

**Kochrezepte  
aus Fernsehen oder Internet**

**Jacqueline Amirfallah**

**2011 - 2012**

**110 Rezepte**

---

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

# Inhalt

<b>Beilagen</b>	<b>1</b>
Kartoffel-Mousse . . . . .	2
Kartoffel-Panachée . . . . .	2
Walnuss-Möhren-Reis . . . . .	2
<b>Dessert</b>	<b>3</b>
Apfel-Tiramisu im Glas . . . . .	4
Beeren-Grütze mit Mascarpone-Creme . . . . .	4
Joghurt-Mousse mit Brombeeren . . . . .	5
Schokoladen-Mousse mit Vanille-Hippe . . . . .	5
<b>Fisch</b>	<b>7</b>
Blumenkohl mit Kapern-Mayonnaise, Sardellen und Fisch . . . . .	8
Bouillabaisse vom Knurrhahn mit Sauce Rouille . . . . .	9
Forelle mit Gurken-Salat und Dill-Joghurt . . . . .	10
Gefüllte Wein-Blätter mit Linsen und Rotbarbe . . . . .	11
Hering im Essig-Sud, Gurken-Salat, Pumpernickel-Brötchen . . . . .	12
Kartoffel-Rösti mit Lachs-Tatar und Feld-Salat . . . . .	13
Knusper-Blätter, Ziegen-Frischkäse, Kräuter, Kaviar . . . . .	14
Kopfsalat-Wickel mit Saibling und Erbsen-Minz-Püree . . . . .	15
Matjes nach Hausfrauenart mit Äpfeln . . . . .	16
Püree von weißen Bohnen und Dill mit gebratener Forelle . . . . .	16
Saibling mit Schwarzwälder Schinken und Rhabarber-Gemüse . . . . .	17
Sauerkraut-Tarte mit Räucherfisch-Mousse . . . . .	18
Schwedische Festtagsplatte . . . . .	19
Tatar von Matjes mit Kartoffel-Mousse . . . . .	20
Wassermelone, Pfeffer-Vinaigrette, gegrillter Makrele . . . . .	21
Zander-Filet mit Rhabarber-Gemüse . . . . .	21

<b>Geflügel</b>	<b>23</b>
Enten-Brust mit Feige und Bulgur . . . . .	24
Enten-Keulen mit Apfel und Maronen geschmort . . . . .	25
Gebratene Hähnchen-Brust mit Quitten-Soße und Venere-Reis . . . . .	26
Gefüllte Hähnchen-Brust auf Curry-Linsen . . . . .	27
Geschmorte Hähnchen-Keule in Rotwein mit Schalotten . . . . .	28
Geschmortes Hähnchen mit Pflaumen und Kichererbsen . . . . .	29
Hähnchen-Brust in Zitronen-Marinade und Zucchini-Gemüse . . . . .	30
Perlhuhn-Brust mit Basilikum und Pesto-Nudeln . . . . .	31
Pochierte Hähnchen-Brust mit gelben Linsen . . . . .	32
Pommersche Gänse-Keulen mit Backpflaumen . . . . .	33
Porree a la -Creme mit Hähnchen-Brust . . . . .	34
Rosmarin-Hähnchen-Schnitzel mit Käse-Maultaschen . . . . .	35
Roulade vom Huhn mit Kräuter-Füllung . . . . .	36
Sommerliches Hähnchen-Aprikosen-Sandwich . . . . .	36
Walnuss-Möhren-Reis mit geschmorter Enten-Keule . . . . .	37
<b>Hack</b>	<b>39</b>
Orientalische Kohl-Rouladen . . . . .	40
Rosenkohl mit Rinder-Hack und Schwarzkümmel gefüllt . . . . .	41
Rote Zwiebeln gefüllt mit Rinder-Hack, Gemüse-Couscous . . . . .	42
<b>Innereien</b>	<b>43</b>
Gebratene Geflügel-Leber mit Feigen-Chutney . . . . .	44
Pikanter Bratapfel mit Maronen gefüllt und Hühner-Leber . . . . .	45
<b>Kalb</b>	<b>47</b>
Kalb-Blanquette mit Frühling-Gemüse . . . . .	48
Kalb-Geschnetzeltes mit Frühling-Gemüse . . . . .	49
Kalb-Rouladen mit Pfifferlingen und Geitost . . . . .	50
Kalb-Rücken mit Roquefort gefüllt und gebratenen Birnen . . . . .	51
Kalb-Schnitzel mit Knusper-Panade und Möhren-Gemüse . . . . .	51
Karamellisierter Sommerlauch mit Kalb-Steak . . . . .	52
Roll-Bohnen mit Kalbfleisch-Röllchen . . . . .	53
Wiener Schnitzel mit grünem Salat . . . . .	54

<b>Lamm</b>	<b>55</b>
Couscous-Salat mit Zucchini und Lamm-Koteletts . . . . .	56
Gegrillte Lamm-Spieße mit Gurken-Joghurt und Salat . . . . .	57
Geschmorte Lamm-Schulter mit Ingwer-Möhren . . . . .	58
Lamm-Keule mit Salbei-Polenta und Speck-Bohnen . . . . .	59
<b>Meer</b>	<b>61</b>
Leipziger Allerlei mit Garnelen . . . . .	62
Miesmuschel-Linguine . . . . .	63
Püree vom geschmorten Blumenkohl mit Chili und Garnelen . . . . .	64
Röllchen von Kapuziner-Kresse, Garnelen, Blatt-Salat . . . . .	65
<b>Rind</b>	<b>67</b>
Grüne Soße mit Tafelspitz . . . . .	68
Labskaus mit Roastbeef und Matjes-Filets . . . . .	69
Marinierte Rinder-Steaks mit Gemüse-Salat . . . . .	70
Rheinischer Sauerbraten mit Printen . . . . .	71
Roastbeef mit gebratenem Radicchio und Polenta . . . . .	72
<b>Salat</b>	<b>73</b>
Salat von gebratenem und rohem Kürbis in Ingwer-Marinade . . . . .	74
Salat von Honig-Melone mit gegrillten Garnelen . . . . .	75
<b>Soßen</b>	<b>77</b>
Grüne Soße . . . . .	78
<b>Suppen</b>	<b>79</b>
Kalte Paprika-Chili-Suppe mit Rinder-Tatar . . . . .	80
Kalte Tomaten-Suppe mit Basilikum-Sauer-Rahm-Eis . . . . .	81
Kartoffel-Curry-Eintopf mit Spinat . . . . .	82
Kichererbsen-Eintopf mit Lamm-Hack-Bällchen . . . . .	82
Möhren-Joghurt-Suppe mit Estragon-Baiser . . . . .	83
Orientalische Möhren-Joghurt-Suppe . . . . .	83
Pastinaken-Suppe mit Wildschwein-Rolle . . . . .	84
Rahm-Suppe vom Knollen-Sellerie mit Nuss-Strudel . . . . .	85
Rinder-Gulasch-Suppe . . . . .	86
Suppe von Räucher-Forelle und Petersilienwurzel . . . . .	86

