Pfanne (mit hitzestabilem Griff) mit 2 EL Olivenöl vorsichtig von allen Seiten anbraten. Dann im Backofen noch ca. 5 Minuten garen. Lauchzwiebeln und Tomaten in Stücke schneiden, in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anbraten. Mit Salz und Kreuzkümmel würzen, Hühnerbrühe angießen und diese aufkochen lassen. Dann Couscous untermischen, die Hitze reduzieren und alles ca. 5 Minuten ziehen lassen, dabei immer wieder umrühren. Die Köfte mit dem Couscous servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 21. Oktober

Innereien

Pfifferling-Ragout mit gebratener Enten-Leber

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------------------|----------------------------------|---------------------------|
| 400 g Pfifferlinge | 1/2 Bund Lauchzwiebeln | 1/2 Bund frischer Majoran |
| 80 g Gjetost (aus Norwegen) | 4-6 Blätter Filoteig (Yufkateig) | 2 EL Butterschmalz |
| 2 EL Butter | Salz | 50 ml Sahne |
| Pfeffer | 300 g Entenleber | 1 EL Mehl |
| 20 ml roter Portwein | | |

Den Backofen auf 220 Grad (Umluft 200 Grad, Gas Stufe 4) vorheizen. Die Pfifferlinge putzen und evtl. halbieren. Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden. Majoran abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Den Käse in ca. 1 cm starke Stifte schneiden und mit dem Filoteig wickeln, sodass fingerdünne ca. 15 cm lange Strudel entstehen. Die Strudel auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen, mit flüssigem Butterschmalz einpinseln und im vorgeheizten Ofen ca. 5 Minuten goldbraun backen. In einer Pfanne mit Butter die Lauchzwiebeln mit den Pfifferlingen anbraten, salzen und zuletzt den Majoran zugeben und mit Sahne ablöschen. Kurz köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Leber putzen, in Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten je ca. 2 Minuten braten. Dann salzen und das Fett aus der Pfanne abgießen. 1 EL Butter und Portwein zugeben und die Leber glasieren. Die Pfifferlinge in tiefen Tellern anrichten, darauf die Leber anrichten und die Strudel anlegen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 17. August 2010

Kalb

Erbsen-Püree und Möhren-Gemüse mit Kalb-Steaks

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------------|-----------------------|----------------------|
| 2 kg Erbsen in der Schote | 2 EL Butter | ca. 4 EL Gemüsebrühe |
| 40 ml Sahne | 2 Zweige Estragon | Salz |
| 2 Bund kleine Möhren | Zucker | 150 g Kalbsrücken |
| Öl | ca. 1 EL kalte Butter | |

Die Erbsen auspulen und in einem Topf mit jeweils 1 EL Butter und Gemüsebrühe gar dünsten, 1/5 der Erbsen herausnehmen, den Rest mit Sahne aufgießen, erneut 5 Minuten kochen und pürieren. Den Estragon waschen, gut abtropfen lassen, zupfen und klein hacken. Das Püree mit Salz und Estragon abschmecken. Die Möhren schälen, dabei vom Grün ca. 5 cm stehen lassen, in einem Topf mit jeweils 1 EL Butter und ca. 3 EL Gemüsebrühe bei kleiner Hitze weich dünsten und mit Salz und Zucker abschmecken. Den Kalbsrücken in 2 Scheiben schneiden, diese in einer Pfanne mit Öl je nach Dicke ca. 2 Minuten von jeder Seite braten, aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Den Bratensatz mit Gemüsefond vom Möhrengemüse ablöschen und mit kalter Butter abbinden. Fleisch mit Püree und Gemüse anrichten und die Soße dazugeben.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 20. Mai 2008

Gebratener Kopfsalat

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------------|-------------------|---------------------------------|
| 1 Kopfsalat | 100 g Kalbsrücken | 6-8 Blätter Frühlingsrollenteig |
| Salz | 3 Zweige Thymian | 3 Stiele Minze |
| 2 EL Butter | 1 Schalotte | ca. 100 ml Olivenöl |
| 1 Spritzer Zitronensaft | 100 g saure Sahne | Pfeffer |
| evtl. 1 TL Mehlbutter | | |

Vom Kopfsalat die äußeren unschönen Blätter entfernen. Den Salatkopf am Stück waschen und gut trockenschütteln. Je nach Größe den Salat vierteln oder achteln, dabei die Blätter möglichst am Strunk lassen. Den Kalbsrücken in sehr dünne Scheiben schneiden. Jede Fleischscheibe auf je ein Blatt Frühlingsrollenteig legen, salzen, einige Thymianblätter darauf streuen und 2-3 Minzeblätter darauf legen. Alles flach einschlagen (nicht aufrollen). In einer großen Pfanne 2 EL Butter schmelzen, die Salatviertel vorsichtig nebeneinander einlegen, salzen und bei geringer Hitze ganz langsam braten. Die Schalotte schälen und fein schneiden. Mit dem Salat mit braten. Fleischpäckchen in einer Pfanne mit Olivenöl knusprig ausbraten. Wenn die Schalotte weich ist, Salat mit Zitronensaft ablöschen und Saure Sahne angießen. Die Salatviertel herausnehmen und auf Teller anrichten. Die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken und evtl. mit Mehlbutter binden. Mit den Fleischpäckchen servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 16. Juni 2009

Gefüllte Zwiebeln auf Kalb-Steak

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------------|--------------------------------|---------------------|
| 500 g Kartoffeln | 4 rote Zwiebeln, mittelgroß | 10 g Ingwer |
| 2 EL Butterschmalz | Salz | 1 TL brauner Zucker |
| 1 Prise Kreuzkümmel | 1 Zweig Thymian | 2 EL Butter |
| 4 Kalbsrückensteaks a 90 g | 250 ml Kalbs- oder Hühnerbrühe | |

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen. Die roten Zwiebeln so schälen das die Wurzel dran bleibt. Oben einen Deckel abschneiden und das Innere der Zwiebel mit Hilfe eines kleinen Messers herausnehmen, so das maximal drei Schichten stehen bleiben. Das Innere der Zwiebel klein hacken, die Ingwerknolle schälen, fein hacken. 1 EL Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Zwiebelwürfel und Ingwer darin braten. Mit Salz, braunem Zucker und Kreuzkümmel würzen. Thymianblätter abzupfen und zugeben. Die gekochten Kartoffeln durch die Presse drücken, mit 1 EL Butter und gebratener Zwiebelmischung verrühren. Die ausgehöhlten Zwiebeln in Salzwasser blanchieren und rundherum in 1 EL Butterschmalz anbraten. Das Kartoffel-Püree in die Zwiebeln einfüllen und im Backofen warm stellen. Kalbssteaks mit Salz und Pfeffer würzen und von beiden Seiten ca. 3 Minuten braten. Ebenfalls warm stellen. Den Bratenfond mit der Brühe ablöschen, kurz reduzieren lassen, mit 1 EL Butter binden und alles zusammen servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 01. September 2009

Kalb-Filet mit gebrannten Mandeln

Für 2 Personen

| | | |
|------------------------|--------------------------|--------------------|
| 1 Schalotte | 2 TL Butter | 300 g Kalbsfilet |
| 50 g gebrannte Mandeln | 3 Scheiben Toastbrot | 50 g weiche Butter |
| Salz, Pfeffer | 3 EL Butterschmalz | 50 ml Kalbsfond |
| 50 ml Sahne | 1 Zweig frischer Majoran | 400 g Spitzkohl |
| 1 kleine Zwiebel | | |

Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 TL Butter anschwitzen. Das Fleisch parieren, d.h. alle Sehnen und Fett entfernen, dann in zwei Medaillons schneiden. Die gebrannten Mandeln fein hacken (z.B. mit dem Blitzhacker oder Zauberstab). Toastbrot fein reiben. Die weiche Butter mit den Schalotten, Mandeln und dem Toastbrot gut vermischen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten braten, dann aus der Pfanne nehmen. Die Mandelmasse aufstreichen und ca. 7 Minuten im Ofen bei Oberhitze gratinieren, bis die Kruste schön goldbraun ist. Den Bratensatz in der Pfanne mit Kalbsfond ablöschen, Sahne zugeben und um etwa die Hälfte einkochen lassen. 1 TL kalte Butter untermischen und die Soße damit binden, mit Majoran, Salz und Pfeffer abschmecken. Vom Spitzkohl den Strunk entfernen, Kohl in feine Streifen schneiden. Zwiebel schälen und fein schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz Zwiebel anschwitzen, Spitzkohl zugeben und braun rösten. Spitzkohl mit den Kalbsmedaillons und der Soße anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 16. Dezember

Kalb-Ragout im Yufka-Teig mit Möhren-Gemüse

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------------|--------------------------|---------------------|
| 1 Zwiebel | 2 Möhren | 100 g Sellerie |
| 500 g Kalbfleisch | 2 EL Butterschmalz | Pfeffer, Salz |
| 2 Zweige Thymian | 1 Lorbeerblatt | ca. 1 l Hühnerbrühe |
| 2 gr. Blätter Yufkateig | ca. 50 g flüssige Butter | |

Zwiebel schälen, halbieren und in feine Ringe schneiden. Möhre und Sellerie schälen und würfeln. Das Fleisch in gulaschgroße Würfel schneiden. Fleisch in einem großen Topf mit 2 EL Butterschmalz scharf anbraten und mit Pfeffer und Salz würzen. (Die Fleischstücke sollten möglichst nicht übereinander liegen, wenn das Fleisch angebraten ist.) Thymian und Lorbeerblatt zugeben. Zwiebel und Gemüse zugeben und mit anbraten. Dann soviel Brühe angießen, dass das Gargut zu 2/3 mit Flüssigkeit bedeckt ist. Zugedeckt ca. 45 Minuten schmoren lassen. Dabei immer wieder umrühren und evtl. noch etwas Brühe angießen. Wenn das Fleisch weich ist, dieses herausnehmen und warm stellen. Die Brühe im Topf zum größten Teil durch ein Sieb passieren und die Soße nochmals etwas einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gemüse mit der restlichen Flüssigkeit mit einem Kartoffelstampfer zu einem Püree zerdrücken, zuvor Lorbeer und Thymian entfernen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 2-3) vorheizen. 2 große Yufkateigblätter mit flüssiger Butter bestreichen, etwas Gemüsepüree und Fleisch darauf geben. Zu einer dekorativen Knolle verschließen, mit flüssiger Butter bepinseln und im vorgeheizten Ofen ca. 7 Minuten goldbraun backen. Die Päckchen auf Tellern anrichten und mit der Soße servieren. Dazu passen gut grüne Bohnen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 30. September

Kalb-Steak mit Salbei und Birnen

Für 4 Personen

| | | |
|-------------------------|--------------------|----------------------|
| 1 kg Kartoffeln, mehlig | Salz | 4 Birnen, fest |
| 1 Bund Salbei | 3 EL Butterschmalz | 2 TL Zucker |
| 10 Schalotten | Pfeffer | 1 EL Balsamico-Essig |
| 1 EL Sojasoße | 1 kleine Zwiebel | 800 g Kalbsrücken |
| 1 EL Butter | | |

Den Backofen auf 120 Grad (Umluft 100 Grad) vorheizen. Kartoffeln schälen und in Salzwasser weichkochen. Drei Birnen waschen einschneiden und ein Salbeiblatt hineindrücken, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anbraten, mit Salz und 1 EL Zucker bestreuen und im Backofen weich backen. Die Schalotten schälen, in Butterschmalz anbraten mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen mit Balsamico-Essig und Sojasoße ablöschen und weich dünsten. Den Kalbsrücken in 4 Steaks schneiden, salzen und in Butterschmalz anbraten, dem Bratfett einige Salbeiblätter zugeben. Das Fleisch von beiden Seiten 2 Minuten braten und dann bei 150 Grad im Backofen ca. 15 Minuten zu Ende garen. Die übrige Birne schälen, das Kerngehäuse entfernen und klein schneiden. Eine Zwiebel klein schneiden und in etwas Butterschmalz anbraten, Salbei fein hacken und mit der klein geschnittenen Birne zugeben, mit anbraten. Die ausgedämpften Kartoffeln durch die Presse drücken und dazugeben, alles durchmischen, 1 EL Butter unterziehen und mit Salz abschmecken. Das Kartoffel-Birnen-Püree mit dem Kalbsteak anrichten, die Birnenviertel und Balsamico-Schalotten dazugeben.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 31. August 2010

Salat von rohem und gekochtem Spargel mit Kalb-Steaks

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------------|--------------------------|-----------------------|
| 10 Stangen weißer Spargel | 4 Stangen grüner Spargel | 1 TL Senf |
| 1 EL Balsamico | 2 EL Olivenöl | Salz, Pfeffer |
| 2 Frühlingszwiebeln | 2 Tomaten | 2 Kalbssteaks a 120 g |
| Butter | 1/2 Bund Kerbel | |

Den Spargel schälen. 2/3 davon in Scheiben schneiden. Den Rest mit dem Sparschäler in feine Streifen schneiden. Senf, Balsamico und Olivenöl zu einer Vinaigrette mischen, mit Pfeffer und Salz abschmecken und die Spargelstreifen darin kurz marinieren. Frühlingszwiebeln in Röllchen schneiden, Tomaten würfeln (evtl. häuten). Die Kalbssteaks mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Butter von beiden Seiten kurz anbraten. Aus der Pfanne nehmen und im auf 180 Grad (Umluft) vorgeheizten Backofen ca. 3-4 Minuten fertig garen. Die Spargelstücke in die Fleischpfanne geben ca. 3 Minuten anbraten, die Frühlingszwiebeln und die Tomatenwürfel dazugeben. Mit Pfeffer und Salz würzen und mit gezupftem Kerbel bestreuen. Den gebratenen Spargel auf dem Teller anrichten, den rohen Spargel obenauf setzen. Die Kalbssteaks dazu reichen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 27. April 2010

Tafelspitz und Rote-Bete-Salat

Für 4 Personen

| | | |
|-----------------------|--------------------------|--------------------|
| 2 Zwiebeln | 1 kg Tafelspitz vom Kalb | Salz |
| 1 EL Butterschmalz | ca. 1 l Kalbsbrühe | 4 Rote-Bete |
| 1 Bund Thymian | 4 Knoblauchzehen | 4 TL Honig |
| 600 g Kartoffeln | 4 EL Sonnenblumenöl | 2 EL Weißweinessig |
| 1 TL Senf | 2 EL Sahne-Meerrettich | 1 Prise Zucker |
| 1/2 Bund Schnittlauch | | |

Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Den Tafelspitz von den Sehnen befreien, die Fettseite bis aufs Fleisch einritzen und salzen. In einem Bräter Butterschmalz erhitzen und den Tafelspitz von allen Seiten anbraten. Zwiebeln zugeben und mitbraten. Mit etwas Fleischbrühe ablöschen, so dass der Tafelspitz ca. 2 cm hoch in der Flüssigkeit liegt. Den Tafelspitz zugedeckt ca. 1,5 Stunden weich schmoren, dabei öfters wenden und immer wieder Brühe nachgießen. Den Backofen auf 220 Grad (Umluft 200 Grad, Gas Stufe 4) vorheizen. Die Rote-Bete waschen. Den Thymian waschen und trocken schütteln. Knoblauchzehen schälen. Jeweils eine Rote-Bete mit etwas Thymian, Knoblauch und Honig in ein etwas Alufolie wickeln und im vorgeheizten Ofen ca. 45 Minuten (je nach Größe) garen. Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen. Aus Sonnenblumenöl, Essig und Senf eine Vinaigrette rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rote-Bete auspacken, schälen in Scheiben schneiden und mit der Vinaigrette marinieren. Tafelspitz aus dem Topf nehmen. Den Bratensatz durch ein Sieb passieren und abschmecken. Die Kartoffeln abschütten, mit dem Stampfer zerdrücken und Sahne-Meerrettich zugeben, mit Salz und Zucker abschmecken. Schnittlauch fein schneiden und unter den Rote-Bete Salat mischen. Tafelspitz aufschneiden und mit Rote-Bete Salat und Kartoffelstampf anrichten. Dazu Soße servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 28. Dezember 2010

Zigeuner-Schnitzel

Für 2 Personen

| | | |
|------------------------------------|-------------------------|-------------------|
| 1 Zwiebel | 1 TL Butter | 1 Tomate |
| 250 ml Hühnerbrühe | Salz und Pfeffer | 300 g Kalbfleisch |
| 50 g Kalbszunge, gepöckelt,gekocht | 50 g gekochter Schinken | 50 g Champignons |
| 2 EL Mehl | 1 EL Butterschmalz | 250 ml Weißwein |
| Trüffel | 1 TL Rosenpaprika | |

Die Zwiebel schälen und in Würfel schneiden, die Tomate ebenfalls würfeln. Die Zwiebel in einem kleinen Topf mit Butter anschwitzen, Tomate dazugeben, etwas Hühnerbrühe angießen, mit Salz und Pfeffer würzen und weich kochen. Von dem Fleisch dünne Schnitzel schneiden. Die Zunge, den Kochschinken und die Champignons in feine Streifen schneiden. Schnitzel salzen und in Mehl wenden. In einer Pfanne mit Butterschmalz die Schnitzel von beiden Seiten braten, aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Den Bratensatz in der Pfanne mit Weißwein ablöschen. Zunge, Schinken und Champignons zugeben und kurz darin andünsten. Die Trüffel hobeln und dazugeben. Mit dem Rosenpaprika würzen. Tomatensoße pürieren und durch ein Sieb passieren. Die Tomatensoße zu den übrigen Zutaten in die Pfanne geben, nochmals abschmecken. Kalbschnitzel anrichten, mit der Soße übergießen und servieren. Dazu passen Nudeln.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 03. Februar 2009

Lamm

Geschmorte Lamm-Keule mit Stauden-Sellerie

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------------------|-------------------------------|--------------------|
| 400 g Lammfleisch aus der Keule | Salz | 1/2 TL Kreuzkümmel |
| 1/2 TL Kurkuma | 1 EL Olivenöl | 1 TL Tomatenmark |
| 1 Gemüsezwiebel | 250 ml Brühe (Lamm oder Huhn) | 2 Staudensellerie |
| 1 EL Butterschmalz | Pfeffer | 1 Zitrone |

Das Lammfleisch in Stücke von maximal 2 cm Kantenlänge schneiden und mit Salz, Kreuzkümmel und Kurkuma würzen. In einem Topf Olivenöl erhitzen und das Fleisch darin sehr scharf anbraten, Tomatenmark zugeben. Die Zwiebel schälen, würfeln und mitbraten. Wenn die Zwiebel glasig ist mit Brühe angießen und ca. 20 Minuten weich schmoren. Dabei immer wieder umrühren. Den Staudensellerie putzen und in Stücke schneiden, die inneren Blätter beiseite legen. In einem Topf Butterschmalz erhitzen, den Sellerie darin weich dünsten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wenn das Fleisch weich ist, den gedünsteten Sellerie dazugeben, alles durchmischen und mit Zitronensaft abschmecken. Die Sellerieblätter fein hacken und dazugeben. Dazu passt Reis.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 25. August 2009

Geschmorte Ziegen-Keule

Für 4 Personen

| | | |
|----------------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 1 Keule vom Zicklein (ca. 800 g) | 1 Bund Frühlingskräuter | 100 g Ziegenkäse, halbfest |
| Salz, Pfeffer | 1 EL Butterschmalz | 2 Gemüsezwiebeln |
| 1 l Weißwein | 1 l Hühnerbrühe | 4 EL Butter |
| 2 Bund neue Möhren | 1 Prise Zucker | 1 EL Honig |
| 1 kg Kartoffeln, mehlig | 1 Bund Lauchzwiebeln | |