<b>Vegetarisch</b>	<b>87</b>
Auberginen-Bruschetta . . . . .	88
Bärlauch-Pfannkuchen-Schnecken mit Frühling-Salat . . . . .	89
Bunte Bete mit gebratenem Gruyère und Kartoffel-Püree . . . . .	90
Estragon-Nudeln mit gebratenem jungen Kopfsalat . . . . .	91
Falafel mit scharfer Linsen-Soße und Gewürz-Joghurt . . . . .	92
Gebratene Chili-Ananas mit Honig-Parfait . . . . .	92
Gebratener Käse mit Herbstfrüchte-Chutney . . . . .	93
Gebratener Radicchio mit Püree von weißen Bohnen . . . . .	94
Geschmorter Kürbis im Filo-Teig mit Kürbiskern-Pesto . . . . .	95
Kartoffel-Gnocchi mit Salbei und Parmesan . . . . .	96
Kartoffel-Maultaschen . . . . .	97
Kohl-Koulade mit Schafkäse und Gewürz-Linsen . . . . .	98
Mezze-Platte . . . . .	99
Milch-Reis-Kroketten mit Ananas und Chili-Vanille-Soße . . . . .	100
Möhren-Panna-Cotta mit Salat von jungem Spinat . . . . .	101
Nudel-Auflauf . . . . .	102
Persischer Spinatkuchen . . . . .	102
Petersilien-Graupen mit geschmolzenem Greyezer . . . . .	103
Ragout von Mai-Rübchen, Morcheln, Kartoffel-Pfannkuchen . . . . .	104
Ragout von Schwarzwurzeln und Walnüssen . . . . .	105
Spargel mit holländischer Soße, Kartoffeln, Nuss-Butter . . . . .	106
Spargel-Törtchen . . . . .	107
Spitzkohl-Rouladen mit Schafkäse und Pastinaken . . . . .	108
Spitzkohl-Wickel mit Dattel-Kartoffel-Püree . . . . .	109
Tomaten-Terrine mit Mozzarella und Basilikum-Keks . . . . .	110
Variationen von der Möhre mit Sauerampfer-Soße . . . . .	111
Wirsing-Roulade . . . . .	112
Zucchini-Risotto mit Knoblauch und Zucchini-Blüten . . . . .	113
<b>Vorspeisen</b>	<b>115</b>
Crêpe mit Orangen-Frischkäse-Creme . . . . .	116
Kroketten von Räucher-Forelle . . . . .	116
Mini-Baguette mit Meerrettich-Dip . . . . .	117

<b>Wild</b>	<b>119</b>
Wildschwein-Medaillons mit Holunderbeer-Soße . . . . .	120
<b>Wurst-Schinken</b>	<b>121</b>
Herzhaft gefüllte Buchteln mit Kräuter-Soße . . . . .	122
<b>Index</b>	<b>123</b>





# Beilagen

## Kartoffel-Mousse

### Für 4 Personen

200 g Kartoffeln, mehlig	3 Eigelb	100 ml Milch
200 ml Sahne	Salz	1 Prise Muskat

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.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 16. Februar 2010

## 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 Champagneressig
150 ml Olivenöl	Zucker, Pfeffer, Meersalz	1 Prise Piment-d'Espelette

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.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 13. Juli 2010

## Walnuss-Möhren-Reis

### Für 4 Personen

Salz, Pfeffer	2 EL Butter
200 ml Geflügelbrühe	
150 g Basmatireis	500 g Möhren 50 g Walnüsse
50 g getrocknete Aprikosen	

Den Reis in kochendes Salzwasser geben und ca. 7 Minuten kochen lassen. Möhren schälen und in feine Streifen schneiden. In einem Topf einen Esslöffel Butter erhitzen und die Möhren anbraten. Die Walnüsse hacken und zu den Möhren geben, ebenfalls die in feine Streifen geschnittenen Aprikosen. Reis abgießen und abspülen. Mit der Möhren-Walnussmischung vermengen und auf kleiner Flamme ca. 3-5 Minuten dämpfen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 19. Januar 2011

# Dessert

## Apfel-Tiramisu im Glas

### Für 4 Personen

5-6 Äpfel	ca. 6 EL Zucker	50 ml Apfelsaft
1 Prise Zimt	2 Blatt Gelatine	2 EL Milch
500 g Mascarpone	Calvados	1 Packung Löffelbiskuit

Die Äpfel schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und beiseite legen. Apfelviertel in Würfel schneiden. 2 EL Zucker in der Pfanne schmelzen, Apfelstücke zugeben, Apfelsaft angießen und weich dünsten. Kerngehäuse mit ca. 250 ml Wasser und 2 EL Zucker in einem Topf aufkochen, 5 Minuten köcheln lassen, dann durch ein feines Sieb passieren und mit einer Prise Zimt abschmecken. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Milch erhitzen und die ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Die Hälfte der Gelatine-Milch unter den Mascarpone ziehen, mit Zucker und nach Wunsch auch mit Calvados abschmecken. Löffelbiskuit mit dem Zimt- Apfelpüree tränken. Die gedünsteten Äpfel pürieren, evtl. passieren und abschmecken. Restliche Gelatine-Milch darunterziehen. Löffelbiskuit, Apfelpüree und Mascarpone abwechselnd in Dessert-Gläser schichten. (Von dem restlichen Apfelpüree kann man noch Eis herstellen. Dafür das Püree mit Apfelsaft verdünnen und in der Eismaschine abfrieren.)

Jacqueline Amirfallah 17. Oktober 2012

## Beeren-Grütze mit Mascarpone-Creme

### Für 4 Personen

200 g Himbeeren	150 g Heidelbeeren	200 g Brombeeren
15 g Speisestärke	300 ml Johannisbeersaft	Zucker, Salz
1 Ei	100 g Mehl	ca.120 ml Milch
3 EL Butterschmalz	3 Blatt Gelatine	500 g Mascarpone

Die Beeren putzen, 100 g ganze Beeren für die Deko zur Seite stellen, größere Beeren halbieren. Speisestärke mit 2 EL Johannisbeersaft glatt rühren. 2 EL Zucker in einem Topf schmelzen, Johannisbeersaft angießen und aufkochen lassen. Dann die glatt gerührte Speisestärke einrühren und den Saft ein 2-3 Minuten unter Rühren köcheln lassen. Den Topf vom Herd ziehen und die vorbereiteten Beeren in den heißen Saft geben, evtl. nachzuckern und auskühlen lassen. Aus 1 Ei, Mehl, 100 ml Milch und einer Prise Salz einen Pfannkuchenteig herstellen. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und aus dem Teig nach und nach dünne Pfannkuchen ausbacken. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. 2 EL Milch in einem Topf erhitzen, die eingeweichte Gelatine ausdrücken und in der heißen Milch auflösen. Etwas Mascarpone mit der Gelatinemilch gut vermischen, dann alles mit restlichem Mascarpone vermischen. 100 g Mascarpone zur Seite stellen, restliche Mascarpone in Gläser füllen, abgekühlte Beerengrütze darauf geben und kalt stellen. Die Pfannkuchen in ca. 3 cm dicke Streifen schneiden, mit etwas Mascarponecreme bestreichen, je eine Beere darauf geben und einwickeln. Mit einem Zahnstocher fixieren und vor dem Servieren auf die Dessertgläser legen.

Jacqueline Amirfallah 03. September 2012

## Joghurt-Mousse mit Brombeeren

### Für 4 Personen

6 Blatt Gelatine	1 Vanilleschote	500 g griech. Joghurt
30 ml Milch	8 EL Zucker	1 Bio-Zitrone
500 g Brombeeren	200 ml Sahne	8 Wan-Tan-Blätter
ca. 200 g Frittierfett	Puderrucker	

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herausstreichen. Joghurt glatt rühren. Milch aufkochen, 2 EL Zucker und Vanillemark zugeben, eingeweichte Gelatine darin auflösen, unter den Joghurt ziehen. Zitrone abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. Die Joghurtmousse-Masse mit etwas Zitronensaft und Zitronenschale abschmecken. Die Masse in eine Schüssel oder einzeln in Gläser abfüllen und kalt stellen. 250 g Brombeeren mit ca. 5 EL Wasser und 2 EL Zucker aufkochen, ca. 5 Minuten köcheln lassen, dann pürieren und durch ein feines Sieb passieren, dann nochmals mit Zucker abschmecken. 3 EL Zucker in einem Topf zu hellbraunem Karamell schmelzen, mit der Sahne ablöschen, köcheln lassen, bis der Karamell sich wieder aufgelöst hat. 250 g Brombeeren zugeben und kurz aufkochen. Die WanTan -Blätter im heißen Fett goldbraun frittieren, herausnehmen und noch heiß mit Puderrucker bestreuen. Aus der Mousse Nocken abstechen, diese auf Tellern anrichten und Karamell-Brombeeren und etwas Brombeermark angießen, die frittierten WanTan-Blätter dazu reichen. Wenn die Mousse in ein Glas abgefüllt würde darauf einfach etwas Brombeermark und Karamell-Brombeeren geben und die Wan-Tan -Blätter dekorativ obenauf geben.

Jacqueline Amirfallah 28. November 2012

## Schokoladen-Mousse mit Vanille-Hippe

### Für 4 Personen

#### Für die Schokoladenmousse:

250 g Vollmilchschokolade	3 Eigelb	2 EL Milch
400 g Sahne	1 Blatt Gelatine	

#### Für die Vanillehippe:

100 g Zucker	50 g Orangensaft	1 Vanilleschote
30 g Mehl	50 g flüssige Butter	

Die Schokolade über dem Wasserbad schmelzen, dabei darauf achten, dass kein Wasser in die Schokolade kommt und die Schokolade nicht zu heiß wird. Die Eigelbe mit der Milch vermischen. Die Sahne steif schlagen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Eiermilch auf dem Wasserbad aufschlagen und zur Rose abziehen (auf ca. 75 Grad erhitzen), dabei die Gelatine darin auflösen. Mit der geschmolzenen Schokolade mischen, auf Zimmertemperatur abkühlen lassen und mit der Sahne mischen. Kalt stellen. Für die Vanillehippe den Zucker mit dem Orangensaft und dem Mark aus der Vanilleschote zusammen aufkochen. Das Mehl einsieben, die flüssige Butter zugeben und alles gut verrühren. Den Teig dünn auf Backpapier aufstreichen. Im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen ca. 5 Minuten backen, auskühlen lassen und in Stücke brechen.

Jacqueline Amirfallah 24. Oktober 2012



**Fisch**

# Blumenkohl mit Kapern-Mayonnaise, Sardellen und Fisch

## Für 2 Personen

1 Blumenkohl	Salz	2 Zitronen
150 ml Sonnenblumenöl	1 kleine Zwiebel	2 EL Butterschmalz
80 ml Sahne	2 Eigelb	1 TL scharfer Senf
2 EL Kapern	6 Sardellen	1/2 Bund Schnittlauch
250 g Zanderfilet	6 Blätter Brickteig	

Blumenkohl putzen, in kleine Röschen zerteilen und diese in Salzwasser bissfest kochen, Von einer Zitrone den Saft auspressen. Die gegarten Röschen herausnehmen, kurz abtropfen lassen und mit etwas Zitronensaft und 3 EL Sonnenblumenöl marinieren, mit Salz abschmecken und erkalten lassen. Die Reste vom Blumenkohl in grobe Würfel schneiden. Zwiebel schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz anbraten, Blumenkohlwürfel dazugeben und weich schmoren, dabei immer wieder etwas Sahne zugeben und den Blumenkohl weich schmoren. Mit Salz würzen und fein pürieren. Eigelbe mit Senf und einer Prise Salz verrühren. Nach und nach mit einem Schneebesen ca. 100 ml Sonnenblumenöl unterrühren, zu einer festen Mayonnaise. 1 EL Kapern mit 2 EL Kapernflüssigkeit pürieren und unter die Mayonnaise mischen. Die Hälfte der Sardellen fein hacken und ebenfalls untermischen, mit etwas Zitronensaft abschmecken. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Eine Zitrone mit dem Messer schälen, dass keine weiße Haut mehr zu sehen ist, dann die Fruchtfilets herausschneiden. Den Zander in fingerdicke Stücke schneiden, salzen, in Brickteig wickeln und in einer Pfanne mit Sonnenblumenöl goldbraun braten. Das Blumenkohlpüree und die Mayonnaise jeweils in Spritzbeutel füllen, in großen Tupfen auf den Teller spritzen, Blumenkohlröschen dazwischen legen, die restlichen Sardellen, einige Kapern und Zitronenfilets obenauf geben, mit Schnittlauch bestreuen und die Fischstücke dazulegen. Dazu passt Baguette.

Jacqueline Amirfallah 18. Juli 2012



## Bouillabaisse vom Knurrhahn mit Sauce Rouille

### Für 4 Personen

2 kg Knurrhahn	2 Fenchelknollen	2 Stangen Lauch
1 Staudensellerie	200 ml Olivenöl	2 Zweige Thymian
1 Lorbeerblatt	20 ml Weißwein	100 g Kartoffeln, mehlig
Salz	2 Fleischtomaten	20 ml trockener Wermut
2 Eigelb	1 milde rote Chili-Schote	1 Knoblauchzehe
1 Msp. Safran		

Knurrhahn filetieren und die Karkasse kalt abspülen. Fenchel, Lauch und Staudensellerie putzen, waschen und fein schneiden. Je ca. 50 g vom gewürfelten Gemüse beiseitelegen, den Rest in einem großen Topf mit 2 EL Olivenöl anschwitzen, Thymian und Lorbeerblatt sowie die Fischgräten zugeben und andünsten, ohne Farbe nehmen zu lassen. Mit Weißwein ablöschen und ca. 1,5 l Wasser auffüllen. Langsam aufkochen lassen und den entstehenden Schaum dabei abschöpfen. Ca. 5 Minuten köcheln, dann durch ein mit einem Passiertuch ausgelegten Sieb passieren. Kartoffeln schälen, vierteln, in Salzwasser weich kochen, abschütten und ausdampfen lassen. Die Tomaten am Stielansatz einritzen, mit heißem Wasser überbrühen, die Haut abziehen, vierteln, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch in feine Würfel schneiden. Die Fischfilets in einer tiefen Pfanne mit 1 EL Olivenöl von beiden Seiten anbraten, herausnehmen und beiseite stellen. Das restliche Gemüse in der gleichen Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen und den Fischfond dazugeben. Bei kleiner Hitze ziehen ca. 8 Minuten ziehen lassen, mit Salz und Wermut abschmecken. Für die Sauce Rouille Eigelbe in eine Schüssel geben und ca. 150 ml Olivenöl langsam mit einem Schneebesen unter bzw. zu einer Mayonnaise rühren. Die gekochten Kartoffeln durch die Presse drücken und unter die Mayonnaise mischen. Chili halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein hacken, Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Ebenfalls Chili, Knoblauch und Safran zur Mayonnaise geben und alles gut durch mischen. Dies geht am besten mit einem Pürrierstab. Die Sauce Rouille mit Salz abschmecken. Tomatenwürfel und die Fischfilets in die heiße Suppe geben und mit der Sauce Rouille und Baguette servieren.