Die Ziegenkeule von Häuten und Sehnen befreien, vorsichtig zwischen den einzelnen Muskelsträngen einschneiden und etwas von den Frühlingskräutern und den Ziegenkäse hineinschieben. Das Fleisch wieder zusammendrücken und eventuell mit Zahnstochern oder Küchengarn fixieren. Die restlichen Kräuter fein hacken. Ein Esslöffel Estragon für die Möhren beiseite stellen. Die Keule salzen und pfeffern. In einem schweren Bräter Butterschmalz erhitzen und das Fleisch rundum goldbraun anbraten. Die Gemüsezwiebeln schälen, fein würfeln und mitbraten. Mit Weißwein ablöschen und so viel Hühnerbrühe angießen bis die Keule zu einem Drittel bedeckt ist. 30 bis 40 Minuten bei geschlossenem Deckel im Ofen bei 160 Grad (Umluft 140, Gas Stufe 3) schmoren. Öfters wenden und wenn nötig Brühe nachgießen. 10 Minuten vor Ende der Garzeit die Frühlingskräuter zugeben und mitköcheln. Die Keule herausnehmen und warm stellen. Die Soße pürieren und durch ein Sieb passieren, mit etwas kalter Butter montieren, falls nötig mit ein wenig Kartoffelstärke binden. Die Möhren schälen. 1 Esslöffel Butter in einem Topf erhitzen und die Möhren anbraten. Salz, Zucker und einen Esslöffel Brühe zugeben und bei kleiner Hitze gar dünsten. Mit dem Honig, feingehacktem Estragon und Pfeffer abschmecken. Die Kartoffeln schälen, in Salzwasser kochen und ausdampfen lassen. Die Lauchzwiebeln waschen und klein schneiden. Restliche Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin dünsten. Kartoffeln dazugeben und durchstampfen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 30. März 2010

Lamm-Filet im Lauch-Mantel

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------|----------------------|---------------|
| 1 Stange Lauch | 1 Hähnchenbrustfilet | 100 ml Sahne |
| 1 Eiweiß | Salz | 1 Zwiebel |
| 1 Knoblauchzehe | 1 Zweig Rosmarin | 2 EL Olivenöl |
| 4 Lammfilets | 1 Tomate | Pfeffer |

Den Lauch vorsichtig auseinandernehmen und die einzelnen Lauchblätter kurz in kochendes Wasser geben damit diese geschmeidig werden. Das Hähnchenbrustfilet in kleine Stücke schneiden mit der Sahne mischen, Eiweiß und Salz zugeben, (alles sollte sehr kalt sein) und mit dem Pürierstab so lange mixen bis eine cremige Masse entsteht, die Farce genannt wird. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3). Die Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln, Rosmarinnadeln abstreifen und ebenfalls fein hacken, alles zusammen in Olivenöl anbraten und aus der Pfanne nehmen. Lammfilets in der gleichen Pfanne direkt hinterher von allen Seiten anbraten. Tomate kreuzweise einschneiden, mit kochendem Wasser überbrühen, häuten und in feine Würfel schneiden. Zusammen mit der Zwiebelmischung unter die Farce mischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Lauchblätter mit der Farce bestreichen und die Lammfilets darin einrollen, eventuell mit Küchengarn binden. Von allen Seiten in Olivenöl anbraten und noch ca. 4 Minuten bei 180 Grad im Backofen fertig garen. Aufschneiden und z.B. mit Tomatensalat und Brot servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 07. Juli 2009

Lamm-Keule mit Kräuter-Joghurt

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------------|-----------------------|----------------------------------|
| 4 getrocknete Tomaten | 4 Tomaten | Salz, Pfeffer |
| 1/2 Bund Schnittlauch | 1/2 Bund Minze | 1/2 Bund Basilikum |
| 100 g griechischer Joghurt | 1 EL Olivenöl | 400 g Lammkeule (gebraten, kalt) |
| 1 Bund Lauchzwiebeln | 4 Frühlingsrollenteig | 1 EL Butterschmalz |

Die getrockneten Tomaten in Wasser einweichen. Frische Tomaten kurz in heißes Wasser tauchen und die Haut abziehen. Vorsichtig den Deckel abschneiden und die Tomaten aushöhlen. Das Tomatenfleisch zur Seite stellen. Die ausgehöhlten Tomaten mit Salz und Pfeffer würzen. Schnittlauch, Minze und Basilikum fein hacken. Die Kräuter mit dem Joghurt vermischen und die Masse in die Tomaten füllen. Das Tomatenfleisch mit dem Olivenöl pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die getrockneten Tomaten abtropfen und fein würfeln. Das Lammfleisch dünn aufschneiden. Die Lauchzwiebeln fein würfeln. Die Brickteigblätter mit dem Lammfleisch belegen, die getrockneten Tomaten und Lauchzwiebeln darüber streuen, salzen, pfeffern und zu flachen Päckchen formen. In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen und die Teigpäckchen darin von allen Seiten goldbraun braten. Die Lammpäckchen mit den Tomaten und dem pürieren Tomatenfleisch auf den Tellern anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 21. April 2009

Lamm-Schnitzel mit Gewürz-Panade

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------------|-------------------------------|----------------------|
| 300 g Lammrücken ausgelöst | 4-5 Toastbrot-scheiben | 3-4 Zweige Thymian |
| 3-4 Zweige Rosmarin | 1 Msp. Anis- und Fenchelsamen | 1 Msp. Paprikapulver |
| ca. 100 g Mehl | 1 Ei | 1 EL Butterschmalz |
| 2 Tomaten | 1 Fenchelknolle | 1 TL Butter |
| Salz, Pfeffer | 1 Prise Zucker | |

Den Lammrücken parieren und schräg in möglichst große Scheiben schneiden. Einen Gefrierbeutel auf die Scheiben legen und diese vorsichtig mit einem Plattiereisen oder einer Pfanne dünn klopfen. Das Toastbrot reiben, Thymian und Rosmarin fein hacken, Fenchel- und Anissamen im Mörser zerkleinern und alles mit dem Paprikapulver vermischen. Die Lammstücke erst in Mehl wenden, gut abklopfen, in verschlagenem Ei wenden und zum Schluss durch die Brotgewürzmischung ziehen. Bei kleiner Hitze in Butterschmalz von beiden Seiten ca. 3-4 Minuten langsam braten. Die Tomaten häuten, das Fruchtfleisch entfernen und in kleine Würfel schneiden. Den Fenchel putzen, in feine Scheiben schneiden mit etwas Butter in der Pfanne anbraten, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Die Tomatenwürfel zugeben, erneut abschmecken und das Fenchelgemüse mit den Lammschnitzeln servieren.

Tipp: Die Fenchel- und Anissamen lassen sich auch sehr gut in einer Kaffeemühle zerkleinern.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 18.März 2008

Meer

Chicorée-Orangen-Salat mit gebratener Garnele

Für 4 Personen

| | | |
|------------------------|-------------|--------------------|
| 4 unbehandelte Orangen | 2 EL Zucker | 2 Zweige Thymian |
| 1 Lorbeerblatt | 1 Zitrone | 3 Sardellenfilets |
| 2-3 Chicorée | Salz | 3 EL Olivenöl |
| 3 Schalotten | 1 EL Butter | 2 Knoblauchzehen |
| 250 ml Hühnerbrühe | Pfeffer | 12 Riesen-Garnelen |
| 2 Schälchen Kresse | | |

Zwei Orangen dünn mit einem Messer schälen, so dass nichts weißes mitabgeschnitten wird. Die Orangenschale in feine Streifen schneiden und zwei Mal in kochendem Wasser blanchieren. Dann etwas Wasser mit 1 TL Zucker, einem Zweig Thymian und Lorbeerblatt aufkochen und die blanchierten Orangenzesten darin weich kochen. Den Saft der beiden Orangen ausdrücken. Die beiden verbliebenen Orangen mit einem Messer schälen, dass nichts weißes mehr am Fruchtfleisch haftet. Dann die Fruchtfilets herausschneiden. Von der Zitrone den Saft auspressen. Sardellen fein hacken. Von dem Chicorée die äußeren Blätter abnehmen. Den Rest fein hacken mit Salz, einer Prise Zucker, Saft der Zitrone, der feingehackten Sardellen und 2 EL Olivenöl marinieren. Schalotten schälen und würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen, Schalotten anschwitzen und mit 1 EL Zucker karamellisieren, eine angedrückte Knoblauchzehe hinzugeben und mit dem Orangensaft ablöschen. Hühnerbrühe hinzufügen, Chicoréeblätter in dem Sud kurz weich kochen und wieder herausnehmen. Sud mit Salz und Pfeffer abschmecken und einkochen bis eine dickliche Konsistenz entstanden ist, nochmals abschmecken. Knoblauch herausnehmen. Die Chicoréeblätter leicht überlappend auf Frischhaltefolie legen, den rohen Chicoréesalat darauf legen und mit Hilfe der Folie zu Röllchen formen. (Jedoch nicht in die Folie einpacken.) Die Garnelen schälen, den Darm entfernen, salzen, wieder in die Schale geben, in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl, einem Thymianzweig und angedrückter Knoblauchzehe ca. 5 Minuten sanft braten. Aus der Schale nehmen, mit den Chicoréeöllchen, Orangenfilets, Orangenzesten auf dem Teller anrichten. Mit dem Sud nappieren und mit der Kresse bestreuen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 09. Februar 2010

Gebratene Calamari forbesi mit Fenchel-Salat

Für 4 Personen

| | | |
|------------------------|------------------|-------------------|
| 600 g Calamari forbesi | 3 Fenchelknollen | 1 TL Fenchelsamen |
| 1 Zitrone | 2 Orangen | Salz |
| 6 EL Olivenöl | 2 Knoblauchzehen | 4 Zweige Thymian |

Die Calamari putzen und der Länge nach aufschneiden. In beide Seiten ein feines Gittermuster schneiden. Den Fenchel in sehr feine Scheiben schneiden (am besten auf der Brotschneidemaschine). Die Fenchelsamen im Mörser zerstoßen. Von der Zitrone den Saft auspressen. Die Orangen dick schälen, so dass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch ist und die Orangenfilets auslösen. Fenchel in eine Schüssel geben, mit Salz und Fenchelsamen würzen. Zitronensaft und ca. 3 EL Olivenöl zugeben und gut vermischen. Orangenfilets zugeben und den Salat abschmecken. In einer Pfanne 3 EL Olivenöl erhitzen, angedrückte Knoblauchzehen, Thymianzweige und Calamari zugeben. Mit Salz würzen und kurz und kräftig braten. Die Calamari anrichten und mit dem Fenchelsalat anrichten. Dazu Baguette servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 18. August 2009

Geeiste Wasabi-Mayonnaise mit Gewürz-Ananas und Garnelen

Für 4 Personen

| | | |
|----------------------|------------------------|-------------------------------|
| 40 g Wasabi-Paste | 2 frische Eigelb | 350 ml mildes Olivenöl |
| Salz, Zucker | 1/2 Romanasalat | 10 g Ingwer |
| 3 Schalotten | Pfeffer | 8 Blätter Frühlingsrollenteig |
| 1/2 TL Pfefferkörner | 1/2 TL Korianderkörner | 1/2 Ananas |
| 1 EL Honig | 12 Garnelen mit Schale | 1 Knoblauchzehe |

Wasabi-Paste mit 2 Eigelb verrühren und langsam mit dem Schneebesen ca. 300 ml Olivenöl darunter rühren, bis die Masse eine dickliche Konsistenz hat. Mit Salz und einer Prise Zucker abschmecken. Die Masse entweder in einer Eismaschine abfrieren oder die Masse in die Gefriertruhe geben, dann sollte sie jedoch alle 15 Minuten umgerührt werden, bis die Masse ganz fest gefroren ist. Den Salat putzen, waschen, abtropfen lassen und fein hacken. Ingwer und Schalotten schälen. Ingwer fein hacken, Schalotten fein schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Schalotten anschwitzen, Ingwer zugeben. Dann den Romanasalat zugeben und mit anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und abkühlen lassen. gebratenen Salat auf die Frühlingsrollenteigblätter geben und zu flachen viereckigen Päckchen einpacken. Pfeffer- und die Korianderkörner mörsern. Die Ananas schälen, den Strunk entfernen und das Fruchtfleisch in Stücke schneiden mit Pfeffer und Koriander würzen und in der Grillpfanne grillen, am Ende 1 EL Honig zugeben. In einer Pfanne mit Olivenöl die Teigpäckchen von beiden Seiten braten. Die Garnelen vorsichtig aus der Schale nehmen, den Darm entfernen, salzen und wieder in die Schale stecken. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl bei geringer Hitze braten. Für das Aroma eine angegedrückte Knoblauchzehe mit in die Pfanne geben. Vom Wasbai-Eis Nocken ausstechen, Gewürzanasanas und Garnelen zugeben und die gefüllten Teigpäckchen dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 12. Januar 2010

Gegrillte Garnelen mit karamellisiertem Sommerlauch

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------|-------------|--------------------------------|
| 2 Stangen Lauch | Salz | 1 EL Butter |
| 100 ml Sahne | 2 EL Zucker | 4 große Garnelen, küchenfertig |
| 1 EL Sonnenblumenöl | | |

Von dem Lauch zwei lange Außenblätter abnehmen und in sehr dünne Streifen schneiden. Von dem restlichen Lauch das Dunkelgrüne längs abschneiden bis die runde Stange übrig bleibt. Diese in gleiche ca. 7 cm lange Stücke schneiden. Die Lauchstücke 2 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren. Einige der inneren Blätter vorsichtig herausschieben bis eine leere Lauchröhre entstanden ist. Den dunkelgrünen Lauch fein schneiden und in einer Pfanne mit Butter braten. Mit dem gebratenen Lauch die Lauchröhrchen füllen. Restlichen gebratenen Lauch mit Sahne aufgießen und weich köcheln, dann pürieren und passieren, mit Salz und Zucker abschmecken. In einer großen Pfanne Zucker karamellisieren und die restlichen Lauchstangen darin braten. Die langen Lauchstreifen um die Garnelen binden, mit Öl einpinseln und auf dem Grill sacht garen. Garnelen mit Soße und karamellisiertem Lauchstangen anrichten. Dazu passt Baguette.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 27. Juli 2010

Nudel-Salat mit Nordsee-Krabben

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------------|------------------------------|--------------------------|
| 250 g Hartweizengrieß | 1 Ei | Salz |
| 1 Stange Lauch | 1 Möhre | 150 g Knollensellerie |
| 10 Zuckerschoten | 1 Orange | 1 EL Senf (mittelscharf) |
| 2 EL Olivenöl | 2 EL Rapsöl | 2 EL weißer Balsamico |
| Pfeffer | 150 g Nordseekrabben-Fleisch | |

Für den Teig Hartweizengrieß mit dem Ei vermengen und so viel Wasser dazugeben, bis ein geschmeidiger Teig entsteht, der nicht klebt. Den Teig ausrollen und in Quadrate mit einer Seitenlänge von 3 cm schneiden. In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Die Nudeln darin kurz kochen. Herausnehmen, abschrecken und abtropfen lassen. Lauch, Möhre, Sellerie und Zuckerschoten in sehr feine Würfel schneiden. Kurz in Salzwasser kochen, in kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen und anschließend abkühlen lassen. Von der Orange den Saft auspressen. Aus Senf, den beiden Ölen, Balsamico und dem Saft der Orange eine Vinaigrette rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Nudeln und die Krabben getrennt mit der Vinaigrette mischen, auf einem Teller anrichten und die Gemüswürfel darüber geben.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 10. März 2009

Salat von Mango und Garnelen, Passionsfrucht-Vinaigrette

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------|-------------------|---------------|
| 1 reife Mango | 3 Passionsfrüchte | 2 EL Olivenöl |
| Pfeffer | 20 Zuckerschoten | Salz |
| 8 Garnelen | 1 Msp Chilipulver | 2 EL Olivenöl |
| 1 Knoblauchzehe | | |

Die Mango mit dem Sparschäler schälen. Die Frucht halbieren und den flachen ovalen Kern auslösen. Mango in Scheiben schneiden und auf einen Teller legen. Die Passionsfrüchte aufschneiden und das Fruchtfleisch auskratzen. Das Fruchtfleisch ganz kurz pürieren, so dass die Kerne nicht zerschlagen werden. Durch ein Sieb passieren und mit Olivenöl und Pfeffer abschmecken. Die Zuckerschoten in Rauten schneiden, in kochendem Salzwasser blanchieren und in einer Schüssel mit Eiswasser abschrecken. Die Garnelen aus der Schale lösen, den Darm entfernen, mit Salz und Chili würzen und wieder in die Schale stecken. In eine Pfanne etwas Olivenöl erhitzen, die Knoblauchzehe andrücken und dazu geben. Die Garnelen bei sanfter Hitze darin 3 – 4 Minuten braten. Die Garnelen aus der Schale nehmen und mit den Zuckerschoten zu der Mango geben. Mit der Passionsfrucht vinaigrette überziehen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 10. Februar 2009

Rind

Carpaccio mit Champignon-Salat

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------|-----------------------|--------------------|
| 150 g Champignons | 1/2 Bund Schnittlauch | 1/2 Bund Basilikum |
| ca. 1/2 l Olivenöl | 1 Zitrone | Salz |
| Pfeffer | 150 g Rinderfilet | 2 Eigelb |
| Worcester-Soße | | |

Für den Champignonsalat die Pilze putzen und grob schneiden. Die Kräuter waschen, abtropfen lassen, klein schneiden und unter die Pilze mischen. Aus ca. 3 EL Olivenöl, 2 EL Zitronensaft und Salz und Pfeffer eine Marinade anrühren, diese über die Champignons geben und kurz ziehen lassen. Das Rinderfilet entgegen der Faser in dünne Scheiben schneiden, große flache Teller damit belegen, diese mit Frischhaltefolie bedecken und das Fleisch mit Hilfe eines kleinen Nudelholzes hauchdünn ausrollen. Die Folie entfernen, das Fleisch mit Olivenöl einpinseln und mit Salz und Pfeffer würzen. Für die Mayonnaise Eigelb mit 2 EL Zitronensaft verrühren und das Olivenöl langsam unter Rühren solange einlaufen lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Die Mayonnaise mit Pfeffer, Salz und Worcester-Soße abschmecken, in eine Spritzflasche füllen und in einem gitterförmigen Muster über das Fleisch spritzen. Dazu passt gut Ciabatta.