Tipp: Anstatt den Fischfond selbst zu kochen, kann man auch Knurrhahnfilets und Fischfond aus dem Glas kaufen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 22. Juni 2011

## Forelle mit Gurken-Salat und Dill-Joghurt

### Für 2 Personen

2 frische Forellen	1 Zitrone, unbehandelt	Salz
5 EL Olivenöl	1 Salatgurke	200 g griech. Joghurt
1 Bund Dill	1 EL getr. Rosenblätter	1 Knoblauchzehe

Die Forellen filetieren, entgräten und von der Haut nehmen. Die Haut nicht wegwerfen. Die Zitrone heiß abspülen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. Jedes Filet schön zurechtschneiden. Die Abschnitte der Forellenfilets fein würfeln und mit Salz, 1-2 EL Olivenöl, etwas Zitronenabrieb und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Die Gurke waschen und schälen. Dann mit dem Sparschäler längs ca. 12 lange Streifen schneiden bzw. schälen. Den Rest der Gurke grob raspeln und unter den Joghurt mischen. Dill abspülen, trocken schütteln, fein hacken und unter den Gurkenjoghurt mischen. Mit Salz und Rosenblättern abschmecken. Die Forellenhaut in Vierecke o.ä. schneiden und in einer beschichteten Pfanne mit 1 EL Olivenöl knusprig braten, dabei mit einem geraden, schweren Gegenstand (z.B. Plattierisen) beschweren damit sie glatt bleibt. Anschließend die Haut auf Küchenkrepp legen. Die Forellenfilets salzen und in der Pfanne mit 1 EL Olivenöl von beiden Seiten braten. Dabei eine angedrückte Knoblauchzehe zum Aromatisieren mit in die Pfanne geben. Je einen Löffel Forellentatar auf den Anfang der Hälfte der Gurkenstreifen legen und diese dann drum herum rollen. Die restlichen Gurkenstreifen mit etwas Zitronensaft, Salz und 1 EL Olivenöl abschmecken. Den Hautchip in das Forellenfilet stecken und anrichten. Tatarrolle, Gurkenstreifensalat und Joghurt mit auf den Teller geben und servieren. Dazu passt Baguette.

Jacqueline Amirfallah 13. Juni 2012

## Gefüllte Wein-Blätter mit Linsen und Rotbarbe

### Für 2 Personen

1 Kartoffel, mehlig	Salz	100 g rote Linsen
ca. 400 ml Gemüsebrühe	3 Stiele Koriander	3 Stiele glatte Petersilie
2 Stiele Minze	3 Lauchzwiebeln	1 Ei
Pfeffer	20 junge Weinblätter	3 Tomaten
1 Spritzer Zitronensaft	4 EL Olivenöl	2 Knoblauchzehen
100 g türkischer Joghurt 10%	4 Rotbarbenfilets a ca. 100 g	

Die Kartoffel schälen und in Salzwasser weich kochen. Die Linsen in einem Topf mit 250 ml Gemüsebrühe sehr weich kochen, kurz zuvor ca. 4 EL bissfest gekochte Linsen entnehmen und zur Seite stellen. Kräuter abspülen, trocken schütteln und 2/3 davon fein hacken. Lauchzwiebeln, putzen, waschen und fein schneiden. Eine Tomate waschen, am Stielansatz einritzen, kurz in heißes Wasser geben und dann die Haut abziehen. Die Kerne entfernen und die Tomate fein würfeln. Gewürfelte Tomate, gehackte Kräuter, Lauchzwiebeln und abgeschüttete weich gekochte Linsen in eine Schüssel geben. Die gekochte Kartoffel durch eine Presse drücken und zugeben. Alles gut vermischen, dann ein Ei untermischen und die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die jungen Weinblätter abspülen, trocken schütteln. Jeweils etwas Linsenmasse auf die Weinblätter geben und wie Kohlrouladen einwickeln. Eine gewaschene Tomate in Scheiben schneiden und diese in einem Topf auslegen. Darauf die gefüllten Weinblätter eng aneinander hineinlegen. Mit so viel Gemüsebrühe aufgießen, dass die Weinblätter zur Hälfte mit Flüssigkeit bedeckt sind. Die Weinblätter mit einem Topfdeckel beschweren und ca. 20 Minuten köcheln lassen. Die übrige Tomate waschen, in Scheiben schneiden und mit den bissfest gekochten Linsen in eine Schüssel geben. Mit Salz, Zitronensaft und 2 EL Olivenöl abschmecken. Knoblauch schälen und mit etwas Salz zerdrücken. Joghurt cremig rühren und mit etwas zerdrücktem Knoblauch abschmecken. Die Rotbarbenfilets mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen, restlichen zerdrückten Knoblauch zugeben und die Filets zuerst auf der Hautseite ca. 3 Minuten braten, dann wenden und kurz auf der Fleischseite fertig braten. Die Fischfilets mit den gefüllten Weinblättern und dem Joghurt anrichten, mit den restlichen Kräutern garnieren und servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 24. August 2011

# Hering im Essig-Sud, Gurken-Salat, Pumpernickel-Brötchen

## Für 4 Personen

20 g Hefe	1 Prise Zucker	350 g Mehl
Salz	300 ml Apfelessig	1 TL Pfefferkörner
1 Lorbeerblatt	1 Zweig Thymian	8 Heringfilets
60 g Pumpernickel	1/2 Biozitrone	1 Gurke
Zucker	2 EL Olivenöl	1/2 Bund Schnittlauch
1/2 Bund Dill		

Für den Hefeteig die Hefe mit ca. 150 ml lauwarmen Wasser und einer Prise Zucker verrühren, alles mit dem Mehl und einer Prise Salz zu einem Teig mischen. Diesen abgedeckt ca. 30 Minuten gehen lassen. Essig in einen Topf geben und mit ca. 600 ml Wasser verdünnen, bis der Geschmack angenehm ist, mit Salz, Pfefferkörnern, Lorbeerblatt und Thymian abschmecken und aufkochen. Die Heringfilets aufrollen, mit Küchengarn festbinden und in dem Essigsud ca. 5-7 Minuten (je nach Größe) garziehen lassen, dann den Topf vom Herd nehmen und die Heringsröllchen darin erkalten lassen. Den Backofen auf 250 Grad (Umluft 240 Grad) vorheizen. Pumpernickel auf einer Reibe fein reiben oder im Cutter mahlen. Pumpernickel unter den Hefeteig mischen. Aus dem Teig kleine Brötchen formen und diese im vorgeheizten Ofen ca. 7 Minuten backen. Von der Zitrone ca. 1/2 TL Schale abreiben und etwas Saft auspressen. Gurke waschen, abtrocknen und auf der Brotschneidemaschine längs in dünne Streifen aufschneiden. Gurkenscheiben in eine Schüssel geben und mit Salz, Zucker, Zitronenschale, 1 Spritzer Zitronensaft und Olivenöl abschmecken. Schnittlauch und Dill fein schneiden und unter den Gurkensalat mischen. Die Heringsröllchen mit Gurkensalat und den Pumpernickelbrötchen anrichten.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 09. März 2011