Tipp: Wenn das Rinderfilet leicht angefroren ist, lässt es sich besser in dünne Scheiben schneiden.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 08. Juli 2008

Erdbeeren in Tempura-Teig mit Rinder-Tatar

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------|---------------------------|-----------------------|
| 500 g Erdbeeren | 300 g Rinderfilet | 1 Schalotte |
| 1 Bund Schnittlauch | 5 Stängel Basilikum | 1 kleiner Romanasalat |
| Salz, Pfeffer | 1 Spritzer Worcester-Soße | 3 EL Olivenöl |
| 150 g Tempuramehl | 3 Eiweiß | Frittierfett |
| 1 EL Essig | 1/2 TL scharfer Senf | bunter Pfeffer |
| grobes Meersalz | | |

Erdbeeren waschen, abtropfen lassen und putzen. Das Rindfleisch in sehr feine Würfel schneiden bzw. hacken. Schalotte schälen und sehr fein würfeln. 4 Erdbeeren ebenfalls fein würfeln. Schnittlauch und die Blätter von 2 Basilikumstängel fein hacken. Den Salat putzen waschen, abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden. Rindfleisch mit Schalotte, gewürfelten Erdbeeren und gehackten Kräutern vermischen. Mit Salz, Pfeffer, Worcester-Soße und Olivenöl abschmecken. Tempuramehl mit ca. 150 ml kaltem Wasser glatt rühren. Eiweiß steif schlagen und darunter ziehen. Den Teig mit Pfeffer und Salz würzen. 3 Erdbeeren würfeln und für die Dekoration zurückbehalten, die restlichen Erdbeeren halbieren und die Hälften durch den Teig ziehen. In einem Topf mit heißem Fett die Erdbeeren frittieren. Restliche Basilikumblätter ebenfalls durch den Teig ziehen und frittieren. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Essig, 2 EL Olivenöl, Senf, etwas Salz und Pfeffer zu einer Vinaigrette verrühren und den Salat damit anmachen. Einen Metallring von ca. 10 cm Durchmesser auf einen Teller geben, zu 1/3 mit Salat füllen, dann Tatar daraufgeben und fest andrücken. Den Ring abziehen, die Tempuraerdbeeren und frittierten Basilikumblättern anlegen und mit gewürfelten Erdbeeren garnieren. Mit grob gemörserten bunten Pfeffer und grobem Salz bestreuen und servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 26. Mai 2009

Rinder-Schmorbraten mit Steckrüben-Gemüse

Für 4 Personen

| | | |
|------------------|--------------------|----------------------|
| 1 kg Rinderbrust | Salz, Pfeffer | 4 EL Speiseöl |
| 2 Gemüsezwiebeln | 1 Sellerieknolle | 4 EL Honig |
| 4 Lorbeerblätter | 600 ml Rotwein | 1 l Gemüsebrühe |
| 800 g Steckrüben | 2 kleine Zwiebeln | 2 TL Zucker |
| 400 g Schalotten | 2 TL Butterschmalz | 4 EL Balsamico-Essig |

Das Fleisch salzen, pfeffern und in einem Bräter mit etwas Öl von allen Seiten scharf anbraten. Gemüsezwiebeln und Sellerie schälen, in feine Stücke schneiden, mit 2 Esslöffeln Honig und den Lorbeerblättern in den Bräter geben und glasig anbraten. Mit etwas Rotwein und Gemüsebrühe ablöschen. Den Braten im Backofen bei circa 180 Grad (Umluft: 160 Grad/ Gasherd: Stufe 2-3) ungefähr 1 Stunde schmoren und dabei nach und nach Rotwein und Brühe (100 ml Brühe zurückbehalten) angießen, so dass der Braten immer zu 1/3 im Fond liegt. Das Fleisch zwischendurch öfter wenden. Für das Steckrübengemüse, die Steckrüben schälen, in Scheiben schneiden und in Form bringen. Die Zwiebeln schälen, klein schneiden. In einem Topf mit 2 EL Öl anschwitzen. Steckrüben zugeben, 100 ml Gemüsebrühe angießen, mit etwas Zucker und Salz, Pfeffer würzen und weich dünsten. Die Schalotten schälen, in einer Pfanne mit etwas Butterschmalz anbraten, mit Balsamico-Essig ablöschen, weich dünsten, 2 Esslöffel Honig zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den gegarten Braten herausnehmen, den Fond durch ein feines Sieb passieren, abschmecken und eventuell mit etwas Mehl binden.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 26. Februar 2008

Salat

Spargel-Salat

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------------|--------------------------|------------------------------------|
| 6 Stangen weißer Spargel | 6 Stangen grüner Spargel | 1 TL Butter |
| Salz | 1 TL Zucker | 3 EL Olivenöl |
| 1 Zitrone | 2 EL saure Sahne | 1 kl. Bund Kerbel und Schnittlauch |

Den Spargel schälen. Die Schalen in einen Topf geben, mit Wasser bedecken, Butter und je eine Prise Salz und Zucker zugeben, aufkochen und die Schalen herausnehmen. Die Spargelspitzen vom Spargel trennen und 2/3 der Spargelstangen mit einem Spargelschäler runterschälen bzw. den Spargel mit dem Spargelschäler in dünne Streifen schneiden. Die Streifen mit einer Prise Salz, Zucker und 1 EL Olivenöl in eine Schüssel geben, gut durchmischen und ca. fünf Minuten ziehen lassen. Die Spargelspitzen und den restlichen Spargel in der Spargelbrühe ca. 10-15 Minuten bissfest kochen, herausnehmen und abkühlen lassen. Den grünen Spargel in Eiswasser abschrecken, so hält er die Farbe besser. Aus Olivenöl, Spargelbrühe, 1 EL Zitronensaft und saurer Sahne eine Salatsoße anrühren und diese mit Salz und Zucker abschmecken. Kerbel und Schnittlauch waschen, abtropfen lassen, fein hacken und unter die Salatsoße rühren. Die abgekühlten Spargelstangen in Stücke schneiden und in die Salatsoße geben. Die Spargelspitzen je nach Größe gegebenenfalls halbieren und mit den marinierten Spargelstreifen und den Spargelstangen anrichten. Dazu passt gut Weißbrot.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 29. April 2008

Schwein

Geschmorter Schweine-Nacken mit Ingwer und Soba-Nudeln

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------|-----------------------------------|--------------------|
| 1 kg Schweinsnacke | Salz | 1 EL Butterschmalz |
| 2 Gemüsezwiebeln | 1 Stück Ingwer | 2 Zehen Knoblauch |
| 1 l Hühnerbrühe | Speisestärke | 300 g Möhren |
| 2 Lauchzwiebeln | 1 EL Butter | Pfeffer |
| 1 Prise Zucker | 400 g japanische Buchweizennudeln | |

Das Fleisch salzen. In einem Bratentopf Butterschmalz erhitzen und das Fleisch darin rundherum goldbraun anbraten. Die Zwiebeln schälen und in halbe Ringe schneiden. Ingwer und Knoblauch schälen und fein würfeln. Zunächst die Zwiebeln zum Fleisch geben und kurz mitbraten, Ingwer und Knoblauch zugeben. Mit Hühnerbrühe auffüllen bis das Fleisch zu 1/3 bedeckt ist. Im geschlossenen Topf je nach Fleischgröße anderthalb bis zwei Stunden schmoren. Fleisch dabei mehrmals wenden. Wenn das Fleisch weich ist herausnehmen und warm stellen. Schmorfond pürieren und durch ein Sieb passieren, eventuell mit etwas Speisestärke binden. Die Möhren schälen und klein schneiden, die Lauchzwiebeln hacken. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Möhren darin andünsten, Lauchzwiebeln zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und bei geschlossenem Deckel und kleiner Hitze weich dünsten. Eventuell 2-3 Esslöffel Hühnerbrühe zugeben. Die Soba-Nudeln in Salzwasser kochen. Den Schweinsnacke aufschneiden und mit den Möhren und den Nudeln servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 05. Januar 2010

Grünkohl mit Pinkel

Für 4 Personen

| | | |
|-----------------------|----------------------------|-------------------------------|
| 1,5 kg Grünkohl | 1 Zwiebel | 100 g geräucherter Bauchspeck |
| 2 EL Schmalz | 200 g Schweinebauchfleisch | 500 ml Gemüsebrühe |
| 3 Bremer-Pinkelwürste | Salz | 1 TL Senf |

Den Grünkohl entstielen und waschen. Dann in kochendes Wasser geben und zusammenfallen lassen, wieder heraus nehmen, in einem Sieb abtropfen lassen und anschließend grob schneiden. Zwiebel schälen und fein schneiden. Speck würfeln. In einem Topf mit 2 EL Schmalz Schalotte anschwitzen, Speck und Schweinebauch zugeben und anbraten. Grünkohl hinzufügen und ca. 300 ml Gemüsebrühe angießen. Pinkel zwischen den Grünkohl legen und alles ca. eine Stunde kochen lassen. Dabei immer wieder etwas Brühe nachgießen. Dann eine Pinkelwurst öffnen und den Inhalt unter den Grünkohl mischen. Nochmals 5 Minuten köcheln lassen, mit Salz und Senf abschmecken. Schweinebauch herausnehmen, aufschneiden und mit Grünkohl anrichten. Dazu passen Salzkartoffeln und auch Senf.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 20. Januar 2009

Suppen

Gazpacho mit geeister Tomaten-Mousse

Für 4 Personen

| | | |
|------------------------|--------------------------|---------------------|
| 1 Salatgurke | 1 rote Paprika | 1 grüne Paprika |
| 4 reife Fleischtomaten | 1 Schalotte | ca. 150 ml Olivenöl |
| Salz | Zucker | 1 Zweig Thymian |
| 150 g Sahne | 2 Eigelb | 1 TL scharfer Senf |
| Pfeffer | 1 Scheibe Kastenweißbrot | 1 Knoblauchzehe |
| 2 frische Sardinen | 1 EL Mehl | 1 Zitrone |

Gurke, Paprika und Tomaten waschen. Zur Deko je ein kleines Stück Gurke und Paprika zur Seite legen, restliches Gemüse bis auf 2 Tomaten grob zerschneiden. Schalotte schälen, fein schneiden, in einer Pfanne mit 1 TL Olivenöl anschwitzen. Restliche Tomaten klein schneiden, mit der angeschwitzten Schalotte mischen, pürieren und durch ein Sieb passieren. Tomatenmasse mit Salz und Zucker würzen und Thymianblätter untermischen. 1 Eigelb mit 3 EL Sahne über dem heißen Wasserbad zur Rose abziehen (d.h. auf ca. 65 Grad erhitzen), dann unter die Tomatenmasse rühren. Die restliche Sahne schlagen, unter die Tomatenmasse heben, in eine gefriergeeignete Schüssel füllen und 1-2 Stunden einfrieren. 1 Eigelb mit Senf vermischen und unter ständigem Rühren ca. 60 ml Olivenöl zufügen, bis eine cremige Mayonnaise entsteht. Diese mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gemüsetücke mit einer grob zerbrochenen Weißbrotscheibe und der Mayonnaise in einen Mixer geben und fein pürieren. Mit Salz, Zucker und wenig Olivenöl abschmecken, eine angedrückte Knoblauchzehe zugeben, kalt stellen und ziehen lassen. Zurückgelegte Gurken- und Paprikastücke in sehr kleine Würfel schneiden für die Dekoration. Die Sardinen filetieren, die Filets mit Salz würzen und mehlieren. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl von beiden Seiten je 1 Minute braten. In einer flachen Form den Saft einer Zitrone mit 4 EL Olivenöl mischen und darin die noch warmen Fischfilets marinieren. Die gekühlte Suppe passieren, abschmecken und in tiefe Teller geben. Von der angefrorenen Tomatenmousse pro Teller eine Nocke abstechen, diese in die Tellermitte setzen. Gemüsewürfel darüber streuen, je ein Sardinenfilet auf die Nocken legen und servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 06. Juli 2010

Hühner-Brühe mit Frühling-Kräutern und Brot-Spieß

Für 4 Personen

Für den Teig:

| | | |
|-------------|-----------|--------|
| 250 g Mehl | 20 g Hefe | 2 Eier |
| 30 g Butter | Salz | |

Für die Suppe:

| | | |
|------------------------|---------------------|-------------------------|
| 1 Hähnchen, ca. 1,5 kg | 1 Bund Suppengemüse | 1 Zwiebel |
| 1 Lorbeerblatt | Salz | 1/2 Pfefferkörner |
| 1 Möhre | 1 Stange Lauch | 1 Bund Frühlingskräuter |

Aus Mehl, Hefe, Eier, Butter, Salz und etwas Wasser einen Hefeteig herstellen. Den Teig zugedeckt eine halbe Stunde gehen lassen. Die Holzspieße für den Brotspieß in Wasser einweichen. Das Hähnchen waschen. In einen Topf geben und mit Wasser bedecken. Das Suppengemüse putzen und in grobe Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und grob würfeln. Mit dem Suppengemüse, dem Lorbeerblatt, Salz und den Pfefferkörnern zum Hähnchen geben. Aufkochen und bei geringer Hitze 45 Minuten köcheln lassen. Nicht zu stark kochen, da die Brühe sonst trübe wird. Das Hähnchen herausnehmen und die Brühe durch ein feines Tuch passieren, dann abschmecken. Das Fleisch von den Knochen lösen und einen Teil als Einlage für die Suppe zurecht schneiden. (Tipp: aus dem restlichen Fleisch kann man einen Geflügelsalat machen.) Den Backofen auf 220 Grad vorheizen (Heißluft 200 Grad, Gas Stufe 4). Möhre und Lauch in sehr feine Streifen schneiden und kurz in kochendem Wasser blanchieren. Die Frühlingskräuter fein hacken. Einen Teil der Kräuter mit dem Teig mischen. Den Teig etwa fingerdick um die Holzspieße wickeln, so dass unten ein Griff zum anfassen bleibt. Die Brotspieße im vorgeheizten Ofen etwa 5 Minuten backen. Die Streifen von Möhre und Lauch, das Hühnerfleisch und die restlichen Kräuter in die Suppe geben, kurz erwärmen und die Suppe mit dem Brotspieß servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 12. Mai 2009

Hühner-Suppe mit Kräuter-Eierstich

Für 4 Personen

| | | |
|-----------------------|---------------------|----------------------------|
| 1/2 Bund Schnittlauch | 1/2 Bund Kerbel | 1/2 Bund glatte Petersilie |
| 1/2 Bund Estragon | 60 ml Milch | 3 Eier |
| Salz | 1 Bund Suppengemüse | 1 Suppenhuhn |
| 10 Pfefferkörner | 2 Lorbeerblätter | Pfeffer |

Die Kräuter waschen, zupfen und einige als Einlage beiseite legen. Den Rest der Kräuter im Küchenmixer fein pürieren, mit Milch und Eiern gut verrühren, mit Salz abschmecken und in einer Schüssel im Wasserbad ca. 30 Minuten stocken lassen. Das Wasserbad darf nicht kochen, da ansonsten der Eierstich löchrig wird. Den Eierstich abkühlen lassen, stürzen und nach Belieben in Stücke schneiden. Das Suppengemüse putzen, schälen und in Stücke schneiden. Das Suppenhuhn gut abspülen und mit dem Suppengemüse, Pfefferkörnern und Lorbeerblättern in einem Topf mit Wasser aufsetzen, einmal aufkochen und ca. 1 Stunde köcheln lassen. Das Huhn herausnehmen und abkühlen. Die Hühnerbrühe durch ein Tuch (am besten ein sauberes Geschirrtuch) oder ein feines Sieb passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Hühnerfleisch ablösen und in die Suppe geben. Eierstichstücke und Kräuter in einen Teller geben und mit der Suppe übergießen.

Tipp: Sollte noch Hühnerfleisch übrig sein, lässt sich das restliche Fleisch gut für einen Geflügelsalat verwenden. Aus dem Eierstich lassen sich auch gut kleine Hasen o.ä. mit Ausstechformen herstellen

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 11. März 2008

Hühner-Suppe mit Nudeln

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------------|-----------------------|---------|
| 2 Hähnchenkeulen | 1 Zwiebel | Salz |
| 1 Lorbeerblatt | 1/2 Stange Lauch | 1 Möhre |
| 1 kleine Steckrübe | 150 g Mehl | 2 Eier |
| 1/2 Bund glatte Petersilie | 1/2 Bund Schnittlauch | Pfeffer |

Die Hähnchenkeulen abspülen, in einen Topf geben und mit kaltem Wasser bedecken. Zwiebel, Salz und Lorbeerblatt zugeben und alles ca. 1,5 Stunden kochen. Lauch, Möhre und Steckrübe putzen bzw. schälen und in feine Stifte schneiden, die letzten 10 Minuten mit in den Topf geben. Dann die Brühe durch ein feines Sieb passieren und den Fond abschmecken. Das Hühnerfleisch vom Knochen lösen, in Würfel schneiden, das Gemüse zur Seite legen. Das Mehl mit einem Ei und einer Prise Salz zu einem geschmeidigen Teig kneten. Petersilie und Schnittlauch fein schneiden und etwas davon unter den Teig kneten. Den Teig mit einem Nudelholz oder der Nudelmaschine dünn ausrollen und in 1 cm große Quadrate ausschneiden. Die Nudelquadrate in der Brühe weich kochen. Hühnerbrühe und zurückbehaltenes Gemüse zugeben, die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das übrige Ei aufschlagen, in die kochende Suppe geben und mit einer Gabel durchrühren. Die restlichen Kräuter untermischen und die Suppe servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 25. November

Kartoffel-Suppe

Für 4 Personen

| | | |
|----------------------------|----------------|-------------------------|
| 800 g Kartoffeln, mehlig | Stange Lauch | 200 g Sellerie |
| 1 Möhre | 50 g Speck | 1 EL Butterschmalz |
| 1 l Gemüsebrühe | 1 Lorbeerblatt | Salz, Pfeffer, Muskat |
| 1 Schalotte | 1 TL Butter | 1/2 Brötchen vom Vortag |
| 150 g Schweinehack | 1 Eigelb | 50 ml Sahne |
| 1/2 Bund glatte Petersilie | | |

Kartoffeln schälen und würfeln. Lauch, Sellerie und Möhre schälen bzw. putzen und würfeln. Speck würfeln. In einem großen Topf mit 1 EL Butterschmalz das Gemüse mit dem Speck anbraten, Kartoffeln zugeben und mit Gemüsebrühe auffüllen. Lorbeer zugeben mit Salz und Pfeffer abschmecken und weich kochen. Dann einen Teil des Gemüses herausnehmen, pürieren, wieder zugeben und die Suppe damit binden. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 TL Butter anschwitzen. Das Brötchen in Wasser einweichen. Das Hackfleisch mit fein gewürfelter Schalotte, eingeweichtem Brötchen und Eigelb mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und kleine Klöße aus der Masse formen. Diese in der Suppe gar ziehen lassen. Die Sahne mit der Petersilie pürieren, unter die Suppe ziehen, nochmals abschmecken und servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 29. Januar 2008

Kreolischer Eintopf mit Hähnchen

Für 4 Personen

| | | |
|-----------------------|---------------------------------|----------------------|
| 2 Hähnchenbrustfilets | 1 sehr scharfe Wurst 150 g | 2 EL Pflanzenöl |
| Salz | 1 TL Cayennepfeffer | 1 Zwiebel |
| 1 Knoblauchzehe | 2 Lorbeerblätter | 1 Staudensellerie |
| 1 rote Paprika | 1 grüne Paprika | 250 ml Geflügelbrühe |
| 250 ml Tomatensaft | 1 Scheibe geräucherter Schinken | 8 Garnelen |
| 200 g gekochter Reis | | |

Die Hähnchenbrüste in Würfel schneiden, die Wurst in Scheiben. In einem Topf Pflanzenöl erhitzen, Hähnchenbrust anbraten und salzen. Die Wurst dazugeben und mitbraten. Cayennepfeffer darüber stäuben. Zwiebel schälen und würfeln, Knoblauch schälen und fein schneiden, mit den Lorbeerblättern zum Fleisch geben. Staudensellerie und Paprika putzen, klein schneiden und in den Topf geben. Hühnerbrühe und Tomatensaft angießen und alles 10 Minuten garen lassen. Den Schinken in feine Streifen schneiden und mit den Garnelen in den Eintopf geben. durchziehen lassen. Den gekochten Reis unterheben und den Eintopf in tiefen Tellern servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 08. Dezember 2009

Rumfort-Suppe mit Schweine-Bauch

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------|---------------------|-------------------|
| 100 g Speck | 300 g Schweinebauch | 1 Zwiebel |
| 1 EL Butterschmalz | ca. 1 l Hühnerbrühe | 100 g Perlgraupen |
| 1 große Karotte | 2 große Kartoffeln | 200 g Sauerkraut |
| 1 TL Senf | Salz | |

Speck und Schweinebauch in Würfel schneiden. Zwiebel schälen und fein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Butterschmalz Fleisch- und Speckwürfel anbraten, Zwiebel zugeben und mit anschwitzen. Mit Hühnerbrühe aufgießen und aufkochen lassen. Die Perlgraupen zugeben und solange kochen, bis alles fast weich ist. In der Zwischenzeit Karotte und Kartoffel schälen und in feine Würfel schneiden. Das frische Sauerkraut kalt abspülen und klein schneiden. Gemüsewürfel und Sauerkraut mit in die Suppe geben und nochmals ca. 10 Minuten kochen, bis Kartoffeln und Karotte weich sind. (Evtl. noch etwas Brühe zugeben.) Die Suppe mit Senf und evtl. Salz abschmecken.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 23. September

Sauerampfer-Suppe mit Saibling-Roulade

Für 4 Personen

| | | |
|-------------------|--------------|---------------------|
| 500 g Sauerampfer | 200 g Butter | 5 Saiblingfilets |
| 150 g Sahne | Salz | 1 Bund Schnittlauch |
| 4 Garnelen | 2 Zwiebeln | 1 l Hühnerbrühe |

Sauerampfer gründlich waschen, trocken schütteln und mit der zimmerwarmen Butter mixen bis der Sauerampfer möglichst klein püriert ist. Dann die Butter kalt stellen. Ein Saiblingfilet in kleine Stücke schneiden, mit der Sahne und etwas Salz mit dem Zauberstab zu einer feinen Farce mixen. Alle Zutaten müssen sehr kalt sein. Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und hacken. Die restlichen Filets mit der Farce dünn bestreichen, mit Schnittlauch betreuen, jeweils eine Garnele darauf legen und zusammenrollen. Die Röllchen zuerst in hitzebeständige Frischhaltefolie und dann in Alufolie einrollen. In einem Topf mit sprudelndem Wasser zirka 10 Minuten gar ziehen lassen. Die Zwiebeln schälen und würfeln. Ein Esslöffel Butter in einem Topf auslassen und die Zwiebeln anbraten. Die Hühnerbrühe zugeben und kurz aufkochen. Die kalte Sauerampferbutter in Stücke schneiden und unter die Suppe mixen. Die Suppe in Teller geben und die Saiblingrouladen mittig in die Suppe setzen. Tipp: Wenn die Suppe noch grüner werden soll, kann man einige Spinatblätter untermixen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 6. April 2010