# Kartoffel-Rösti mit Lachs-Tatar und Feld-Salat

## Für 2 Personen

300 g Lachsfilet	110 ml Olivenöl	2 Zitronen
2 Limetten	Salz	1/2 Bund Dill
1 TL Senf	1 Eigelb	Pfeffer
300 g Kartoffeln, mehlig	2 EL Butterschmalz	80 g Feldsalat
1/2 Bund Schnittlauch	1 Schalotte	100 g Crème-fraîche

Vom Lachsfilet alle Gräten entfernen und graue Fettränder abschneiden. Dann das Lachsfilet mit einem Messer sehr fein schneiden bzw. fein hacken. Zum gehackten Lachsfilet zuerst 2 EL Olivenöl geben und gut untermischen. Von den Zitronen und Limetten den Saft auspressen. Lachs mit Salz würzen und den Saft einer halben Zitrone und Limettensaft untermischen und abschmecken. Dill abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Senf mit Eigelb gut verrühren ca. 60 ml Olivenöl mit dem Schneebesen nach und nach unterschlagen, bis eine cremige Mayonnaise entsteht, Dill untermischen und mit 1 Spritzer Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kartoffeln schälen und auf der groben Reibe reiben. In ein Küchentuch geben und gut ausdrücken. In eine beschichtete Pfanne 2 EL Butterschmalz geben und die Kartoffeln gleichmäßig darin verteilen. Bei geringer Hitze das Rösti langsam von beiden Seiten goldbraun braten. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen. Feldsalat putzen, waschen und trocken schleudern. 2 EL Zitronensaft mit 3 EL Olivenöl vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz vor dem Servieren den Feldsalat damit marinieren. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Das Tatar nochmals abschmecken und Schnittlauch untermischen. Schalotte schälen und sehr fein hacken oder reiben. Crème-fraîche mit der Schalotte vermischen und mit Salz abschmecken. Das Rösti halbieren und auf Tellern anrichten. Etwas Schalotten-Crème obenauf geben. Das Lachstatar daneben anrichten, Mayonnaise um das Lachstatar geben. Marinierten Feldsalat dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah 01. Februar 2012

# Knusper-Blätter, Ziegen-Frischkäse, Kräuter, Kaviar

## Für 4 Personen

1 Kopfsalat	1 Bund gelber Löwenzahn	1 Bund Sauerampfer
1 Bund Estragon	1 Bund Kerbel	1 Bund Schnittlauch
400 g Ziegenfrischkäse	Salz	ca. 1 TL Honig
16 Wantanblätter	300 ml Frittierfett	1 TL Senf
4 EL Rapsöl	2 EL Weißweinessig	1 EL Apfelsaft
50 g Crème-fraîche	1 Schalotte	50 g Forellenkaviar
1 Beet Gartenkresse		

Kopfsalat, Löwenzahn und Sauerampfer putzen, waschen und trocken schütteln. Estragon, Kerbel und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln, je ein paar Stiele für die Deko zur Seite legen, den Rest fein hacken. Frischkäse mit den gehackten Kräutern mischen und mit einer Prise Salz und evtl. Honig abschmecken. Die Wantanblätter in einem Topf mit heißem Frittierfett goldgelb ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen. Aus Senf, Rapsöl, Essig und Apfelsaft eine Vinaigrette herstellen, mit Salz und Honig abschmecken. Die Hälfte der Vinaigrette zur Seite stellen, die andere Hälfte mit Crème-fraîche und dem Sauerampfer zu einer dickflüssigen Sauce pürieren. Schalotte schälen, fein reiben und unter die Sauerampfersauce geben, diese bei Bedarf pürieren. Kopfsalat und Löwenzahn mit der zurückbehaltenen Vinaigrette marinieren. Auf jeden Teller etwas Ziegenkäse geben und die Knusperblätter darauf festkleben, dann wie bei einer Lasagne etwas Salat, Ziegenkäse und Forellenkaviar geben, wieder ein Knusperblatt darauf geben, das Ganze noch zweimal wiederholen und mit einem Knusperblatt abschließen. Obendrauf nochmal etwas Ziegenkäse setzen und mit den zurückbehaltenen Kräutern dekorieren, die Sauerampfersauce umgießen. Kresse und restlichen Forellenkaviar drum herum geben.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 1. Juni 2011

# Kopfsalat-Wickel mit Saibling und Erbsen-Minz-Püree

## Für 2 Personen

2 kg frische Erbsen in der Schote	1 Kopfsalat	1 Schalotte
2 EL Butter	50 ml Gemüsebrühe	80 ml Sahne
1 Bund Minze	1/2 Bund Schnittlauch	4 Saiblingfilets
Salz, Pfeffer	1-2 EL flüssige Butter	1 EL Butterschmalz

Die Erbsen ausspülen. Kopfsalat putzen und in einzelne Blätter aufteilen, waschen und gut abtropfen lassen. Die großen festeren Blätter beiseite legen. Die inneren Blätter und das Salatherz fein schneiden. Schalotte schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Erbsen zugeben, mit 50 ml Gemüsebrühe aufgießen und die Erbsen ca. 8 Minuten kochen. 1/5 der Erbsen herausnehmen, den Rest mit Sahne aufgießen, erneut 5 Minuten kochen. Minze abspülen, trocken schütteln, eine Hälfte grob, die andere Hälfte fein hacken. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Aus den Saiblingfilets je ein schönes Mittelstück (ca. 2/3 aus der Mitte) herausschneiden und beiseite legen. Die Reste vom Fischfilet von der Haut nehmen, in kleine Würfelchen schneiden. Diese mit dem gehackten Salat, Schnittlauch und der fein gehackten Minze mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. (Das Verhältnis vom Fisch zum Salat sollte etwas größer sein.) Von den großen Salatblättern die Strünke ausschneiden. Die Salatblätter einzeln möglichst flach auf hitzebeständige und mit flüssiger Butter bestrichene Frischhaltefolie legen. Die Salat-Fisch-Masse darauf geben. Salatblätter zu Rollen aufwickeln, fest in die Folie einschlagen, dann jede Rolle nochmals in Alufolie wickeln und in einem Topf mit 70 Grad heißem Wasser ca. 8-10 Minuten garziehen lassen. Die Fischfilets salzen und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten (zuerst auf der Hautseite) je ca. 2 Minuten anbraten. Beiseite gelegte Erbsen in einer Pfanne mit 1 EL Butter kurz warm schwenken, abschmecken. Fein gehackte Minze und unter die gekochten Sahne-Erbsen geben. Mit dem Mixstab fein pürieren, falls gewünscht noch durch ein Sieb streichen und das Püree mit Salz abschmecken. Die Kopfsalatröllchen auspacken und auf Tellern anrichten. Saiblingfilets und Püree dazugeben, die ganzen Erbsen über das Püree streuen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 30. März 2011