Spargel-Suppe mit Spargel-Mousse

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------------|-----------------|----------------------|
| 500 g Spargel | Salz | 1 Prise Zucker |
| 1 TL Butter | Pfeffer | 100 g Crème-fraîche |
| 1 EL Sahne (geschlagen) | 1/2 Bund Kerbel | 4 Scheiben Toastbrot |

Den Spargel schälen und eventuell holzige Enden abschneiden. Die Schalen in kaltem Wasser mit Salz, Zucker und Butter aufsetzen und aufkochen. Von den Spargelstangen die Spitzen auf einer Länge von 3 – 4 Zentimeter abschneiden. Die Spargelschalen herausnehmen und in dem Sud Spargelstangen und Spitzen kochen. Die Spitzen nach 5 Minuten herausnehmen. Den restlichen Spargel gut weich kochen. Den Sud abgießen, durch ein Tuch passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Spargelstangen mit ein wenig Sud pürieren und mit der Crème fraiche vermischen. Eventuell zur Lockerung einen Esslöffel geschlagene Sahne dazu geben. Das Spargelmousse in Schälchen füllen und erkalten lassen. Den Kerbel hacken. Den restlichen Spargelsud erwärmen, die Spargelspitzen dazugeben und mit Kerbel garnieren. Spargelsuppe in vorgewärmten Tellern servieren. Spargelmousse und getoastetes Brot dazu reichen. Man kann das Mousse in die Suppe einrühren und so eine Spargel-Rahm-Suppe machen oder den Toast damit bestreichen und zur Suppe essen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 28. April 2009

Wan-Tan-Suppe

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------|-------------------------------|--------------------------|
| 1 kleines Hähnchen | 1/2 Stange Lauch | 1 Möhre |
| Salz, Pfeffer | 120 g Mehl | 1 Msp Backpulver |
| 1 Ei | 2 EL getrocknete Mu-Err-Pilze | 1 Bund Koriander |
| 1 EL Sojasoße | 1 Eigelb | 1 Bund Frühlingszwiebeln |

Von dem Hähnchen eine Brust auslösen und diese bei Seite stellen. Lauch und Möhre putzen bzw. schälen, in grobe Stücke schneiden, mit dem restlichen Hähnchen in einen Topf geben und soviel Wasser zugeben, dass alles gut bedeckt ist. Mit Pfeffer und Salz würzen, alles aufkochen und ca. 30 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit Mehl mit Backpulver vermischen, das Ei zugeben und alles zu einem Teig verkneten. Diesen in Frischhaltefolie verpackt eine halbe Stunde ruhen lassen. Die Pilze ca. 1 Stunde in kaltem Wasser einweichen. Den Koriander waschen, trocknen und fein hacken. Die ausgelöste Hähnchenbrust in Würfel schneiden, diese mit Sojasoße, Salz und der Hälfte des Korianders abschmecken und kalt stellen. Die Fleischbrühe durch ein Sieb passieren, abschmecken und köcheln lassen. Das gegarte Hähnchenfleisch vom Knochen lösen, fein würfeln und beiseite stellen. Den Teig mit einer Nudelmaschine oder einem Nudelholz sehr dünn ausrollen, in Rechtecke schneiden und die Ränder mit Eigelb bestreichen. Die marinierten Hähnchenwürfel darauf geben und die Teigtaschen gut verschließen. Diese in die leicht köchelnde Hähnchenbrühe geben, ca. 8 Minuten gar ziehen lassen und kurz vor dem Servieren die eingeweichten Pilze zugeben. Die Frühlingszwiebeln putzen und fein schneiden. Frühlingszwiebeln, restlichen Koriander und nach Wunsch etwas von dem gekochten Hähnchenfleisch in Suppenschalen verteilen und alles mit der Suppe aufgießen.
Tipp: Wan Tan Teig ist auch bereits fertig im Asialaden erhältlich.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 5. August

Vegetarisch

Falafel mit Romana-Salat

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------------|--------------------------|--------------------|
| 200g Kichererbsen | 1 Bund glatte Petersilie | 1/2 Bund Koriander |
| 1/2 Bund Dill | 1 Bund Lauchzwiebeln | 2 Zwiebeln |
| 1 Knoblauchzehe | 1 TL Kreuzkümmel | 1 TL Chilipulver |
| Salz | 1/2 TL Backpulver | Pflanzenöl |
| 1 Chilischote | 3 EL Olivenöl | 1 EL Tomatenmark |
| 1/2 Dose geschälte Tomaten | Zucker | 1/2 Romanasalat |
| 1/2 Gurke | Pfeffer | |

Die Kichererbsen über Nacht in viel Wasser einweichen. Dann abschütten, abtropfen lassen und durch die feine Scheibe eines Fleischwolfs drehen. Die Petersilie, den Koriander und den Dill fein hacken. Die Hälfte der Lauchzwiebeln fein schneiden. Eine Zwiebel und die Knoblauchzehe schälen und ebenfalls fein schneiden. Alles zusammen mit den Kichererbsen ein zweites Mal durch den Fleischwolf drehen. Die Masse mit Kreuzkümmel, Chilipulver und 1 TL Salz würzen und das Backpulver untermengen. Mit feuchten Händen Bouletten formen von 3 Zentimeter Durchmesser und 1 Zentimeter Höhe. In einer Friteuse oder in der Pfanne das Öl erhitzen und die Bouletten darin goldbraun frittieren. Für die Soße eine Zwiebel schälen und klein schneiden, die Chilischote halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch klein schneiden. Zwiebel und Chili in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Tomatenmark und zwei kleingeschnittene Tomaten aus der Dose dazu geben. Alles durchkochen und mit Salz und Zucker abschmecken. Dann die Soße pürieren. Den Salat waschen und klein schneiden, die restlichen Lauchzwiebeln und die Gurke würfeln, alles mischen und mit Salz, Pfeffer und 2 EL Olivenöl würzen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 24. Februar 2009

Falafel mit scharfer Tomaten-Soße

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------------|-------------------------|--------------------------------|
| 200 g Kichererbsen | ca. 300 ml Gemüsebrühe | 100 g schnittfester Schafskäse |
| 1 Bund glatte Petersilie | 1/2 Bund Dill | 1/2 Bund Koriander |
| 1/2 Bund Lauchzwiebeln | 1 Knoblauchzehe | 1 Schalotte |
| 1 TL Kreuzkümmel | 1 Prise Chilipulver | Salz |
| 1/2 TL Backpulver | ca. 300 ml Pflanzenöl | 1 Zwiebel |
| 1 grüne Chilischote | 3 Fleischtomaten | 4 EL Olivenöl |
| Zucker | 1 Spritzer Zitronensaft | 100 g griechischer Joghurt |
| 2 Zweige frische Minze | | |

Die Kichererbsen über Nacht in reichlich kaltem Wasser einweichen. Dann abschütten und 2/3 der Kichererbsen durch die feine Scheibe des Fleischwolfes drehen. Die restlichen Kichererbsen in einem Topf mit Gemüsebrühe weichkochen, anschließend abschütten. Den Schafskäse in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Petersilie, Dill und Koriander abspülen, trocken schütteln und grob hacken. Lauchzwiebeln grob schneiden, Knoblauch schälen und grob hacken. Kräuter, vorbereitete Lauchzwiebeln und Knoblauch mit den durchgedrehten Kichererbsen mischen und ein zweites Mal durch den Wolf drehen. Schalotte schälen und fein schneiden. Schalotten mit der Kichererbsenmasse mischen, mit Kreuzkümmel, Chilipulver und Salz abschmecken und Backpulver zugeben. Mit feuchten Händen daraus kleine Bällchen von 2 cm Durchmesser formen. Die Schafskäsewürfel hineindrücken. In eine Pfanne ca. 1 cm hoch Pflanzenöl geben und die Falafel darin frittieren. Herausnehmen und auf Küchentrepp abtropfen lassen. Für die Soße die Zwiebel schälen und fein schneiden. Chilischote halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch fein hacken. Tomaten überbrühen und die Haut abziehen. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Zwiebel anschwitzen, die Hälfte der gehackten Chilischote zugeben. Tomaten vierteln, die Kerne austreichen und diese zu den Zwiebeln mit in die Pfanne geben. Die Tomatenviertel beiseite stellen. Die Soße mit Salz und Zucker würzen und abschmecken, mit dem Pürierstab fein mixen, durch ein Sieb passieren und restliche gehackte Chili untermischen. Das Tomatenfleisch kleinschneiden, mit den gekochten Kichererbsen mischen mit Salz, Zitronensaft und 2-3 EL Olivenöl abschmecken. Den Joghurt glatt rühren, Minze fein hacken und darunter ziehen, mit Salz abschmecken. Falafel mit Tomatensoße, Kichererbsen-Tomaten-Salat und Joghurt anrichten und servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 24. August 2010

Gefüllte Zucchini-Blüte auf Zucchini-Salat

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------|--------------------|--------------------|
| 3 Tomaten | 1 TL scharfer Senf | 1 EL Weißweinessig |
| 6 EL Olivenöl | Salz, Pfeffer | 1 Knoblauchzehe |
| 2 Zucchini | 1 Schalotte | 1 Zweig Thymian |
| 50 g Schafskäse | 2 Zucchiniblüten | 1 Zweig Basilikum |
| Zucker | 1 EL Pinienkerne | |

Die Tomaten mit heißem Wasser überbrühen, abziehen, entkernen (das Tomateninnere aufheben) und das Fruchtfleisch würfeln. Senf, Essig und 2 EL Olivenöl in eine Schüssel geben und gut vermischen, diese Vinaigrette mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch schälen und fein hacken. Zucchini längs in sehr dünne Scheiben schneiden, dann in feine Streifen schneiden, die ca. 7 cm lang sein sollten. Die Hälfte der Zucchinistreifen in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anbraten, Knoblauch zugeben und mit Salz würzen. Die andere Hälfte der Zucchinistreifen mit der Vinaigrette marinieren. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 TL Olivenöl anschwitzen. Vom Thymian die Blättchen abzupfen. Schafskäse zerbröseln und mit Thymian, einem Teil der Tomatenwürfel und der Schalotte mischen. Die Zucchiniblüten vorsichtig öffnen und die Blütenstempel entfernen. Die Käsemischung vorsichtig in die Zucchiniblüten füllen. Die gefüllten Blüten vorsichtig von allen Seiten in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anbraten. Das Tomateninnere mit 1,5 EL Olivenöl, Basilikumblättern, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker in einen Mixbecher geben, fein pürieren und anschließend passieren. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Für den Zucchini-salat die gebratenen Zucchini mit den rohen marinierten Zucchinistreifen und den restlichen Tomatenwürfeln mischen. Salat auf Tellern anrichten, Tomaten-Basilikumsoße angießen und daneben die gebratene Zucchiniblüte legen. Mit gerösteten Pinienkernen bestreuen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 03. August 2010

Gefüllte Zucchini-Blüten

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------|---------------------|-------------------|
| 100 g Spaghetti | 2 EL Thymian | 2 EL Schnittlauch |
| 2 EL Basilikum | 2 Tomaten | 2 Zwiebeln |
| 1 EL Butterschmalz | 1 Toastbrot-scheibe | 1 Eigelb |
| Salz, Pfeffer | 4 EL Olivenöl | 2 Zucchini |
| 4 Zucchiniblüten | | |

Die Spaghetti in reichlich Salzwasser bissfest kochen und abgießen. Die Kräuter waschen, gut trocknen und fein hacken bzw. schneiden. Die Tomaten enthäuten und in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen, fein hacken und mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Das Brot reiben, zu den Zwiebeln geben und kurz mit braten. Die Masse mit Tomatenwürfeln und Eigelb gut vermengen, mit Salz, Pfeffer und Thymian abschmecken, vorsichtig in die Zucchiniblüten füllen und mit 1 EL Olivenöl kurz von allen Seiten in der Pfanne anbraten. Die Zucchini waschen, in lange dünne Stifte schneiden, mit 1 EL Öl andünsten, die gekochten Spaghetti und Schnittlauch und Basilikum zugeben, alles mit 2 EL Olivenöl mischen und mit den gefüllten Zucchiniblüten servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 29. Juli

Gegrilltes Gemüse mit mariniertem Schafskäse

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------|--------------------|-------------------------|
| 1 Aubergine | Salz | 1 Fleischtomate |
| 1 Zucchini | 1 Fenchelknolle | 3 Zweige Thymian |
| ca. 4 EL Olivenöl | Pfeffer | 150 g fester Schafskäse |
| 2 Lauchzwiebeln | 1/2 Bund Basilikum | 10 schwarze Oliven |

Aubergine in Scheiben schneiden, die Scheiben gut salzen und ca. 10 Minuten ziehen lassen. Dann die Auberginenscheiben abwaschen und trocken tupfen. Die Tomaten kurz in kochendem Wasser blanchieren, dann die Haut abziehen. Tomaten vierteln, die Kerne entfernen. Zucchini und Fenchel in Scheiben schneiden. Fenchelscheiben in Salzwasser ca. 3 Minuten blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Thymianblätter vom Zweig streichen. Alle Gemüse (bis auf die Auberginenscheiben) salzen, mit Olivenöl bestreichen und auf dem heißen Grill von beiden Seiten garen, bis sie weich sind. Dann vom Grill nehmen und mit Thymianblätter und Pfeffer würzen. Schafskäse in Würfel schneiden. Lauchzwiebeln, Basilikum und Oliven fein hacken und zu den Käsewürfeln geben. 1-2 EL Olivenöl untermischen und 10 Minuten ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gegrilltes Gemüse mit dem Schafskäse anrichten. Dazu passt Fladen- oder Weißbrot.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 24. Juni 2008

Gemüse-Focaccia

Für 4 Personen

Für den Teig:

| | | |
|------------|-----------|----------------|
| 300 g Mehl | 20 g Hefe | 1 Prise Zucker |
| Salz | | |

Für den Belag:

| | | |
|--------------------|-----------------------|--------------------------|
| 2-3 Fleischtomaten | 1 Bund grüner Spargel | 1 Bund Frühlingszwiebeln |
| 4 EL Olivenöl | Meersalz | Pfeffer |
| 3 Zweige Thymian | 100 g Fontina | 1 EL weißer Balsamico |

Aus Mehl, Hefe, Zucker, Salz und etwas Wasser einen Hefeteig herstellen. Den Teig 30 Minuten zugedeckt gehen lassen. Erneut durchkneten und noch einmal gehen lassen. Die Tomaten mit heißem Wasser überbrühen, enthäuten, vierteln, entkernen und in Würfel schneiden. Den Spargel schälen, die Köpfe abschneiden und in kochendem Wasser blanchieren. Die Spargelstangen längs mit einem Sparschäler in dünne Scheiben hobeln. Die Frühlingszwiebeln hacken. Den Backofen auf 220 Grad vorheizen (Umluft 200 Grad, Gas Stufe 4). Den Hefeteig ausrollen und in 10 x 10 cm große Stücke schneiden, die sehr dünn ausgerollt werden. Die Teigstücke mit Olivenöl beträufeln, Tomaten, Spargelstreifen und Frühlingszwiebeln darauf verteilen. Mit Meersalz und Pfeffer würzen. Die Thymianblätter abzupfen und darüber streuen. Den Fontina in sehr dünne Scheiben schneiden oder hobeln und darauf geben. Noch mal mit Olivenöl beträufeln und im sehr gut vorgeheizten Ofen ca. 5 Minuten backen. Die Spargelköpfe mit den restlichen Tomaten und etwas Frühlingszwiebeln in eine Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen, Essig und 1-2 EL Öl untermischen und den Salat zur Focaccia reichen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 19. Mai 2009

Gemüse-Tatar mit Mozzarella

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------------|------------------|------------------------|
| 50 g getrocknete Tomaten | 1 Fleischtomate | 1 Zucchini |
| 1 Bund Schnittlauch | 1 Bund Basilikum | 125 g Büffelmozzarella |
| 2 EL Olivenöl | Salz, Pfeffer | 2 Frühlingszwiebeln |
| 2 Scheiben Toast | | |

Die getrockneten Tomaten in Wasser einweichen. Die Fleischtomate kurz in kochendes Wasser geben, die Haut abziehen, vierteln und entkernen. Die Zucchini in Scheiben schneiden und in einer beschichteten Grillpfanne kurz grillen. Schnittlauch und Basilikum fein hacken. Die getrockneten Tomaten aus dem Wasser nehmen und fein würfeln. Ebenso die Fleischtomate, die gebratenen Zucchini Scheiben und den Mozzarella. Alles miteinander vermischen und etwa ein Viertel von der Masse beiseite stellen. Jetzt die Kräuter und das Olivenöl dazugeben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Frühlingszwiebeln in lange Streifen schneiden und in kaltes Wasser legen. Das Toastbrot entrinden, tosten und mit den restlichen Gemüsewürfeln belegen. Im Backofen unter dem Oberhitze grill zirka 5 Minuten grillen. Das Gemüsetatar in einen Ring geben, etwas andrücken und den Ring vorsichtig abziehen. Mit dem Toast und den Frühlingszwiebeln anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 14. April 2009

Gestapeltes von der Steckrübe mit Wan-Tan

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------------|-------------------------|----------------------|
| 2 Steckrüben a ca. 300 g | 1/4 l Gemüsebrühe | 1 EL Butterschmalz |
| Salz | 1 Prise brauner Zucker | 1 rote Paprikaschote |
| 2 rote Zwiebeln | 1 Knoblauchzehe | 1 Stück Ingwer |
| 2 rote Chilis | 1 Paket Wan-Tan Blätter | 1/2 Bund Koriander |
| ca. 500 ml Frittierfett | | |

Die Steckrüben schälen, einen Teil in zirka einen halben Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben formschön zurecht schneiden. In Gemüsebrühe weich kochen. Die restliche Steckrübe in Würfelchen schneiden, in Butterschmalz braten und mit Salz und braunem Zucker abschmecken. Die Paprika putzen und würfeln, die Zwiebeln schälen und fein schneiden, den Knoblauch pellen, Ingwer schälen, Chili entkernen, alles fein hacken und zusammen anbraten, mit Salz und braunem Zucker abschmecken. Wenn alles weich ist die Hälfte herausnehmen und warm stellen, Die andere Hälfte mit Gemüsebrühe aufgießen, aufkochen, pürieren und durch ein Sieb passieren. Wan Tan Blätter frittieren und abwechselnd mit Steckrübenscheiben stapeln, dabei jeweils mit der Paprika-Chilimischung belegen. Jede Portion sollte drei Wan-Tan Blätter und drei Steckrübenscheiben enthalten. Die gebratenen Steckrübenwürfel um das Türmchen verteilen und die Soße angießen. Mit Korianderblättern dekorieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 17. November 2009

Herzhafte Dampf-Nudeln mit Linsen-Soße

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------|--------------------------|------------------------|
| 25 g frische Hefe | 1/4 l Milch | 1 TL Zucker |
| 500 g Mehl | Salz | 1 Ei |
| 1 Zwiebel | 2 Zweige Rosmarin | 1/2 Bund Thymian |
| 2 EL Butterschmalz | 2 EL Butter | ca. 500 ml Gemüsebrühe |
| 1 Schalotte | 150 g Berglinsen | 1 TL Curry |
| 1 Lorbeerblatt | 1 Knoblauchzehe | 1 Möhre |
| 1 Pastinake | 1 Stange Staudensellerie | 2 EL Sahne |
| Pfeffer | | |

Die Hefe in der lauwarmen Milch auflösen. 1 TL Zucker zugeben. Mehl in eine Schüssel geben, 1 TL Salz untermischen, Ei und die Hefemilch zugeben. Alles zu einem glatten Teig verkneten und diesen ca. 30 Minuten gehen lassen. Zwiebel schälen und fein würfeln. Rosmarin hacken, vom Thymian die Blättchen abstreifen. In einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz Zwiebeln goldgelb andünsten und Rosmarin untermischen. Thymianblätter unter den Hefeteig mischen und aus dem Teig kleine Kugeln formen. Dies mit etwas Rosmarin-Zwiebeln füllen und nochmals ca. 15 Minuten gehen lassen. Eine schwere (am besten aus Gusseisen) Pfanne mit 2 EL Butter ausfetten. Die Hefeteigklöße hineingeben und die soviel Gemüsebrühe angießen, dass die Klöße zwei Finger hoch mit Flüssigkeit bedeckt sind. Einen Deckel auf die Pfanne geben und ca. 15-20 Minuten die Klöße garen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. (Der Deckel darf während des Garens nicht geöffnet werden.) In der Zwischenzeit die Schalotte schälen und fein schneiden. Schalotte in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen, Linsen und Curry zugeben und mit restlicher Gemüsebrühe aufgießen. Ein Lorbeerblatt und eine angedrückte Knoblauchzehe zugeben. Die Linsen ca. 30 Minuten weich kochen. Möhre, Pastinake und Staudensellerie schälen bzw. putzen und fein würfeln. In den letzten 10 Minuten zu den Linsen geben und mitgaren. Zuletzt die Sahne untermischen und die Linsen abschmecken. Dampfnudeln mit den Linsen servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 27. Januar 2009