## Matjes nach Hausfrauenart mit Äpfeln

### Für 4 Personen

8 Matjesfilets	2 Gewürzgurken	2 säuerliche Äpfel
2 Zwiebeln	2 EL Weißweinessig	2 EL Speiseöl
Salz, Pfeffer	1 Prise Zucker	250 g Naturjoghurt
200 g saure Sahne		

Die Matjesfilets nach Belieben quer in fingerbreite Streifen schneiden. Die Gurken in feine Scheiben schneiden. Die Äpfel waschen, vierteln, entkernen und in dünne Spalten schneiden. Die Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden. Anstelle der Zwiebeln können Sie auch die milderen Frühlingszwiebeln verwenden und diese schräg in Ringe schneiden. Legen Sie für die Dekoration etwas Zwiebelgrün beiseite und bestreuen Sie später die angerichteten Matjes damit. Den Essig mit dem Öl verrühren, mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken. Die Matjesfilets, die Gurkenscheiben, die Apfelspalten und die Zwiebelringe mit der Marinade mischen. Etwa 30 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen. Den Joghurt mit der sauren Sahne verrühren, nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen. Die marinierten Matjesfilets mit den Gurkenscheiben, Apfelspalten und Zwiebelringen auf Tellern anrichten und die Joghurtsauce darauf verteilen. Dazu passen Pell- oder Bratkartoffeln.

Jacqueline Amirfallah 07. Dezember 2011

## Püree von weißen Bohnen und Dill mit gebratener Forelle

### Für 2 Personen

250 g Canellini-Bohnen	1 l Gemüsebrühe	1/8 l Sahne
Salz, Pfeffer	250 g grüne Bohnen	1 TL Natron
1 Bund Dill	2 Forellen	2 Scheiben Parma-Schinken
2 EL Butterschmalz	1 EL Butter	

Die Bohnen über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Eingeweichte Bohnen abschütten und in einem Topf mit Gemüsebrühe weichkochen, ca. 30 Minuten. Danach abgießen, dabei die Kochflüssigkeit auffangen. Die Bohnen im Cutter fein mixen, Sahne und etwas Kochflüssigkeit zugeben bis das Püree eine schöne Konsistenz hat. Das Püree mit Salz und Pfeffer abschmecken. Grüne Bohnen putzen und in Salzwasser weich kochen. (Einen Teelöffel Natron zugeben, dann bleiben die Bohnen schön grün.) Gekochte Bohnen abschütten und abtropfen lassen. Dill waschen und trocken schütteln. Einige Zweige beiseitelegen, den Rest fein hacken. Die Forellen filetieren und entgräten. Die Fleischseite der Filets mit Salz würzen, auf 2 Filets einen Zweig Dill und eine Schinkenscheibe legen, mit je einem weiteren Filet abdecken. Belegte Forellen in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten knusprig braten. Das Bohnenpüree mit Dill und Butter abschmecken, mit grünen Bohnen und Forellnpäckchen servieren.

Jacqueline Amirfallah 31. Oktober 2012



# Saibling mit Schwarzwälder Schinken und Rhabarber-Gemüse

## Für 4 Personen

4 Saiblingfilets à 160 g	ca. 80 g Sahne	Salz
8 Sch. Schwarzwälder Schinken	600 g Rhabarber	3 Stängel glatte Petersilie
1 Brötchen	400 g Kartoffeln, mehlig	3 EL Butterschmalz
1 Schalotte	2 EL Butter	ca. 1 EL Zucker

Fischfilets vollständig entgräten, die Enden und Seitenränder gerade abschneiden. Diese Abschnitte mit Sahne und einer Prise Salz in einen Cutter geben und zu einer Farce pürieren. Die Farce dünn auf eine Seite der Fischfilets streichen, darauf je eine Scheibe Schinken legen und aufrollen. Die Fischrouladen einzeln in hitzebeständige Frischhaltefolie und anschließend in Alufolie einwickeln. In einem Topf Wasser auf 65 Grad erhitzen und die Rouladen darin ca. 20 Minuten pochieren (die Wassertemperatur von 65 Grad z.B. mit einem Fleisch- oder Teethermometer immer wieder überprüfen). Den Rhabarber waschen, falls erforderlich schälen bzw. Fäden ziehen. Dann den Rhabarber längs in dünne ca. 7 cm lange Streifen schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Brötchen grob schneiden und mit den Petersilienblättern im Cutter fein zerhacken. Die Kartoffeln schälen, in grobe Raspel reiben, gut ausdrücken. In einer Pfanne 2 EL Butterschmalz erhitzen, Kartoffelraspel einstreuen, leicht salzen und von beiden Seiten zu einem goldgelben Rösti ausbraten. Schalotte schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit Butter anschwitzen. Rhabarberstreifen zugeben, kurz mitbraten, etwas Zucker überstreuen und karamellisieren lassen. Die Fischrouladen aus den Folien packen, je eine Scheibe Schinken darum herum wickeln und in den Petersilienbröseln wenden. In einer Pfanne mit 1 EL heißem Butterschmalz kurz von allen Seiten anbraten. Das Rösti vorsichtig aus der Pfanne nehmen und vierteln. Die Rouladen mit dem Rhabarbergemüse und Röstivierteln anrichten.

Jacqueline Amirfallah 09. Mai 2012

## Sauerkraut-Tarte mit Räucherfisch-Mousse

### Für 6 Personen

300 g Mehl	200 g Butter	2 Eigelb
Salz	1 Zwiebel	1 EL Butterschmalz
350 g Sauerkraut	1 TL Butter zum Ausfetten	Linsen zum Blindbacken
450 g Crème-fraîche	100 ml Sahne	3 Eier
Pfeffer	1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund glatte Petersilie
1/2 Bund Dill	200 g Räucherfisch	1 Spritzer Zitronensaft
1 EL Forellenkaviar		

Mehl, Butter, Eigelbe und 1 Prise Salz zu einem Mürbeteig kneten. Diesen in Frischhaltefolie verpackt im Kühlschrank mindestens 30 Minuten ruhen lassen. Den Backofen auf 220 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Die Zwiebel schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anbraten. Das Sauerkraut abspülen, abtropfen lassen und zu den Zwiebeln geben, einmal kurz in der Pfanne schwenken, dann in eine Schüssel umfüllen. Den Mürbeteig dünn ausrollen und in eine mit Butter ausgefettete Tarteform (ca. 26 cm Durchmesser) legen. Den Teig mit einer Gabel mehrmals einstechen. Auf den Teig ein großes Stück Backpapier geben und darauf die Linsen schütten. Im vorgeheizten Ofen den Boden ca. 7 Minuten vorbacken. 250 g Crème-fraîche mit Sahne und den Eiern in einer Schüssel verquirlen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und das Sauerkraut untermischen. Die Tarteform mit dem Boden aus dem Ofen nehmen, die Linsen mit Hilfe des Backpapiers herunterheben. (Nach dem Abkühlen können die Linsen aufbewahrt werden und immer wieder zum Blindbacken verwendet werden.) Die Backofentemperatur auf 180 Grad herunter stellen. Die Sauerkrautmasse auf den vorgebackenen Boden geben und alles erneut in den Ofen geben. Die Tarte ca. 20 Minuten backen. Schnittlauch, Petersilie und Dill abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Den Räucherfisch in Stücke teilen und mit den Kräutern und 200 g Crème-fraîche in einen Cutter geben und zu einer glatten Farce verarbeiten. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Masse im Kühlschrank kalt stellen. Die gebackene Tarte aus dem Ofen nehmen, etwas stocken lassen und dann vorsichtig aus der Form stürzen. Zum Anrichten die Tarte aufschneiden. Je eine Scheibe Sauerkraut-Tarte auf dem Teller anrichten, eine Nocke Räucherfischmousse abstecken und drauf geben. Diese mit etwas Forellenkaviar verzieren und servieren.