Kartoffel-Puffer mit Apfelmus

Für 4 Personen

| | | |
|----------------------------|-----------------------|------------------------|
| 1 kg Äpfel, Boskoop | ca. 2 EL Zucker | ca. 80 ml Apfelsaft |
| 700 g Kartoffeln, mehlig | 1 kleine Zwiebel | 1 Ei |
| Salz | 1 Prise Muskat | ca. 5 EL Butterschmalz |
| 1/2 Bund glatte Petersilie | 1/2 Bund Schnittlauch | 100 g saure Sahne |
| Pfeffer | 1 EL Butter | |

Für das Apfelmus die Äpfel waschen, ein Apfel zur Seite legen, die restlichen Äpfel vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Apfelviertel in grobe Stücke schneiden. In einem großen Topf Zucker zu hellem Karamell schmelzen, die Apfelstücke zugeben und mit Apfelsaft ablöschen. Apfelstücke weich kochen, pürieren und evtl. durch ein Sieb streichen. Das Apfelmus mit Zucker abschmecken. Die Kartoffeln schälen und auf der feinen Reibe reiben. Die Kartoffelmasse gut ausdrücken, die Flüssigkeit in einer Schüssel auffangen, die Stärke absetzen lassen. Den Kartoffelsaft abschütten und die Stärke zu den geriebenen Kartoffeln geben. Die Zwiebel schälen und ebenfalls fein reiben, dann zusammen mit dem Ei zu den Kartoffeln geben und alles gut vermischen. Die Kartoffelmasse mit Salz und einer Prise Muskat würzen. In einer Pfanne mit reichlich Butterschmalz etwas Kartoffelmasse geben und goldbraune Puffer ausbacken. Die Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Kräuter mit Saurer Sahne vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den übrigen Apfel entkernen und in 8 Spalten schneiden. In einer Pfanne mit Butter die Apfelspalten goldbraun braten. Kartoffelpuffer mit Apfelmus und Kartoffelspalten auf Tellern anrichten, einen Klecks Kräuter-Sahne zugeben und servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 27. Oktober 2009

Käse-Spätzle

Für 4 Personen

| | | |
|----------------|------------------|----------------|
| 500 g Mehl | Salz, Pfeffer | 1 Prise Muskat |
| 7 Eier | 2 Gemüsezwiebeln | 2 EL Butter |
| 1 Prise Zucker | 250 g Bergkäse | |

Das Mehl mit Salz, Pfeffer und Muskat mischen. Die Eier dazugeben und alles zu einem zähen Teig verarbeiten. Mit der Hand so lange schlagen bis der Teig Blasen wirft. Den Teig portionsweise von einem Holzbrett mit Hilfe einer Palette in kochendes Salzwasser schaben. Wenn die Spätzle oben schwimmen mit einer Schöpfkelle herausnehmen und abtropfen lassen. Die Zwiebeln schälen und in halbe Ringe schneiden. Butter in einer großen Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin weich dünsten. Mit Salz und einer Prise Zucker würzen. Die Spätzle dazugeben und mitbraten. Den Käse reiben und darüber streuen. Falls gewünscht, kann man die Pfanne noch kurz in den Ofen geben und unter dem Grill überbacken.

Tipp:

Das Holzbrett in heißes Wasser tauchen, bevor der Spätzleteig aufgetragen wird, dann lässt es sich schaben.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 02. Februar 2010

Kürbis-Gnocchi mit Kaffee-Soße

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------------|-----------------------|------------------------|
| 500 g Kartoffeln, mehlig | 500 g Hokkaido-Kürbis | 1 Zwiebel |
| ca. 10 g Ingwer | 3 EL Butterschmalz | Kreuzkümmel |
| 1 Schalotte | 1,5 EL Butter | 200 ml Espresso |
| 500 ml Gemüsebrühe | 2 Eigelb | 1-2 EL Kartoffelstärke |
| Salz | Pfeffer | 2 EL Kürbiskerne |

Den Backofen auf 180 Grad Umluft (190 Grad Ober-Unterhitze, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Kartoffeln gut abwaschen und auf ein Backblech legen. Kürbis waschen, halbieren und mit einem Löffel die Kerne austreichen. Kürbishälften ebenfalls mit auf das Backblech geben und im Ofen ca. 40 Minuten garen. Zwiebel und Ingwer schälen, sehr fein würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen, mit einer Prise Kreuzkümmel würzen. Für die Soße Schalotte schälen und fein würfeln. In einer Pfanne mit 1 TL Butter die Schalotte anschwitzen, mit Espresso ablöschen, Gemüsebrühe zugeben und um die Hälfte einkochen lassen. Die weichgegarteten Kartoffeln halbieren und aus der Schale kratzen, weichen Kürbis in Stücke schneiden und mit den Kartoffeln durch die Kartoffelpresse drücken. Unter die noch warme Masse 2 Eigelb, die angeschwitzten Zwiebeln und 1-2 EL Kartoffelstärke mischen, mit etwas Salz würzen. Dann den Teig zu langen Rollen formen, diese in Nocken schneiden und mit einer Gabel eindrücken. In einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz die Gnocchi vorsichtig in Butterschmalz braten. (Die Gnocchi können auch in Salzwasser kurz gekocht werden und dann bis zu zwei Tagen im Kühlschrank aufbewahrt werden). Die eingekochte Soße mit 1 EL kalter Butter binden und abschmecken. Kürbiskerne grob hacken, kurz in der heißen Pfanne anrösten. Gnocchi mit der Soße anrichten und mit den Kürbiskernen bestreuen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 14. September 2010

Omelett, Kartoffel-Würfel und frischer Spinat

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------|-------------------------|-------------------|
| 2 Kartoffeln, fest | 3 EL Olivenöl | 2 Schalotten |
| Salz, Pfeffer | 1 Bund Frühlingskräuter | 150 g Blattspinat |
| 3 EL Butter | Muskat | 80 ml Sahne |
| 4 Eier | | |

Die Kartoffeln schälen, in Würfelchen schneiden und in einer Pfanne mit 2-3 EL Olivenöl ca. 10 Minuten braten. Schalotten schälen, fein schneiden und kurz vor Ende der Garzeit eine gewürfelte Schalotte zu den Kartoffeln geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kräuter abspülen, trockenschütteln und fein hacken. Spinat waschen, putzen und abtropfen lassen. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die restlichen Schalottenwürfel anschwitzen, mit Salz und Muskat würzen, den Spinat zugeben und zusammen fallen lassen. Einen Esslöffel Spinat aus der Pfanne nehmen und mit der Sahne pürieren, erwärmen und abschmecken. Die Eier aufschlagen mit Salz würzen und mit einem Schneebesen sehr gut verquirlen. Pro Person ein Omelett ausbacken, dafür 1 EL Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen, die Hälfte der Eimasse zugeben und mit dem Gabelrücken rühren und die Pfanne dabei bewegen, die Pfanne schräg halten, so dass die noch weiche Masse nach vorne läuft, einige Kräuter und einige Kartoffelwürfel zugeben und die verbliebene dünne Bodenschicht darauf klappen. Blattspinat auf den Teller geben, Spinatsoße angießen, Omelett dazu reichen und mit den restlichen Kartoffelwürfeln und Kräutern bestreuen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 05. Mai 2009

Pasta mit Rahm-Pfifferlingen

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------|----------------------------|----------------------------|
| 250 g Hartweizenmehl | 2 Eier | 2 Eigelb |
| 1 TL Olivenöl | Salz | Mehl |
| 1 Schalotte | 500 g frische Pfifferlinge | 1/2 Bund glatte Petersilie |
| 3 EL Butter | 150 ml Gemüsebrühe | 60 g Sahne, geschlagen |
| Pfeffer | | |

Das Hartweizenmehl auf ein Nudelbrett häufen und in der Mitte ein Loch eindrücken. Eier, Eigelb, Olivenöl und eine Prise Salz dazugeben und zu einem glatten Teig kneten. Den Teig in Frischhaltefolie einpacken und im Kühlschrank 30 Minuten ruhen lassen. Dann den Nudelteig zu dünnen Bahnen ausrollen. Diese gut mit Mehl bestäuben, zusammenrollen und in feine Streifen schneiden. Ausreichend Wasser zum Kochen bringen und salzen. Schalotte schälen und fein schneiden. Die Pfifferlinge putzen und evtl. halbieren. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. In einer Pfanne mit 2 EL Butter die Schalotte anschwitzen, die Pilze zugeben und ca. 3 Minuten gut braten. Dann mit 1 EL Mehl bestäuben, mit Gemüsebrühe aufgießen und gut verrühren. Alles ca. 2 Minuten köcheln lassen. Geschlagene Sahne und Petersilie untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Nudeln ins kochende Wasser geben und bissfest kochen (frische selbstgemachte Nudeln sind in ca. 3 Minuten gar). Die Nudeln abschütten, wieder in den Topf geben und mit 1 EL Butter vermischen. Die Nudeln anrichten und die Rahmpfifferlinge darüber verteilen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 20. Juli 2010

Persischer Eier-Kuchen mit Kräutern

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------------|----------------------|---------------|
| 100 g frische Kräuter | 8 Walnusskernhälften | 2 Eier |
| 1/2 EL Mehl | 1 Prise Backpulver | Salz, Pfeffer |
| 1/2 EL Berberitzen | 1 EL Butterschmalz | |

Kräuter abspülen, trockenschütteln und fein schneiden. Walnusskerne hacken. Eier aufschlagen, in eine Schüssel geben, Mehl und Backpulver darüber sieben und alles gut mit dem Schneebesen verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zuletzt Kräuter, Walnüsse und Berberitzen zugeben. In eine beschichteten Pfanne mit Butterschmalz die Masse geben und von jeder Seite ca. 10 Minuten bei geringer Hitze braten. Dazu passt sehr gut Möhrensalat.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 04. März 2008

Persischer Safran-Reis

Für 4 Personen

| | | |
|-------------------|-----------------------|-------------------------|
| 350 g Basmatireis | Salz | 3 rote Zwiebeln |
| 2 Möhren | 1 Stange Lauch | 2 EL Butterschmalz |
| ca. 1 EL Zucker | 1 Prise Safran-Fäden | ca. 100 ml Gemüsebrühe |
| 3 El Butter | 1 Orange, unbehandelt | 20 g Pistazien, gehackt |

Den Reis in reichlich Salzwasser kochen, biss er bissfest ist. Dann auf ein Sieb geben und abspülen, dabei darauf achten, dass die Stärke abgespült wird. Zwiebeln schälen, halbieren und in sehr dünne Scheiben schneiden. Möhren schälen und in feine Stifte schneiden. Lauch waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz Zwiebel anschwitzen, Möhren und Lauch zugeben und kurz anbraten. Mit ca. 1 TL Zucker bestreuen und diesen karamellisieren lassen, mit Salz würzen, Safran untermischen und mit Gemüsebrühe ablöschen. Kurz dünsten. Dann aus der Pfanne nehmen und mit dem Reis vermischen. In einem großen breiten Topf Butter schmelzen. Gemüsereis kegelförmig darin einschichten. In den Kegel mit einem Löffelstiel kleine Löcher einbohren, Deckel drauf geben und bei geringer Hitze gar ziehen lassen. In der Zwischenzeit die Orangenschale dünn abschälen und die Schale zweimal nacheinander in gezuckertem Wasser blanchieren. Dann in feine Streifen schneiden. Die Orange vollständig schälen, also die weiße Haut komplett entfernen und die Fruchtfleets herauslösen. Wenn der Reis gar ist, die blanchierte Orangenschale und die Filets zugeben, anrichten und mit Pistazien garnieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 18. November

Pilz-Lauch-Strudel

Für 4 Personen

| | | |
|----------------------------|--------------------|--------------------------|
| 200 g Mehl | 2 EL Speiseöl | 1 Eigelb |
| 4–5 EL Wasser | 1 Prise Salz | 500 g braune Champignons |
| 1 Stange Lauch | 1 EL Butterschmalz | 2 Scheiben Toastbrot |
| 1/2 TL Majoran, getrocknet | 1/2 TL Thymian | 2 EL Butter |

Aus Mehl, Öl, Ei, Wasser und Salz einen Strudelteig herstellen, diesen in Frischhaltefolie einpacken und circa 1,5 Stunden ruhen lassen. Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Champignons in Scheiben schneiden. Lauch putzen und in feine Ringe schneiden. In einer Pfanne mit Butterschmalz Pilze anbraten, Lauch zum Schluss kurz mit in die Pilzpfanne geben. Den Strudelteig auf einem leicht bemehlten Küchenhandtuch dünn ausziehen (ca. 40 cm auf 50 cm). Das Toastbrot reiben und mit der Pilz-Lauchmischung auf dem Teig verteilen. Mit Majoran und Thymian bestreuen und den Strudel mit Hilfe des Tuches zusammenrollen. Butter erhitzen, den Strudel von außen mit flüssiger Butter einpinseln und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten backen. Dazu passen gut grüner Salat und Kräuterschmand.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 12. Februar 2008

Pochierte Senf-Eier

Für 2 Personen

| | | |
|------------------------|--------------------|-----------------------|
| 150 g Senfmehl | Salz | 1/2 EL brauner Zucker |
| ca. 400 ml Gemüsebrühe | 100 ml Weinessig | 300 g Sellerie |
| 1 Schalotte | 2 EL Butterschmalz | 40 ml Sahne |
| Salz, Pfeffer | 1 Prise Muskat | 1 kleine Zwiebel |
| 2 EL Butter | 1 EL Mehl | 150 ml Gemüsebrühe |
| 150 g saure Sahne | Zucker | 5 Halme Schnittlauch |
| 2 sehr frische Eier | | |

Das Senfmehl mit 1 EL Salz und 1/2 EL braunen Zucker mischen, mit ca. 125 ml Gemüsebrühe und 80 ml Essig verrühren und sehr gut und lange rühren, bis eine dicke Senfpaste entsteht, die Konsistenz hängt von der Flüssigkeitsmenge ab die zugegeben wird. Sellerie schälen und in feine Würfel schneiden. Schalotten schälen und fein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Butterschmalz Schalotten anschwitzen. Sellerie zugeben und mit 80 ml Brühe und Sahne auffüllen. Sellerie weich kochen und mit anschließend mit dem Mixstab fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskat abschmecken. Die Zwiebel schälen und fein schneiden. In einem Topf mit Butter anschwitzen, das Mehl zugeben gut unterrühren und 200 ml Gemüsebrühe ablöschen. Mit einem Schneebesen alles gut verrühren. Die Soße aufkochen, saure Sahne und soviel selbst gemachten Senf zugeben, bis die Soße einen angenehmes Aroma hat. Mit Salz und Zucker abschmecken. Nach Wunsch durch eine Sieb passieren. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Kurz vor dem Servieren unter die Soße mischen. 1 l Wasser mit ca. 20 ml Essig zum Kochen bringen. Die Eier aufgeschlagen, mit Hilfe einer kleinen Suppenkelle in die kochende Flüssigkeit gleiten lassen und 5 Minuten pochieren (Wasser sollte nur simmern). 2 EL Salz in heißem Wasser auflösen, pochierte Eier darin kurz abspülen (neutralisiert den Essiggeschmack).

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 09. September

Ragout von bunten Linsen mit Kokos-Reis

Für 4 Personen

| | | |
|-----------------------|-------------------------|---------------------------|
| 500 ml Gemüsebrühe | 150 g rote Linsen | 150 g grüne Le-Puy-Linsen |
| 150 g schwarze Linsen | 250 g Basmatireis | 1 rote Zwiebel |
| 2 Möhren | 1 EL Butterschmalz | 1 kleine Ingwerknolle |
| 1 Zehe Knoblauch | 1 TL Bockshornkleesamen | 2 EL Butter |
| 2 Lauchzwiebeln | Salz | 1 Prise Zucker |
| 1 Bund Minze | 2 EL Kokosflocken | 2 Eier |

Die Gemüsebrühe aufsetzen und erst die roten Linsen ca. 3 Minuten kochen und herausnehmen, dann die grünen und schwarzen Linsen nacheinander je ca. 10 Minuten kochen und herausnehmen. Reis in kochendes Salzwasser geben und ca. 10 Minuten bissfest garen. Die Zwiebel schälen und fein würfeln, die Möhren schälen und ebenfalls würfeln. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Gemüswürfel anbraten. Ingwer und Knoblauch schälen und fein hacken, mit dem Bockshornkleesamen zum Gemüse geben und kurz mit anbraten. Den Kochsud der Linsen dazugeben, 2 Esslöffel kalte Butter unterziehen. Die Lauchzwiebeln sehr fein hacken und mit den Linsen dazugeben. Mit Salz und Zucker abschmecken. Die Minze waschen, trocken schütteln und hacken. Den Reis mit Kokosflocken gehackter Minze und verschlagenem Ei mischen. In einer Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen und mit einem großen Löffel Reisplätzchen in die Pfanne setzen und von beiden Seiten goldbraun braten. Mit dem Linsenragout servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 30. November 2010

Ravioli von Kräuter-Nudeln mit Ziegen-Frischkäse

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------------|-------------------------|---------------------|
| 100 g Hartweizengrieß | 100 g Mehl | 1 Ei |
| Olivenöl | 1 Prise Salz | Wasser nach Bedarf |
| 2-3 Strauchtomaten | 200 g Ziegen-Frischkäse | 1 Bund Schnittlauch |
| 1 Bund Basilikum | Salz, Pfeffer | evtl. 1 Eigelb |
| 1 EL Butter | 1 EL Olivenöl | 1 Prise Zucker |

Aus Hartweizengrieß, Mehl, Ei, Olivenöl und Salz einen geschmeidigen Nudelteig herstellen. Dafür alle Zutaten gut verkneten bis ein geschmeidiger Teig entstanden ist der nicht an den Händen klebt. Diesen in Frischhaltefolie einschlagen und 30 Minuten ruhen lassen. Die Tomaten in heißem Wasser blanchieren, abziehen und das Innere vom Tomatenfleisch trennen. Den Ziegen-Frischkäse mit einer Gabel zerdrücken. Schnittlauch und die Hälfte des Basilikums waschen, trocken schütteln und fein hacken. Zusammen mit dem Inneren der Tomaten zum Ziegenkäse geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Falls die Käsemasse zu bröselig sein sollte (hängt u.a. vom Fettgehalt des Käses ab) noch ein Eigelb unterziehen. Den Nudelteig mit Hilfe einer Nudelmaschine in Bahnen ausrollen und jeweils 1 Blatt Basilikum zwischen die Bahnen legen und diese noch mal durch die Nudelmaschine ausrollen so dass die Kräuter sich mit dem Teig verbinden. Die Bahnen in viereckige Stücke schneiden, darauf achten dass attraktive Kräutermuster zustande kommen. Jeweils einen Löffel Käsemasse darauf geben, die Ränder mit etwas Wasser bestreichen, in Dreiecksform zuklappen und in kochendem Wasser ca. 5 Minuten garen. Aus dem Wasser nehmen. Butter in einer Pfanne auslassen und die Ravioli kurz darin schwenken. In der Zwischenzeit das Tomatenfleisch in Stücke schneiden, mit Olivenöl kurz anbraten, mit Salz und Zucker abschmecken und zu den Ravioli geben.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 20. April 2010

Risotto mit Sommer-Gemüse und Parmesan-Keks

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------|------------------|------------------------|
| 1 Zwiebel | 3 Zweige Thymian | 5 EL Olivenöl |
| 200 g Risottoreis | Salz | ca. 600 ml Hühnerbrühe |
| 2 Fleischtomaten | 1 Zucchini | 80 g Parmesan |
| Pfeffer | 1 Bund Basilikum | 50 g Pinienkerne |

Die Zwiebel schälen und würfeln. Thymian waschen, trocken schütteln und fein hacken. In einem Topf 1 EL Olivenöl erhitzen und die Zwiebelwürfel darin anbraten. Den Risottoreis zugeben und mit anschwitzen bis der Reis glasig ist. Salz und Thymian dazugeben und mit heißer Hühnerbrühe angießen bis der Reis gut bedeckt ist. Die Tomaten mit heißem Wasser überbrühen, die Haut abziehen, vierteln und die Kerne austreichen. Die Tomatenkerne mit in den Risotto geben. Solange Hühnerbrühe zugießen bis der Reis sich vollgesogen hat. Die Zucchini würfeln. 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Zucchiniwürfel anbraten, dann unter den Risotto ziehen. Die Hälfte des Parmesan reiben und zugeben. Den restlichen Parmesan auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech in Kreisen verteilen. Im auf 160 Grad vorgeheizten Ofen bei Oberhitze schmelzen, herausnehmen und abkühlen lassen. Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Tomatenviertel in Streifen schneiden, mit Salz, Pfeffer und 1 TL Olivenöl würzen und zum Risotto geben. Das Basilikum waschen und trocken schütteln, mit Olivenöl und Pinienkernen pürieren, mit Salz abschmecken. Risotto anrichten, Parmesan-Taler und Pesto dazureichen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 01. Juni 2010

Safran-Erbesen-Risotto

Für 2 Personen

| | | |
|------------------|-------------------|-----------------|
| 1 Msp. Safran | 1 l Hühnerbrühe | 1 Zwiebel |
| 2 EL Butter | 400 g Risottoreis | 100 ml Weißwein |
| 1 Stück Parmesan | 1 kg Erbsen | Salz |

Den Safran zu der Hühnerbrühe geben und diese heiß werden lassen. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Einen Esslöffel Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebel mit dem Reis in Butter anschwitzen, wenn die Reiskörner anfangen zu glänzen, mit dem Weißwein ablöschen. Wenn der Wein verdampft ist, eine Kelle heiße Brühe zugeben und fast einkochen lassen. Immer wieder Brühe angießen. Dabei regelmäßig umrühren. Nach ca. 20 Minuten sollte das Risotto fertig sein. Einen Esslöffel Butter und soviel frisch geriebenen Parmesan zugeben wie gewünscht. In der Zwischenzeit die Erbsen ausspülen oder auftauen und falls nötig kurz blanchieren. (Die ersten frischen Erbsen sind meistens so zart dass das nicht nötig ist.) In Butter mit Salz schwenken und zu dem Risotto servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 02. März 2010

Salbei-Nudel-Blatt mit Maronen-Füllung, Rosenkohl-Ragout

Für 4 Personen

| | | |
|------------------------|--------------------|-----------------|
| 150 g Hartweizengrieß | 150 g Mehl 405 | 1 Ei |
| 1 EL Öl | Salz | 600 g Rosenkohl |
| 2 Zwiebeln | 2 EL Butterschmalz | 150 ml Sahne |
| 1/4 l Gemüsebrühe | 1 Prise Muskat | Salz |
| 300 g gekochte Maronen | 1 TL Ahornsirup | Pfeffer |
| 1 Bund Salbei | 1 EL Butter | |

Aus Grieß, Mehl, Ei, Öl, Salz und Wasser nach Bedarf einen geschmeidigen Nudelteig herstellen, in Frischhaltefolie wickeln und eine halbe Stunde ruhen lassen. Rosenkohl putzen und halbieren. Die Zwiebeln schälen und würfeln. Eine Zwiebel in 1 EL Butterschmalz anbraten, Rosenkohl zugeben, mit anschwitzen, mit Sahne und etwas Gemüsebrühe ablöschen und über kleiner Flamme bissfest kochen mit Muskat und Salz abschmecken. Die zweite Zwiebel ebenfalls in 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Von den Maronen einige beiseite stellen, die restlichen zu den Zwiebeln geben, etwas Gemüsebrühe zugeben, einmal aufkochen lassen und mit Salz, Pfeffer und Ahornsirup abschmecken. Die Maronen pürieren und das Püree in einen Spritzbeutel geben und warmstellen. Aus dem Nudelteig mit Hilfe der Nudelmaschine Nudelblätter herstellen und zwischen je zwei Nudelblätter Salbeiblätter legen und nochmals durch die Nudelmaschine geben, in Salzwasser kochen. Aus dem Wasser nehmen, die Maronenfüllung darauf geben und zusammenrollen. Die restlichen Maronen in Scheiben schneiden und in Butter anbraten. Rosenkohlragout auf den Teller geben, gefülltes Nudelblatt anlegen und mit den gebratenen Maronen bestreuen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 23. November 2010

Schafskäse mit Oliven und Zitronen

Für 4 Personen

| | | |
|----------------------------------|------------------|-------------------------------|
| 6 Blatt Gelatine | 4 Zitronen | 200 g Zitronenmarmelade |
| 200 ml Hühnerbrühe | Zucker | 6 g Agar-Agar |
| 200 g gemischte Oliven, entkernt | 400 g Schafskäse | 3 Zweige Thymian |
| 4 Stängel Schnittlauch | 3 EL Olivenöl | ca. 100 g Frühlingsrollenteig |

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Den Saft von 3 Zitronen auspressen, zusammen mit Zitronenmarmelade und Hühnerbrühe in einen Topf geben und evtl. mit etwas Zucker abschmecken. Agar-Agar untermischen und alles aufkochen. Dann den Topf vom Herd ziehen. Die Gelatine ausdrücken und in der heißen Zitronen-Hühnerbrühe-Mischung auflösen. Ein Backblech mit Frischhaltefolie auslegen und darauf die Masse ca. 5 mm hoch gießen und erkalten lassen (am besten in den Kühlschrank stellen). Die Hälfte der Oliven fein hacken, die Hälfte des Schafskäses zerbröseln. Thymian und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Hälfte der Kräuter mit gehackten Oliven und zerbröseltem Schafskäse und 1 EL Olivenöl vermischen. Die Masse in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen, einen Streifen auf das erkaltete Gelee aufspritzen und in das Gelee einrollen. Ca. 8 cm große Stücke (wie Cannelloni) abschneiden und nochmals kalt stellen. Die Zitrone mit einem Messer schälen, so dass keine weiße Haut mehr zu sehen ist, dann die Fruchtfilets herausschneiden. Den restlichen Käse in Stücke schneiden und diese einzeln mit den restlichen Kräutern in etwas Frühlingsrollenteig einwickeln. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl von allen Seiten knusprig braten. Die Zitronen-Käse-Röllchen mit dem gebratenen Käse anrichten, restliche Oliven und Zitronenfilets dazu geben. Dazu passt Weißbrot.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 28. September 2010

Schafskäse-Tomaten-Roulade

Für 4 Personen

| | | |
|-------------------|---------------|-------------------------|
| 200 g Mehl | 2 Eier | 2 EL flüssige Butter |
| ca. 250 ml Milch | Salz | 3 Zweige Thymian |
| 5 Tomaten | Butterschmalz | 300 g fester Schafskäse |
| 50 ml Gemüsebrühe | Pfeffer | 1 Bund Basilikum |

Mehl, Eier, flüssige Butter und 200 ml Milch in eine Schüssel geben, zu einem dickflüssigen Teig verrühren. Mit einer Prise Salz würzen. Thymianblätter abstreifen unter den Teig geben und diesen 20 Minuten quellen lassen. (Sollte der Teig zu dick sein, noch etwas Milch dazugeben.) Die Tomaten am Strunkansatz einritzen, kurz in heißes Wasser geben, dann die Haut abziehen, vierteln und die Kerne entfernen. Die Tomatenviertel auf Küchentrepp trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Aus dem Teig in einer Pfanne mit Butterschmalz mindestens 6 bis 7 dünne Pfannkuchen backen und diese abkühlen lassen. Den Käse mit wenig Gemüsebrühe zu einer glatten Masse verquirlen (am besten mit einem Pürrierstab), mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pfannkuchen mit der Käsemasse bestreichen, Basilikumblätter und Tomaten darauf geben und zu einer Roulade rollen. Diese kalt stellen. Oder einen Pfannkuchen darauf geben, wieder bestreichen und belegen und so fortfahren bis alle Pfannkuchen verbraucht sind. Die Torte gerade drücken und ca. 1 Stunde kalt stellen. Die fertige Torte in einzelne Tortenstücke aufschneiden (die Roulade in Scheiben schneiden) und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 30. Mai 2008

Schwarzwurzel-Salat mit Nüssen und Käse-Toast

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------|-----------------------|------------------------|
| 1-2 Zitronen | 1,5 kg Schwarzwurzeln | 3 Zitronen |
| 1 EL Butterschmalz | 100 ml Gemüsebrühe | 80 ml Walnussöl |
| Salz | 150 g Walnüsse | 150 g salzige Erdnüsse |
| 2 EL Zucker | 3 EL Butter | 1 Prise Paprikapulver |
| 8 Scheiben Toast | 2 EL Erdnussbutter | 150 g Greyezer |
| 2 Stiele Thymian | 1 Ei | 100 g Feldsalat |

Von den Zitronen den Saft auspressen. Eine Schüssel mit Wasser und Zitronensaft vorbereiten. Die Schwarzwurzeln schälen und direkt in die vorbereitete Wasserschüssel legen, sonst verfärben sich die Wurzeln. 2/3 der Wurzeln in ca. 10 cm lange Stücke schneiden und der Länge nach vierteln. Butterschmalz in einem Topf erhitzen und die Schwarzwurzeln anbraten, mit der Gemüsebrühe ablöschen und nach ca. 10 Minuten herausnehmen. Die restlichen Schwarzwurzeln mit einem Sparschäler längs in dünne Streifen schneiden. Mit 2 EL Zitronensaft und 40 ml Walnussöl marinieren, mit Salz abschmecken Walnüsse und Erdnüsse hacken. Zucker in der Pfanne schmelzen lassen, 1 EL Butter und Paprikapulver zugeben und die Nüsse darin schwenken, erkalten lassen und falls nötig nochmals durchhacken. Den Toast entrinden, die Hälfte mit Ernußbutter bestreichen, den Käse zurecht schneiden und auf den Toast legen, einige Thymianblätter draufstreuen und eine unbestrichene Toastscheibe darauflegen. Die Ränder mit verquirltem Ei bestreichen. Butter in der Pfanne schmelzen lassen und den Käsetoast langsam goldbraun braten. Quer durchschneiden. Feldsalat waschen und abtropfen lassen. 1 EL Zitronensaft mit Salz, Zucker und 40 ml Walnussöl verrühren und den Feldsalat damit marinieren. Alles zusammen anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 14. Dezember 2010

Spaghetti mit jungen Erbsen und Minze

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------------|----------------------|--------------------------|
| 1 kg Erbsen in der Schote | Salz | 200 g Spaghetti |
| 80 g Parmesan | 1 Bund frische Minze | 1 Bund Frühlingszwiebeln |
| 1 EL Olivenöl | 1 Knoblauchzehe | 200 ml Hühnerbrühe |
| Pfeffer | | |

Die Erbsen aus der Schote pulen. In einem Topf mit Salzwasser die Spaghetti bissfest kochen (ca. 8 Minuten). Die Erbsen ebenfalls in einem Topf mit Salzwasser ca. 2 Minuten bissfest kochen, abschütten und in einem Sieb abtropfen lassen. Parmesan reiben, die Minze fein hacken. Frühlingszwiebel putzen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Knoblauch schälen, andrücken und zugeben. Hühnerbrühe angießen und aufkochen. Die Spaghetti abschütten, jedoch nicht abspülen (die daran haftende Stärke soll die Soße binden) und unter die Soße mischen. Erbsen zugeben und gut untermischen. Minze und Parmesan zugeben. Alles gut durchmischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 31. März 2009

Stapelei von Linsen-Mousse mit Apfel-Soße

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------------|------------------------------|---------------------|
| 2 Zwiebeln | 1 EL Öl | Curry |
| Salz | 300 g rote Linsen | 800 ml Gemüsebrühe |
| 2 Äpfel | 1 EL Butter | Zucker |
| 2 EL Sahne | ca. 500 ml Öl zum Frittieren | 6-8 Wan-Tan-Blätter |
| 10-12 Romanasalatblätter | | |

Die Zwiebeln schälen, eine fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Öl anschwitzen. Mit Curry und Salz würzen, die Linsen zugeben mit ca. 500 ml Gemüsebrühe auffüllen und die Linsen circa 15 Minuten kochen, bis sie sehr weich sind. Die Linsen abgießen, gut abtropfen lassen und in einem hohen Gefäß mit einem Pürierstab pürieren. Die Äpfel schälen, entkernen und in grobe Stücke schneiden, die restliche Zwiebel ebenfalls. Apfel- und Zwiebelstücke in einem Topf mit Butter anschwitzen, Salz und Zucker dazugeben, mit ca. 300 ml Gemüsebrühe auffüllen, köcheln lassen bis alles weich ist, pürieren und mit Sahne abschmecken. Öl in einen Topf geben, erhitzen und die Wan-Tan-Blätter einzeln kurz in dem Topf frittieren, auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen. Die Linsenmousse abschmecken, die Salatblätter waschen und trocknen. Wan-Tan-Blatt, Salatblatt und Linsemousse abwechselnd stapeln.

Tipp: Einige der gekochten Linsen und ein paar Apfelwürfel zurückhalten. Sie lassen sich gut als Garnitur für den Teller verwenden.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 07. Oktober

Steinpilz-Gnocchi

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------------|-----------------------------|----------------|
| 1 kg Kartoffeln, mehlig | 30 g Steinpilze, getrocknet | 2 Zwiebeln |
| 3 Zweige Rosmarin | 4 EL Butterschmalz | 3 Eigelb |
| Salz | 2 – 3 EL Kartoffelmehl | 1 Prise Muskat |
| 200 ml Hühnerbrühe | 100 ml Sahne | 300 g Spinat |
| 500 g frische Steinpilze | | |

Den Backofen vorheizen auf 220 Grad (Umluft 200 Grad, Gas Stufe 4). Die Kartoffeln waschen und ca. 45 Minuten im Backofen bei 220 Grad backen. Die getrockneten Steinpilze in wenig heißem Wasser einweichen. Eine Zwiebel schälen und fein hacken. Den Rosmarin abspülen, trocken schütteln, die Nadeln abzupfen und hacken. In einer Pfanne 1 EL Butterschmalz erhitzen, Zwiebeln und Rosmarin darin anbraten. Die Kartoffeln aus dem Ofen nehmen, das Kartoffelfleisch aus der Schale kratzen und durch eine Kartoffelpresse drücken. Die eingeweichten Steinpilze ausdrücken und mit dem Eigelb pürieren, unter die Kartoffelmasse mischen. Salz und die angebratenen Rosmarinzwiebeln zugeben und soviel Kartoffelmehl zugeben bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Daraus eine Rolle von ca. 1,5 cm Durchmesser formen, diese in ca. 1 cm lange Stücke zerteilen und jedes einzelne mit einer Gabel eindrücken. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Gnocchi darin braten. Die zweite Zwiebel schälen und in Butterschmalz anbraten, Salz und Muskat zugeben mit Brühe und Sahne ablöschen, kurz kochen lassen. Den rohen Spinat waschen, grob hacken und dazu geben. Alles pürieren. Mit Salz und Muskat abschmecken. Die frischen Steinpilze putzen und in etwas Butterschmalz braten. Gnocchi zusammen mit Spinatsoße und den Steinpilzen anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 06. Oktober 2009

Variationen vom Blumenkohl

Für 4 Personen

| | | |
|---------------------|------------------|-----------------------------|
| 1,5 kg Blumenkohl | 1 Zwiebel | 3 EL Butterschmalz |
| 150 ml Kokosmilch | 5 Blatt Gelatine | 1/2 Bund frischer Koriander |
| Salz | 1 Zitrone | 1 EL scharfer Senf |
| 3 EL Sonnenblumenöl | Pfeffer | 1 Bund Schnittlauch |

Blumenkohl putzen und in Röschen zerteilen. Zwiebel schälen und fein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Butterschmalz die Zwiebel anbraten, 400 g Blumenkohlröschen zugeben, mit anbraten und Kokosmilch angießen, bei kleiner Hitze weich dünsten. Dann den alles pürieren und durch ein Sieb passieren. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Koriander anspülen, trocken schütteln und fein hacken. Koriander unter das Blumenkohlpüree mischen und mit Salz abschmecken. Die ausgedrückte Gelatine im heißen Blumenkohlpüree auflösen. Dann die Masse in eine mit Frischhaltefolie ausgelegte Terrinenform füllen und abgedeckt im Kühlschrank erkalten lassen. 600 der Röschen in Salzwasser gar kochen. In der Zwischenzeit von der Zitrone den Saft auspressen und diesen mit Senf und Sonnenblumenöl zu einer Vinaigrette vermischen, diese mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gekochten Röschen abschütten und mit der Vinaigrette marinieren. Den restlichen Blumenkohl in sehr kleine Röschen zerteilen, salzen und in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz bei kleiner Hitze braten, bis sie weich sind. Schnittlauch in feine Ringe schneiden und unter den Blumenkohlsalat mischen, Salat nochmals abschmecken. Die Blumenkohlterrine aus der Form stürzen und in Scheiben schneiden. Blumenkohlterrine mit Salat und gebratenem Blumenkohl servieren. Dazu passen gebratene Garnelen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 25. Mai 2010

Waffeln mit Ziegenkäse und Feigen

Für 2 Personen

| | | |
|------------------|-------------------------|-----------------|
| 4 Feigen | 1 TL Speisestärke | 200 ml Rotwein |
| Zucker | 3 Eier | 1 Knoblauchzehe |
| 3 Zweige Thymian | ca. 200 ml Milch | 300 g Mehl |
| Salz | 250 g Ziegen-Frischkäse | |

Die Feigen schälen und halbieren. Stärke mit 1 EL Rotwein auflösen. Restlichen Rotwein in einen Topf geben, mit etwas Zucker süß abschmecken und aufkochen, dann mit der aufgelösten Stärke leicht abbinden. Die vorbereiteten Feigen in den Rotweinsud geben, 2-3 Minuten mitkochen lassen, dann den Topf vom Herd ziehen und die Feigen darin auskühlen lassen. Für die Waffeln die Eier trennen. Knoblauch schälen und fein hacken, Thymianblätter fein schneiden. Eigelb mit Milch und Mehl verrühren, mit Knoblauch, Thymianblätter und Salz abschmecken. Eiweiße steif schlagen und unter den Waffelteig ziehen. Im heißen Waffeleisen aus dem Teig nach und Waffeln ausbacken. Diese noch warm mit dem Ziegenkäse bestreichen und mit den Feigen servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 02. September

Zucchini-Blüte mit Ratatouille

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------|-------------------------|------------------|
| 2 Zwiebeln | 1 Aubergine | 1 Zucchini |
| 1 rote Paprika | 1 grüne Paprika | 5 EL Olivenöl |
| 2 Knoblauchzehen | 1 Zweig Thymian | 1 Lorbeerblatt |
| Salz, Pfeffer | 1 Prise Zucker | 2 Fleischtomaten |
| 1 Scheibe Toastbrot | 100 g Ziegen-Frischkäse | 1 Eigelb |
| 2 Zucchini Blüten | 1/2 Bund Basilikum | 50 g Pinienkerne |

Eine Zwiebel schälen und würfeln. Aubergine, Zucchini und Paprika ebenfalls würfeln. In einer großen Pfanne zwei Esslöffel Olivenöl erhitzen und das Gemüse anbraten. Die Knoblauchzehe andrücken und mitbraten, Thymian und Lorbeerblatt dazugeben, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Die Tomaten kreuzweise einschneiden, mit kochendem Wasser überbrühen, abziehen, entkernen und würfeln. Das Tomateninnere beiseite stellen. Wenn das Gemüse bissfest gegart ist, die Tomaten zugeben und nochmals abschmecken. In der Zwischenzeit eine Zwiebel schälen und fein würfeln. Das Toastbrot reiben. Zwiebelwürfel und Brösel in einer Pfanne etwas anbraten. Mit dem Ziegenkäse, dem Eigelb und dem Tomateninneren mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Mischung vorsichtig in die Zucchini Blüten füllen. Die gefüllten Blüten vorsichtig von allen Seiten in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anbraten. Basilikum mit dem restlichen Olivenöl, Salz, einer Knoblauchzehe und den Pinienkernen pürieren. Die Zucchini Blüten mit dem Ratatouille und dem Basilikumpesto anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 28. Juli 2009