Jacqueline Amirfallah 06. Januar 2012

# Schwedische Festtagsplatte

## Für 6 Personen

### Für den Gebeizten Lachs:

1 Bund Dill	4 Wacholderbeeren	30 g grobes Salz
30 g Zucker	500 g frisches Lachsfilet	

### Für die eingelegten Heringe:

9 Matjesfilets	20 ml Rotwein	3 Pfefferkörner
3 Korianderkörner	2 Eigelbe	scharfer Senf
150 ml Sonnenblumenöl	Salz, Pfeffer	3 Zweige Dill
Honig	1 Lauchzwiebel	30 g Apfel
2 EL saure Sahne		

### Für die Räucherforellenmousse:

200 g geräuchertes Forellenfilet	10 ml Kümmelschnaps	100 g Sahne
4 Halme Schnittlauch	evtl. 2 EL Forellenkaviar	

### Für den Krabbensalat:

4 Halme Schnittlauch	4 Stiele Dill	200 g Nordseekrabben
1-2 Spritzer Zitronensaft	2 EL Mayonnaise	

### Für die Fischklopse:

50 g Brötchen vom Vortag	200 g Zanderfilet ohne Haut	100 g Garnelenfleisch
1 Schalotte	3 Stiele glatte Petersilie	1 Eigelb
Salz, Pfeffer	2-3 EL Butterschmalz	

Für den gebeizten Lachs:

Dill abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Wacholderbeeren zerdrücken, mit Salz und Zucker mischen. Lachs mit der Salz-Zucker-Mischung einreiben und mit Dill bestreuen. In eine flache Schale geben und mit Frischhaltefolie gut abdecken. Im Kühlschrank 2 Tage ziehen lassen. Dann den Lachs fein aufschneiden und servieren.

Für die eingelegten Heringe:

Salzheringsfilets wässern, entgräten und in schöne Stücke schneiden. Rotwein mit 20 ml Wasser in einen Topf geben, Pfeffer- und Korianderkörner zugeben und aufkochen. 3 geschnittene Heringe einlegen und in dem Sud erkalten lassen. Eigelbe mit dem 1 TL Senf in eine Schüssel geben und langsam das Sonnenblumenöl mit einem Schneebesen einrühren. Die Mayonnaise mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dill abspülen, trocken schütteln und fein hacken. 3 EL der Mayonnaise mit je 1 Msp. Senf, Honig und etwas Dill abschmecken. 3 geschnittene Heringe darin marinieren. Lauchzwiebel putzen und fein schneiden. Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und fein schneiden. saure Sahne mit feingeschnittenem Apfel und Lauchzwiebel mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken, 3 geschnittene Heringe darin marinieren. Für das Räucherforellenmousse Räucherforelle in Stücke schneiden und in einem Cutter mit Aquavit pürieren. Sahne steif schlagen und darunter ziehen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Aus der Fischmasse Nocken formen, auf Tellern anrichten und mit Schnittlauch und nach Belieben mit Forellenkaviar bestreuen. Für den Krabbensalat Schnittlauch und Dill abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Krabben mit den Kräutern etwas Zitronensaft und Mayonnaise vermengen und abschmecken.

Für die Fischklopse:

Das Brötchen in kaltem Wasser einweichen. Fischfilet und Garnele fein hacken. Schalotte schälen und fein hacken. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Das Brötchen ausdrücken und mit gehacktem Fisch, Garnele, Petersilie und Schalotte in eine Schüssel geben. Das Eigelb zufügen und zu einer Masse vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse kleine Klopse formen und diese in einer Pfanne mit Butterschmalz braten. Alles zusammen schön auf

einer großen Platte oder für jeden einem Teller anrichten, für die Garnitur ein wenig Dill und Schnittlauch, dazu verschiedene Sorten Knäckebrot und Butter reichen

Jacqueline Amirfallah 14. Dezember 2011

## Tatar von Matjes mit Kartoffel-Mousse

### Für 2 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig	Salz, Muskat	150 g Sahne
1 kleiner Kopfsalat	1/2 Bund Radieschen	1 Zitrone
1 Schalotte	150 g Frischkäse	2 Lauchzwiebeln
2 Gewürzgurken	1 kleiner Apfel	4 frische Matjes-Doppelfilets
80 ml Sonnenblumenöl		

Kartoffeln in der Schale kochen. Dann abschütten, pellen, durch die Kartoffelpresse drücken, mit Salz und Muskat abschmecken. Sahne steif schlagen und unter die Kartoffelmasse ziehen, dann kalt stellen. Vom Kopfsalat die unschönen Blätter entfernen. Dann die grünen großen Blätter waschen und abtropfen lassen. Das Salatherz separat waschen und zurückbehalten. Radieschen putzen, waschen und in feine Scheiben schneiden. Von der Zitrone den Saft ausdrücken, Schalotte schälen, fein reiben und mit dem Frischkäse verrühren. Mit einer Prise Salz abschmecken. Lauchzwiebeln putzen und waschen und den Zwiebellauch fein schneiden. Gewürzgurke fein würfeln, Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und ebenfalls fein würfeln. Die Hälfte der Matjes fein würfeln und mit Zwiebellauch, Gewürzgurke und Apfel mischen und abschmecken. Die grünen Salatblätter grob schneiden und mit 60 ml Sonnenblumenöl fein pürieren, mit Salz und etwas Zitronensaft abschmecken. Diese Kopfsalatemulsion mit einem Pinsel auf Teller streichen, pro Person je ein Matjes-Doppelfilet mit dem Tatar und Kartoffelmousse füllen, die Frischkäsecreme in Nocken darauf setzen. Das Salatherz halbieren, auseinanderzupfen, mit etwas Zitronensaft und Sonnenblumenöl marinieren und anlegen, mit Radieschenscheiben garnieren.