Wild

Geschmorte Kaninchen-Keule mit Sommer-Beeren

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------------|---------------------------|-------------------------------|
| 2 Kaninchenkeulen | 100 g rote Johannisbeeren | 100 g schwarze Johannisbeeren |
| 100 g Himbeeren | 100 g Stachelbeeren | 2 Scheiben Toastbrot |
| 1 Schalotte | 2 EL Butter | Salz, Zucker |
| 1-2 TL scharfer Senf | 1 Ei | 4 Zweige Thymian |
| 2 TL grüne Pfefferkörner | 1 Zwiebel | 1 Knoblauchzehe |
| 2 EL Butterschmalz | 250 ml Hühnerbrühe | 1 Stange Lauch |
| Küchengarn | | |

Bei den Kaninchenkeulen den oberen Keulenknochen so herausnehmen, dass das Fleisch möglichst unverletzt bleibt. Beeren putzen. Toastbrot fein reiben oder cuttern. Schalotte schälen und fein schneiden, in einer Pfanne mit 1 TL Butter anschwitzen. Ca. 30 g Beeren und geriebenes Toastbrot zugeben, mit Salz, Zucker und Senf abschmecken. Das Ei verquirlen und soviel davon unter die Masse mischen bis diese schön feucht und klebrig ist, einige Thymianblätter und grüne Pfefferkörner zugeben. Den Hohlraum in der Keule, der durch das Auslösen des Knochens entstanden ist, ebenfalls würzen mit Senf bestreichen und mit der Beeren-Toastbrot-Masse füllen, mit Küchengarn zubinden. Zwiebel und Knoblauch schälen. Zwiebel in feine Ringe schneiden. Die Keulen in einem Schmortopf mit 2 EL Butterschmalz anbraten. Zwiebelringe, angeprügelte Knoblauchzehe und Thymian zugeben und mitbraten. Dann mit Hühnerbrühe ablöschen und ca. 20 Minuten zugedeckt weich schmoren. Immer mal wieder die Keulen wenden. Lauch putzen, waschen und in feine Ringe schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter weich dünsten, mit Salz und Zucker abschmecken. Die Keulen herausnehmen und im Backofen (bei ca. 50 Grad) warm stellen. Von den restlichen Beeren einige für die Dekoration zur Seite legen. Den Rest zum Schmorfond geben, kurz köcheln lassen damit die Beeren weich werden, ohne pürieren durch ein Sieb drücken, mit Salz und Zucker abschmecken. 1 TL kalte Butter unter die Soße montieren. In die fertige Soße die restlichen Beeren und einige grüne Pfefferkörner geben. Die Kaninchenkeulen aufschneiden, mit Thymianblätter bestreuen und mit Lauch und Soße servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 30. Juni 2009

Kaninchen mit Erdnüssen

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------|---------------|---------------------------|
| 2 Scheiben Toastbrot | 60 g Erdnüsse | 2 Kaninchenkeulen (250 g) |
| 3 EL Erdnussbutter | 2 Zwiebeln | Salz |
| 3 EL Butterschmalz | 1 EL Honig | 1 Lorbeerblatt |
| 1 Zweig Thymian | 20 ml Sherry | 350 ml Hühnerbrühe |
| 600 g Schwarzwurzeln | Pfeffer | |

Toastbrot im Cutter fein zerbröseln, die Erdnüsse aus der Schale pellen und hacken. Den unteren Knochen aus den beiden Kaninchenkeulen auslösen. Brotbrösel mit 1 EL Erdnussbutter und der Hälfte der gehackten Erdnüsse mischen und diese Masse in die ausgelösten Keulen füllen. Mit einem Zahnstocher verschließen. Zwiebeln schälen, davon eine in feine Ringe, die andere in feine Würfel schneiden. Die Keulen mit Salz würzen und in einem Schmortopf mit 2 EL Butterschmalz goldbraun von allen Seiten anbraten, die Zwiebelringe zugeben und mit anbraten. 1 EL Honig, Lorbeerblatt und Thymian zufügen und mit Sherry ablöschen. Ca. 200 ml Brühe angießen und zugedeckt ca. 20 Minuten die Keulen schmoren. Die Schwarzwurzeln schälen und in 5 cm lange Stücke schneiden und diese längs halbieren. Die Schwarzwurzeln mit den Zwiebelwürfeln in einem breiten Topf mit 1 EL Butter anbraten, soviel Gemüsebrühe zugeben, dass die Schwarzwurzeln zur Hälfte mit Flüssigkeit bedeckt sind und ca. 10 Minuten zugedeckt dünsten. Die Kaninchenkeulen aus dem Schmorfond nehmen. Lorbeerblatt und Thymian herausnehmen. 2 EL Erdnussbutter in die Soße geben und alles fein pürieren. Nach Belieben passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kaninchenkeulen mit den Schwarzwurzeln anrichten, die Soße angießen und mit restlichen gehackten Erdnüssen bestreuen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 2. Dezember

Kaninchen-Roulade

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------------------------|------------------------|---------------------------|
| 2 Kaninchenrücken mit Bauchlappen | 2 Zwiebeln | 3 Zweige Rosmarin |
| 30 g Walnusskerne | 300 g Blattspinat | 1 kleiner Hokkaidokürbi |
| 1 EL Olivenöl | ca. 150 ml Gemüsebrühe | 1 große Kartoffel, mehlig |
| 3 EL Butter | 1 TL Zucker | 150 g Hähnchenbrustfilet |
| 100 ml Sahne | Salz, Pfeffer | 1 EL Butterschmalz |
| 150 ml Hühnerbrühe | | |

Die beiden Kaninchenrücken so auslösen dass der Bauchlappen an einem Rückenfilet bleibt das andere Rückenfilet ganz auslösen, alles parieren. Zwiebeln schälen und fein schneiden. Rosmarin und Walnüsse fein hacken. Spinat putzen und abtropfen lassen. Kürbis abwaschen, halbieren, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch grob würfeln. In einem Topf mit 1 EL Olivenöl die Hälfte der Zwiebeln anschwitzen, Kürbis zugeben und mit Gemüsebrühe aufgießen. Die Kartoffel schälen, würfeln und zum Kürbis geben. Zugedeckt weich dünsten. In einer Pfanne mit 1 EL Butter restliche Zwiebeln anschwitzen, Rosmarin und Walnüsse zugebe, mit 1 TL Zucker bestreuen und diesen leicht karamellisieren lassen. Den Backofen auf 190 Grad (Umluft 170 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Hähnchenbrustfilet in grobe Stücke schneiden und in einem Cutter mit Sahne und einer Prise Salz zu einer Farce pürieren. Den Kaninchenrücken mit Bauchlappen salzen, etwas Farce darauf streichen. 2/3 vom Zwiebel-Nuss-Gemisch darauf streuen, ein paar Spinatblätter drauflegen wieder mit Farce bestreichen und den ganz ausgelösten Kaninchenrücken darauf legen und einrollen. Mit Küchengarn binden. Roulade mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne (mit hitzestabilem Griff) mit 1 EL Butterschmalz rundherum goldbraun braten, dann im heißen Backofen ca. 10 Minuten garen. Wenn die Roulade gar ist, das Fleisch aus der Pfanne nehmen und den Bratenansatz mit Hühnerbrühe ablöschen, kurz aufkochen und mit 1 EL kalter Butter binden, mit dem restlichen Zwiebel-Walnuss-Gemisch abschmecken. Weich gekochten Kürbis und Kartoffeln mit einem Pürierstab zu Püree mixen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Spinat in einer Pfanne mit 1 EL Butter zusammenfallen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Roulade aufschneiden, mit der Soße anrichten und Spinat und Kartoffel-Kürbis-Püree dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 13. Oktober 2009

Pochierter Reh-Rücken mit Kürbis-Pfannkuchen

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------------|--------------------------------|---------------|
| 1 Hokaidokürbis ca. 600 g | ca. 500 g Rehrücken, ausgelöst | Salz |
| 250 ml Hühnerbrühe | 1 Lorbeerblatt | 2 – 3 EL Mehl |
| ca. 100 ml Milch | 2 Eier | Majoran |
| 2 EL Butter | 2 EL Kürbiskerne | Kürbiskernöl |

Den Kürbis durchschneiden, Kerne herauskratzen und im Backofen 45 Minuten bei 180 Grad backen. Vom Rehrücken alle Sehnen und Häute entfernen, salzen und mit Brühe und Lorbeerblatt in einen kochgeeigneten Gefrierbeutel füllen und mit einem Folien-Schweißgerät zuschweißen bzw. vakuumieren. In einem Topf Wasser auf 65 Grad erhitzen und die Temperatur möglichst konstant halten. Vorher mit einem Bratenthermometer die Temperatur kontrollieren und ausprobieren, wo auf dem Herd die Temperatur möglichst konstant bleibt. Die Beutel einlegen und 12 Minuten pochieren. Das mittlerweile weiche Kürbisfleisch pürieren, mit Mehl, Milch und Eiern mischen bis ein Pfannkuchenteig entsteht. Mit Salz und Majoran abschmecken. Butter in einer Pfanne erhitzen und kleine Kürbispfannkuchen backen. Den Rehrücken aus dem Beutel nehmen, die Flüssigkeit mit kalter Butter montieren. Alles zusammen servieren und mit Kürbiskernen und dem Öl garnieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 24. November 2009

Reh-Filet Wellington

Für 4 Personen

| | | |
|---------------------------|-----------------------------|----------------------------|
| 1 Zwiebel | 200 g gemischte Speisepilze | 1 Bund Schnittlauch |
| 2 Zweige frischer Majoran | 10 Walnusskernhälften | 600 g Rehrücken, ausgelöst |
| Salz | 1 Prise Zimt | 3 EL Butterschmalz |
| Pfeffer | 300 g Blätterteig | 80 g gekochter Schinken |
| 2 EL Butter, flüssig | 1 kg Schwarzwurzeln | 80 ml Gemüsebrühe |
| 1 EL Kartoffelstärke | 150 ml Sahne | |

Den Backofen auf 180 Grad, Umluft 170 Grad, Gas Stufe3) vorheizen. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Pilze putzen und fein hacken. Schnittlauch und Majoran abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Walnüsse fein hacken. Vom Rehrücken von allen Sehnen und Häute entfernen. Dann den Rücken mit Salz und einer Prise Zimt würzen. In einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz kurz von allen Seiten braten. Dann aus der Pfanne nehmen. Pilze in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen, die Hälfte der fein geschnittenen Zwiebel zugeben und mit anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Majoran, die Hälfte vom Schnittlauch und Walnüsse daruntermischen. Den Blätterteig dünn ausrollen, mit den Schinkenscheiben belegen und darauf die Pilzmasse verteilen. Den Rehrückend darauf legen und in den Teig einpacken. Den eingepackten Rehrücken auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und die Teigoberfläche mit flüssiger Butter bestreichen. Im vorgeheizten Ofen den Rehrücken ca. 15 Minuten rosa garen. (Wer das Fleisch mehr durchgebraten haben möchte, etwas länger im Ofen lassen). In der Zwischenzeit die Schwarzwurzeln schälen, in ca. 10 cm lange Stücke schneiden und diese nochmals der Länge nach halbieren. Die restlichen Zwiebeln in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen, Schwarzwurzeln zugeben. Mit Salz würzen und ca. 80 ml Gemüsebrühe angießen. Die Schwarzwurzeln ca. 10 Minuten lang weich dünsten. Sahne mit Stärke verrühren unter die Schwarzwurzeln mischen und aufkochen lassen. Rest fein geschnittenen Schnittlauch untermischen und abschmecken. Rehrücken im Blätterteig aufschneiden und anrichten. Dazu die Schwarzwurzeln servieren.

Tipp: Wenn das Fleisch im Blätterteig verpackt ist, lässt es sich gut einen Tag im Kühlschrank aufbewahren, bevor es im gebacken wird. Das minimiert den Stress vor dem Weihnachtsfest.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 15. Dezember 2009

Reh-Geschnetzeltes mit Brombeeren

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------|-----------------------|--------------------|
| 300 g Rehfleisch | 1 Bund Salbei | 1 rote Zwiebel |
| 200 g Pfifferlinge | Salz | 1 EL Butterschmalz |
| 200 g Brombeeren | 1-2 EL brauner Zucker | 3 EL Butter |
| 1/4 l Hühnerbrühe | | |

Für den Nussbrioche:

| | | |
|--------------------|--------------|-------------|
| 120 g Mehl | 1 Prise Salz | 1 Ei |
| 30 g weiche Butter | 15 g Hefe | 25 ml Milch |
| 50 g Nussmischung | | |

Das Rehfleisch gut parieren und in ca. 5 mm dicke Scheibchen schneiden. Den Salbei waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die Zwiebel schälen und in halbe Ringe schneiden, die Pilze putzen. Das Fleisch mit Salz würzen und in einer heißen Pfanne mit Butterschmalz scharf anbraten, herausnehmen und warm stellen. Die Brombeeren in der gleichen Pfanne anbraten, mit Zucker karamellisieren und ebenfalls warm stellen. Die Pilze in einer Pfanne mit 2 EL Butter anbraten, dann den Salbei und die Zwiebel zugeben, mit Salz und Zucker würzen, mit Hühnerbrühe ablöschen und um etwa die Hälfte einkochen lassen. 1 EL kalte Butter einrühren und die Soße damit binden. Fleisch und Brombeeren in die Soße geben, durchschwenken und servieren. Dazu passt eine Nussbrioche. Für den Brioche Mehl, 1 Prise Salz, Ei und weiche Butter in eine Schüssel geben. Hefe in der Milch auflösen, zum Mehl geben und zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen. Nussmischung fein hacken und unter den Teig mischen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Aus dem Teig vier kleine Brote formen. Diese auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und im Ofen ca. 15 Minuten backen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 08. September 2009

Reh-Rücken mit Zimt und Pastinaken-Gemüse

Für 2 Personen

| | | |
|------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 3 Schalotten | 3 Scheiben Toastbrot | 2 Zweige Thymian |
| 3 EL Butterschmalz | Zimt | Salz |
| 100 g weiche Butter | 400 g Pastinaken | 300 g ausgelöster Rehrücken |
| ca. 100 ml Gemüsebrühe | 3 Stängel glatte Petersilie | |

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Schalotten schälen und fein schneidend. Toastbrot in einem Cutter zu Bröseln zermahlen. Thymianblätter vom Zeig abstreifen. 2/3 der Schalotten in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Mit Zimt, Salz und Thymian würzen. Aus der Pfanne nehmen, mit den Brotbröseln und der weichen Butter zu einer Gratiniermasse vermischen. Pastinaken schälen und in 5 cm lange und ca. 5 mm starke Stifte schneiden. Den Rehrücken mit Salz und Zimt würzen. In einer Pfanne (mit hitzestabilem Griff) mit 1 EL Butterschmalz von allen Seiten anbraten. Mit der Gratiniermasse bestreichen und dann im Ofen ca. 7-8 Minuten rosa braten. In einem Topf mit 1 EL Butterschmalz restliche Schalotte anschwitzen, Pastinake zugeben, Gemüsebrühe angießen und weich dämpfen. Petersilie fein hacken. Unter das weiche Gemüse mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Herausnehmen, kurz ruhen lassen und aufschneiden. Mit dem Pastinakengemüse servieren. Dazu passt auch gut Kartoffel-Püree.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 28. Oktober

Wachteln mit Honig gebraten und Zimt-Couscous

Für 2 Personen

| | | |
|-----------------|--------------------|-----------------------|
| 4 Wachteln | 4 EL Butterschmalz | 2 rote Zwiebeln |
| 1 l Hühnerbrühe | 2 Lauchzwiebeln | 2 Zimtstangen |
| 150 g Couscous | 50 g Rosinen | 50 g Mandeln, gehackt |
| Salz, Pfeffer | 1 Granatapfel | 2 EL Butter |
| 1 EL Honig | 3 Zweige Thymian | |

Von den Wachteln Brüste und Keulen auslösen. Die Karkassen mit 1 EL Butterschmalz in einem Topf anbraten. Zwiebeln schälen, würfeln, die Hälfte zugeben und mit 700 ml Hühnerbrühe ablöschen, ca. 30 Minuten kochen lassen. Lauchzwiebeln putzen und fein schneiden. Die restlichen Zwiebeln in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen, 300 ml Hühnerbrühe angießen, Zimtstangen zugeben und aufkochen lassen. Den Couscous einrühren und bei kleiner Hitze und häufigem Umrühren quellen lassen. Lauchzwiebeln Rosinen und gehackte Mandeln zugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Granatapfel entkernen, die Hälfte der Kerne zu den kochenden Wachtelknochen geben. Wachtelkeule und -brüste in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz zuerst auf der Hautseite ca. drei Minuten goldbraun braten, dann umdrehen und fertig garen. Fleischstücke aus der Pfanne nehmen, das Fett aus der Pfanne abgießen. In der Pfanne 1 EL Butter, 1 EL Honig und Thymianzweige schwenken und kurz heiß werden lassen. Die Wachtelteile darin wenden. Die Wachtelbrühe passieren, ca. 200 ml davon in einen Topf geben, aufkochen, mit 1 EL kalter Butter montieren und abschmecken. Die restlichen Granatapfelkerne zugeben. Wachtel mit Couscous und der Soße anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 21. Dezember 2010

Wildschwein in Brombeer-Soße

Für 4 Personen

| | | |
|-------------------------|------------------|---------------------|
| 200 g Mehl | 2 Eier | ca. 300 ml Milch |
| 3 Zweige Rosmarin | 250 g Brombeeren | 5 EL Butter |
| 600 g Wildschweinrücken | Salz | 2 EL Butterschmalz |
| 100 g Hühnerbrust | 100 g Sahne | 1 Eiweiß |
| 2 Köpfe Romanesco | 1 Zwiebel | 2 EL braunen Zucker |
| 1l Hühnerbrühe | | |

Den Backofen auf 150 Grad vorheizen. Aus Mehl, Eiern und Milch einen Pfannkuchenteig herstellen und eine halbe Stunde quellen lassen. Einen Zweig Rosmarin feinhacken, einige Brombeeren mit der Gabel zerdrücken und beides unter den Teig geben. In einer Pfanne mit jeweils 1 TL Butter nach und nach vier dünne Pfannkuchen backen. Wildschweinrücken ausparieren, in 4 Stücke schneiden, salzen und von beiden Seiten in 1 EL Butterschmalz scharf anbraten und aus der Pfanne nehmen. Fleischabschnitte, Hühnerbrust, Sahne, eine Prise Salz und ein Eiweiß in sehr kaltem Zustand zu einer Farce pürieren oder cuttern. Pfannkuchen mit der Farce bestreichen, die Wildschweinrücken darauflegen und einschlagen, in einer Pfanne (mit hitzestabilem Griff) mit 1 EL Butterschmalz rundherum einmal anbraten und im Backofen bei 150 Grad in 15 Minuten fertig garen. Romanesco putzen, in Röschen teilen, in Salzwasser bissfest kochen, anschließend abschütten. Für die Soße die Zwiebeln schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Brombeeren zugeben, wenn alles angebraten ist mit reichlich braunem Zucker karamellisieren. Brühe angießen, 2 Rosmarinzwige dazugeben und um ca. die Hälfte reduzieren, passieren, mit 2 EL Butter montieren, falls nötig mit Stärke binden. Wildschwein mit der Soße und dem Romanesco anrichten.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 21. September 2010

Wildschwein-Schnitzel mit Lebkuchen-Panade

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------------|----------------------------------|-----------------|
| 1 kg Rosenkohl | 4 EL Butter | Salz, Pfeffer |
| 80 ml Gemüsebrühe | 200 g gegarte, geschälte Maronen | 2 EL Mehl |
| 600 g Wildschweinfleisch | 150 g Lebkuchen (ohne Glasur) | 2 Eier |
| 1 kleine Zwiebel | 3 EL Hagebuttenmark | 300 ml Wildfond |
| 3 EL Butterschmalz | | |

Den Rosenkohl waschen, putzen und vierteln. In einer tiefen Pfanne mit 2 EL Butter die Rosenkohlviertel bei mäßiger Hitze ca. 8-10 Minuten braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Falls es zu trocken wird, ca. 80 ml Gemüsebrühe zugeben. Kurz vor Ende der Garzeit die Maronen zugeben und erwärmen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 2-3) vorheizen. Die Lebkuchen in einen Gefrierbeutel geben und mit einem Plattireisen oder einem Nudelholz darauf klopfen, dass er zerkrümelt. Das Fleisch in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden. Mit etwas Salz würzen, in Mehl wenden, durchs verquirlte Ei ziehen und in den Lebkuchenbröseln panieren. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Zwiebelwürfel anbraten, ca. 2 EL der Lebkuchenbrösel, 3 EL Hagebuttenmark zugeben und mit Wildfond ablöschen. Die Flüssigkeit um etwa die Hälfte einkochen. In einer backofengeeigneten Pfanne die Schnitzel in Butterschmalz von beiden Seiten ca. 2 Minuten braten und dann im Ofen noch 3 Minuten nachgaren. Die Soße pürieren, durch ein Sieb passieren, mit 1 EL Butter binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Schnitzel mit dem Rosenkohl anrichten und die Soße angießen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 22. Dezember 2009

Wurst-Schinken

Calzone mit Ricotta und Schinken

Für 2 Personen

| | | |
|-------------------|-------------------------------|-----------|
| 270 g Mehl | 3 EL Olivenöl | 15 g Hefe |
| 3 Stängel Thymian | 100 g frischer Spinat | 1 Zwiebel |
| 1 Bund Bärlauch | 300 g Ricotta | 1 Eigelb |
| Salz, Pfeffer | 2 Scheiben gekochter Schinken | |

250 g Mehl, 2 EL Olivenöl und 1 Prise Salz in eine Schüssel geben. Hefe in ca. 1/8 l lauwarmen Wasser auflösen, dazugeben und alles zu einem Teig verkneten. (Evtl. lauwarmes Wasser zugeben, bis der Teig geschmeidig ist.) Thymian waschen, abtropfen lassen, gut trocknen, zupfen, klein hacken und mit unter den Teig geben. Den Teig zugedeckt circa eine halbe Stunde gehen lassen. Den Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen. Die Zwiebel schälen, fein hacken, in einem Topf mit etwas Olivenöl anbraten, den Spinat zugeben, zusammenfallen lassen, auf ein Sieb geben und gut abtropfen lassen. Bärlauch waschen, abtropfen lassen, fein hacken und zu dem Spinat geben. Den Ricotta, falls nötig auch abtropfen lassen, mit Eigelb mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Teig in 2 Portionen aufteilen, diese jeweils auf einer bemehlten Fläche rund ausrollen und auf die eine Hälfte des Teiges jeweils 1 Schinkenscheibe legen (dabei ca. 2 cm Rand freilassen), Ricotta-Füllung darüber geben, die freie Hälfte umklappen, die Ränder festdrücken, mit Olivenöl bestreichen und 10 Minuten bei ca. 240 Grad backen. Dazu passt gut ein Tomatensalat mit Oliven, Zwiebeln, Basilikum und Olivenöl.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 13. Mai 2008

Herzhafter Gugelhupf

Für 6 Personen

| | | |
|--------------|------------------------|-----------------|
| 4-5 Eier | 250 g Butter | 500 g Mehl |
| 250 ml Milch | 1 TL Backpulver | Salz |
| 1 Zwiebel | 50 g Speck, geräuchert | 5 Salbeiblätter |
| 150 g Gouda | Fett | Mehl |

Eier, Butter, Mehl, Milch, Backpulver und eine Prise Salz zu einem Teig verrühren. Die Zwiebel schälen, fein schneiden, den Speck in Würfel schneiden und den Salbei waschen, trocknen und fein hacken. Zwiebeln, Speck und Salbei in einer Pfanne anbraten. Den Käse reiben und mit der Speck-Zwiebelmasse unter den Teig mischen. Die Gugelhupfform einfetten, mehlen, den Teig hineingeben und 30 Minuten bei circa 200 Grad (Umluft: 180 Grad/ Gasherd: Stufe 3) backen. Dazu passt gut Tomatensalat.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 15. April 2008

Kartoffel-Buchteln mit gebratenem Käse und Speck

Für 6 Personen

| | | |
|-----------------------------|-----------------|-----------------------|
| 160 g Kartoffeln | 250 ml Milch | 1 Würfel Hefe, frisch |
| 1 EL Zucker | 250 g Mehl | 1 Eigelb |
| 25 g Butter | Salz | Mehl zum Arbeiten |
| 1 Zwiebel | 1 Bund Rosmarin | 1 EL Butter |
| 10-15 Datteln | 250 g Bergkäse | 1 Bund Salbei |
| 10-15 Scheiben Räucherspeck | | |

Die Kartoffeln schälen und kochen. Einen Teil der Milch erwärmen und die Hefe und den Zucker darin auflösen. Kartoffeln etwas ausdampfen lassen und durch eine Presse drücken. Mit dem Mehl, übriger Milch und angerührter Hefe vermischen und mit Eigelb, Butter und einer Prise Salz zu einem Teig verkneten. Diesen abgedeckt ca. 1/2 Stunde gehen lassen. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3). Die Zwiebel schälen und würfeln, den Rosmarin hacken. In einer Pfanne die Butter erhitzen und die Zwiebel und den Rosmarin darin anbraten. Die Datteln entsteinen und fein hacken. Alles zu dem Teig geben, nochmals durchkneten und abschmecken. Aus dem Teig Kugeln von zirka 3 cm Durchmesser formen und diese in eine gefettete Form setzen. Bei 180 Grad zirka 20 Minuten backen. Kurz auskühlen lassen und die Buchteln auseinander nehmen. Den Käse in mundgerechte Stücke schneiden, ein Salbeiblatt darauf legen und mit jeweils einer Scheibe Speck umwickeln und in einer heißen Pfanne rasch kross backen. Mit einem Spieß (hübsch sind auch die Rosmarinstängel dafür, wenn oben noch einige Rosmarinnadeln dran sind) jeweils ein Käsestück auf einer Buchtel befestigen.

Jacqueline Amirfallah und Vincent Klink Sonntag, 28. Juni 2009

Kartoffel-Sandwich

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------|--------------------|---------------------------|
| 650 g Kartoffeln | 4 Eier | 50 g Butter |
| 100g Crème-fraîche | Salz | 1 Prise Muskat |
| 50 g Speck | 1 Zwiebel | 1/2 Bund frischer Majoran |
| 50 ml Sahne | 1 TL Butterschmalz | Pfeffer |

Kartoffeln schälen, in Salzwasser weich kochen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 2-3) vorheizen. Eier trennen. Kartoffeln abschütten, wieder in den Topf geben und auf der heißen Herdplatte kurz ausdampfen lassen. 3/4 der Kartoffeln noch warm durch die Presse drücken, Butter, Crème-fraîche und Eigelb zugeben mit Salz und Muskat abschmecken. Eiweiße steif schlagen und unter den Kartoffelteig ziehen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech die Kartoffelmasse ca. 1,5 cm hoch aufstreichen und im Ofen ca. 12-15 Minuten backen. Speck in feine Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und fein schneiden. Majoran fein hacken, die Sahne erwärmen. In einer Pfanne mit 1 TL Butterschmalz Zwiebeln und Speck anschwitzen. Restliche Kartoffeln ebenfalls durch die Presse drücken und mit der Zwiebel-Speckmischung, gehacktem Majoran und der erwärmten Sahne mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kartoffelkuchen aus dem Ofen nehmen in zwei gleichgroße Teile schneiden, einen mit der Kartoffelmasse bestreichen und den Anderen darauf klappen, festdrücken und in Vierecke schneiden. Dazu passt sehr gut frischer Blattsalat.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 16. September

Käse-Schinken-Doppeldecker mit Ricotta und Kräutern

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------------|---------------------------|---------------|
| 8 Scheiben Kastenweißbrot | ca. 4 EL Butter | Meersalz |
| 200 g Ricotta | 1 Bund gemischte Kräuter | 1 Tomate |
| 1/2 Kopfsalat | 6 Scheiben Parma-Schinken | 3 EL Olivenöl |
| 1 EL weißer Balsamico | 1 TL Senf | Pfeffer |

Die Brotscheiben entrinden und von beiden Seiten mit Butter bestreichen, mit Meersalz bestreuen. Die Brotscheiben auf einer Seite mit Ricotta bestreichen. Kräuter abspülen, trocken schütteln, abzupfen und fein hacken. Tomate halbieren, entkernen und in sehr feine Scheiben schneiden. Salat putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Die Hälfte der Brotscheiben nach Geschmack mit Kräutern, Schinken, Tomate und/oder etwas Salat belegen. Die übrigen mit Ricotta bestrichenen Brotseiten darauf klappen und fest drücken, vor allem die Ränder. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Brote von beiden Seiten goldbraun braten. Aus Öl, Essig, Senf, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette mischen. Den Salat mit der Vinaigrette anmachen. Etwas Salat auf Tellern anrichten, die Brote dazu geben. Es gibt verschiedene Möglichkeiten zum Füllen der Brote. Lecker ist auch eine Füllung aus Mozzarellascheiben und Rucola. Wer es etwas würziger mag, verwendet beispielsweise Gouda.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 4. Mai 2010

Retro-Vorspeisen-Platte

Für 4 Personen

Für die Mayonnaise:

| | | |
|-------------|---------------|---------------------------|
| 2 Eigelb | 3 TL Senf | ca. 300 ml Sonnenblumenöl |
| 1/2 Zitrone | Salz, Pfeffer | |

Für die Vorspeisen:

| | | |
|-----------------------------|----------------------------|--------------------------|
| 1 Orange, unbehandelt | 250 g kernlose Weintrauben | 300 g Gouda |
| 1/2 Bund Schnittlauch | 250 g Frischkäse | Salz, Pfeffer |
| Paprikapulver | 12 Salzcracker | 8 Sch gekochter Schinken |
| 8 Stangen gekochter Spargel | 100 g Fleischwurst | 50 g Cornichons |
| 8 Tomaten | 4 Eier | scharfer Senf |
| 10 g Gemüsemeerrettich | 8 große Salamischeiben | |

Für die Dekoration:

| | | |
|--------------------------|-------------------------------|-------------------|
| 1 Bund krause Petersilie | 1 Glas Maiskölbchen | 1 Bund Radieschen |
| 1 kl. Glas Mandarinen | 1 kl. Glas Oliven mit Paprika | 8 kleine Tomaten |
| 1 kl. Dose Ananas | Bunte Plastikspieße | |

Mayonnaise:

Eigelb und Senf mit dem Schneebesen verrühren und tropfenweise Öl dazumischen. Dabei immer weiterschlagen bis eine dickliche Crème entsteht, Zitronensaft ebenfalls tropfenweise unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp: Eigelb und Öl sollten Zimmertemperatur haben, damit die Mayonnaise nicht gerinnt.

Käseigel:

Die Orange halbieren und die Weintrauben waschen und abtropfen lassen. Den Gouda in ca. 1,5 x 1,5 cm große Würfel schneiden, diese mit den Weintrauben belegen und auf der Orange festspießen.

Tipp: Alternativ kann man auch ein halbes Brot - mit Alufolie umwickelt - als Korpus für den Käseigel verwenden. Käsekugeln:

Schnittlauch klein schneiden und mit 150 g Frischkäse glatt rühren, mit Salz und Pfeffer würzen, in Kugeln formen, in Paprikapulver rollen und die Käsekugeln auf die Cracker setzen. Spargel-Schinkenröllchen:

Jeweils eine Scheibe gekochten Schinken mit Mayonnaise bestreichen, eine Stange Spargel darin einwickeln und nach Belieben mit Mayonaisedupfen und Petersilie verzieren. Gefüllte Tomaten: Fleischwurst und saure Gurken würfeln, mit ca. 5 EL Mayonnaise vermischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Tomaten waschen, unten für einen besseren Stand etwas begradigen, oben einen Deckel abschneiden, das Innere aushöhlen und in den Rand ein Zick-Zack-Muster schneiden. Die Tomatenhälften mit Fleischsalat füllen und jeweils mit einer halbierten Olive belegen. Gefüllte Eier:

Die Eier hart kochen, schälen, halbieren, das Eigelb herausnehmen und mit ca. 4 EL Mayonnaise, 1 TL Senf und etwas Salz, Pfeffer verrühren. Die Masse in einen Spritzbeutel (mit Sterntülle) geben und in die Eierhälften spritzen. Salamitüte:

100 g Frischkäse mit 1 EL Gemüsemeerrettich verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und aus jeweils einer Salamischeibe eine Tüte drehen. Diese mit der Meerrettich-Mischung füllen und nach Belieben mit Petersilie oder Oliven garnieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 01. April 2008

Salat von frischem, gebratenem Endivie und Kochschinken

Für 2 Personen

| | | |
|----------------------|-----------------------|-------------------------|
| 1 Endivien-Salat | Salzwasser | 50 g gekochter Schinken |
| 2 hart gekochte Eier | 1/2 Bund Schnittlauch | 1 Eigelb |
| 1 TL Senf | ca. 180 ml Olivenöl | 1 Spritzer Zitronensaft |
| Pfeffer | 2 EL gehackte Mandeln | 1 EL Weißweinessig |

Den Salat in einzelne Blätter trennen, waschen und gut trocken schütteln. 2 große Blätter zur Seite legen in einem Topf mit Salzwasser blanchieren, herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die übrigen äußeren grünen Blätter in feine Streifen schneiden. Die hellen inneren Blätter in Stücke zupfen. Den Schinken in feine Streifen schneiden. Die gekochten Eier schälen, eines davon fein hacken, das andere in Scheiben schneiden. Schnittlauch fein schneiden. Eigelb mit Senf vermischen, mit dem Schneebesen nach und nach ca. 150 ml Olivenöl unterrühren und zu einer Mayonnaise aufschlagen, mit Zitronensaft, Pfeffer und Salz würzen. Die grünen Salatstreifen in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anbraten. Salatstreifen mit Schinken, gehacktem Ei, Schnittlauch und der Mayonnaise mischen. Die Masse auf die beiden blanchierten Salatblätter geben und aufrollen. Mandeln in einer Pfanne ohne Fett anrösten. 2 EL Olivenöl mit Essig vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die gezupften Salatblätter damit marinieren und anrichten. Die Röllchen darauf geben, mit Mandeln bestreuen und die Eierscheiben dazu geben.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 23. Dezember

Zwiebel-Strudel mit Karotten-Salat

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------|----------------------|------------------|
| 250 g Mehl | 1 Ei | 2 EL Butter |
| Salz | 2 Scheiben Toastbrot | 3 Gemüsezwiebeln |
| 50 g Schinkenspeck | 1 EL Butterschmalz | Salz, Pfeffer |
| 3 Karotten | 1 Zitrone | 2 EL Olivenöl |
| Zucker | | |

Aus Mehl, Ei, 1 EL wiecher Butter, 1 Prise Salz und etwas lauwarmen Wasser (ca. 50 ml) einen Strudelteig herstellen. Diesen 30 Minuten in Frischhaltefolie verpackt ruhen lassen. Den Backofen auf 220 Grad (Umluft 200 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Das Toastbrot reiben. Zwiebeln schälen und in halbe Ringe schneiden. Den Speck würfeln. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und Zwiebeln und Speck darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Strudelteig ausrollen, die Zwiebel-Speck-Mischung darauf geben, mit den Toastbrotbröseln bestreuen. Den Strudel aufwickeln und ca. 15 Minuten goldbraun backen. Die Möhren schälen und auf einer groben Reibe raspeln. Die Zitrone auspressen. Zitronensaft mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und etwas Zucker mischen, über die Karotten geben, gut durchmischen und 10 Minuten ziehen lassen. Den Strudel aufschneiden und mit dem Karottensalat servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 19. Januar 2010

Index

- Apfelmus, 84
Artischocke, 9
Aubergine, 6, 42, 81, 96
Avocado, 18
- Bällchen, 39, 41, 42
Bauch, 68
Blumenkohl, 6, 28, 40, 95
Bohnen, 12, 36
Braten, 63
Bratklops, 36, 39, 43
Brokkoli, 28
Brust, 63
- Calzone, 108
Carpaccio, 62
Chicoree, 58
Couscous, 40, 43, 104
Crêpe, 4
Curry, 83, 94
- Doraden-Filet, 6, 15, 16
- Eier, 84–86, 88, 89, 92, 95
Eintopf, 73
Enten-Brust, 23, 24
Erbsen, 30, 48, 78, 79, 90, 93
- Falafel, 78, 79
Fenchel, 58
Filet, 49, 55, 62
Fisch, 74
Fleisch, 50, 52, 54, 70, 73, 74
Forellen-Filet, 17
Frikassee, 27
Frischkäse, 89, 95, 96
- Gans, 24, 30
Garnelen, 59, 60, 73, 74
Gazpacho, 70
Geflügel, 46, 71–75
Gnocchi, 85, 94
Grünkohl, 68
Graupen, 74
- Gurke, 7, 9, 31, 40, 70, 78
- Hähnchen, 25, 32
Hähnchen-Brust, 25–29, 31
Hähnchen-Curry, 31
Hähnchen-Schenkel, 22, 29
Hühner-Brust, 23, 24, 31, 33
- Käse, 90, 93
Kürbis, 28, 85, 101
Kabeljau-Filet, 10
Kalb, 38, 39
Kaninchen, 98, 99
Kaninchen-Rücken, 100
Kartoffel, 84, 85, 94
Kartoffeln, 2, 73, 74
Kaviar, 12
Keule, 54, 55
Klops, 40
Kohlrabi, 30
Kräuter, 71, 72
Krabben, 60
Kuchen, 86
- Lachs-Filet, 7, 8, 13
Lachs-Forelle, 9
Lachs-Tatar, 13
Lamm, 37, 38, 40, 41
Lauch, 8, 22, 23, 28, 36, 39, 41–43, 46, 54, 59, 60, 71, 73, 75, 81, 87, 104
Linsen, 13, 14, 23, 83, 89, 94
- Möhren, 11, 17, 19, 23, 29, 30, 36, 48, 50, 54, 60, 68, 71–75, 83, 87, 89, 112
Maronen, 28, 30, 91, 106
Matjes, 15
Moussaka, 42
Mozzarella, 82
- Nacken, 68
Nudeln, 2, 8, 17, 60, 68, 72, 83, 86, 89, 91, 93
- Paprika, 6, 37, 38, 40, 52, 70, 73, 82, 96

Pastinaken, 2, 8, 28, 83, 103
 Pilze, 23, 25, 27, 29, 46, 52, 62, 75, 86, 87,
 94, 102, 103
 Polenta, 27, 32

 Räucherfisch, 8, 14, 16, 18
 Rüben, 63, 82
 Rücken, 48–50, 56
 Radieschen, 111
 Ragout, 50, 89, 91
 Ratatouille, 96
 Ravioli, 89
 Reh-Filet, 102
 Reh-Geschnetzeltes, 103
 Reh-Rücken, 101–103
 Reis, 13, 16, 26, 27, 39, 42, 73, 87, 89, 90
 Rettich, 51, 111
 Riesen-Garnelen, 58
 Rinder-Hack, 38, 39, 42, 43
 Romanesco, 105
 Rosenkohl, 91, 106
 Rote-Bete, 15, 17, 30, 51
 Rotkraut, 24

 Salami, 111
 Salat, 110, 112
 Sauerampfer, 74
 Sauerkraut, 10, 74
 Schafskäse, 79–81, 92
 Schinken, 73, 108, 110–112
 Schnitzel, 52, 56
 Schoten, 6, 31, 60
 Schwarzwurzeln, 93, 99, 102
 Schwein, 36, 41
 Seeteufel, 17
 Sellerie, 17, 50, 54, 60, 63, 73, 83, 88
 Spätzle, 84
 Spaghetti, 80, 93
 Spargel, 12, 30, 33, 51, 66, 75, 81, 111
 Speck, 73, 74, 108, 109, 112
 Spinat, 37, 85, 94, 100, 108
 Spitzkohl, 28, 49
 Steak, 48–51
 Steckrübe, 63, 72, 82
 Strudel, 87
 Stubenküken, 30

 Tafelspitz, 51
 Tatar, 9, 13, 15, 62, 82
 Teig-Taschen, 89
 Tintenfische, 58

 Vegan, 81

 Wachteln, 104
 Waffel, 95
 Wan-Tan, 75
 Wild, 101–103
 Wildschwein, 105, 106
 Wurst, 73

 Zander-Filet, 9, 11, 19
 Ziegenkäse, 89, 95, 96
 Zucchini, 80–82, 90, 96