Jacqueline Amirfallah 04. Juli 2012

## Wassermelone, Pfeffer-Vinaigrette, gegrillter Makrele

### Für 2 Personen

1 kg Wassermelone	2 frische Makrelen	1 Limette
1/2 Bund frischer Koriander	7 EL Olivenöl	1 TL scharfer Senf
Pfeffer	Meersalz	20 g Crème-fraîche
1/2 Bund Schnittlauch		

Die Melone halbieren, das Fruchtfleisch von der Schale schneiden und dann das Fruchtfleisch in daumendicke ca. 5 cm lange Stäbchen schneiden. Die Fruchtfleischabschnitte fein pürieren. Die Makrelen filetieren, entgräten und von der Haut lösen. Dann in ca. 80 g schwere Stücke schneiden. Von der Limette den Saft auspressen. Koriander abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. In einer flachen Schale Limettensaft mit 4 EL Olivenöl und Korianderblättern vermischen und die Fischstücke darin einlegen. Senf, 3 EL Olivenöl und das Wassermelonenspüree zu einer Vinaigrette vermischen, mit grob gemahlenem Pfeffer würzen und die Wassermelonenspäbchen darin marinieren. Fischstücke aus der Marinade nehmen und in einer Grillpfanne von beiden Seiten braten, leicht salzen. Die restliche Marinade mit Crème-fraîche vermischen, mit Salz abschmecken und als Dip zum Gericht servieren. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln, fein schneiden und über die Melonenstäbchen streuen. Melone mit gegrillter Makrele und dem Crème-fraîche -Dip anrichten. Dazu passt sehr gut Fladenbrot.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 13. Juli 2011

## Zander-Filet mit Rhabarber-Gemüse

### Für 2 Personen

600 g Kartoffeln, fest	500 g Rhabarber	1 Bund Kerbel
1 Schalotte	2 EL Butterschmalz	ca. 1 EL Zucker
Salz	80 ml Sahne	125 ml Fischfond
2 Zanderfilets a 150 g	Pfeffer	2 EL Butter

Kartoffeln kochen und pellen. Rhabarber putzen und in Stücke schneiden. Kerbel abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Schalotte schälen, fein würfeln und in einer großen Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Rhabarber zugeben und bei großer Hitze anbraten, Zucker überstreuen und diesen karamellisieren, mit einer Prise Salz würzen. Wenn der Rhabarber weich ist (er sollte jedoch nicht auseinanderfallen) herausnehmen und warmstellen. Den Bratensatz mit Sahne und Fischfond ablöschen und etwas köcheln lassen. Zanderfilets mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz auf der Fleischseite anbraten, dann wenden und auf der Hautseite fertig braten, damit diese schön kross wird. Von den Kartoffeln große Würfel schneiden. Die Kartoffelreste mit 1 EL Butter und dem gehackten Kerbel stampfen. Die Kartoffelwürfel in der Mitte durchschneiden und die gestampften Kartoffeln dazwischen streichen. Die Sauce mit 1 EL kalter Butter binden und abschmecken. Zander mit Rhabarbergemüse und den Kartoffeln anrichten, die Sauce um den Fisch gießen und servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 8. Juni 2011



# Geflügel

## Enten-Brust mit Feige und Bulgur

### Für 2 Personen

2 Möhren	1 Zwiebel	1 EL Butterschmalz
80 g Bulgur	ca. 650 ml Geflügelbrühe	1 TL Fenchelsamen
Salz	15 g gehackte Mandeln	300 g Entenbrust
1 EL Honig	2 Lauchzwiebeln	4 Feigen
1 TL Zucker	Pfeffer	1 TL kalte Butter

Die Möhren schälen und in feine Würfel schneiden. Zwiebel schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anbraten, den Bulgur dazu geben, kurz mitrösten und mit ca. 500 ml Geflügelbrühe ablöschen. Fenchelsamen mörsern, ebenfalls zugeben und mit etwas Salz würzen. Gut umrühren und kochen lassen. Die Möhrenwürfel zugeben und weiter kochen bis der Bulgur weich und die Brühe eingekocht ist, dabei immer wieder umrühren. Zuletzt die gehackten Mandeln untermischen. Den Backofen auf 120 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Die Haut der Entenbrust bis aufs Fleisch rautenförmig anritzen, salzen und mit der Haut nach unten in eine kalte Pfanne legen, dann die Pfanne erhitzen und das Fett ausschwitzen lassen. Wenn die Hautseite goldbraun gebraten ist, die Entenbrust umdrehen, kurz auf der Fleischseite braten und dann in eine hitzefeste Form geben und im Backofen ca. 5 Minuten garen, dann die Entenhaut mit Honig bestreichen und nochmals ca. 5 Minuten fertig garen. Zwiebellauch waschen, abschütten und fein schneiden. Die Feigen schälen und vierteln. Aus der Fleischpfanne das überschüssige Fett abgießen und die Feigen darin anbraten, mit Zucker bestreuen und diesen karamellisieren lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Pfanne das überschüssige Fett abgießen und die geschälten, geschnittenen Feigen in der gleichen Pfanne braten, am Ende mit Zucker karamellisieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Feigen aus der Pfanne nehmen, dann den Zwiebellauch darin anschwitzen, mit 150 ml Geflügelbrühe ablöschen und etwas einkochen lassen. Mit 1 TL kalter Butter binden und abschmecken. Die Entenbrust in Tranchen aufschneiden. Bulgur auf die Teller verteilen, Entenbrust und die Feigen anlegen. Die Sauce angießen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 5. Oktober 2011



## Enten-Keulen mit Apfel und Maronen geschmort

### Für 4 Personen

4 Entenkeulen (à 300 g)	Salz	2 Zwiebeln
4 Äpfel	Zucker	500 g Maronen (vorgegart)
1 Lorbeerblatt	200 ml Geflügelbrühe	Honig, Sojasauce
30 g Kastanienmehl	60 g Weizenmehl	1 Ei
3 EL Butter	20 g Hefe	Kreuzkümmel
120 ml Milch	2 EL Butterschmalz	

Entenkeulen abspülen und trockentupfen. Die Keulen am Gelenk durchschneiden, die Haut anritzen und salzen.

Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. 2 Äpfel schälen und ebenfalls in Spalten schneiden. Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Entenkeulen in einem Schmortopf ohne zusätzliches Fett auf der Hautseite knusprig anbraten. Herausnehmen. Zwiebel- und Apfelspalten im Bratfett anbraten, salzen und mit etwas Zucker bestreuen. Maronen und Lorbeerblatt zugeben.

Geflügelbrühe angießen. Die Entenkeulen mit der Hautseite nach oben auf die Maronen-Apfelmischung legen. Zugedeckt, im Backofen ca. 1 Stunde schmoren.

1 EL Honig und 2 EL Sojasauce verrühren. Die Entenkeulen etwa 15 Minuten vor Ende der Garzeit damit bestreichen und offen weiter schmoren.

In der Zwischenzeit Kastanien- und Weizenmehl in eine Schüssel sieben.

Ei trennen. 1 EL Butter zerlassen. Hefe, 1 Prise Zucker, 1 TL Honig und etwas Kreuzkümmel in lauwarmer Milch auflösen. Butter, Eigelb und 1 Prise Salz unterrühren.

Eiermilch mit der Mehlmischung zu einem glatten Teig verrühren. Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 20 Minuten gehen lassen.

Schmortopf aus dem Ofen nehmen. Entenkeulen und Maronen herausnehmen.

Den Sud pürieren und etwas einkochen lassen, abschmecken. Mit 1 EL kalter Butter binden.

Keulen und Maronen zurück in den Topf geben und bei 120 Grad weiter schmoren.

Den Blini-Teig mit einem Kochlöffel erneut kräftig verrühren. Eiweiß steif schlagen und unter den Teig heben.

Butterschmalz portionsweise erhitzen. Nacheinander ca. 8-12 kleine Blinis backen. Dabei jeweils 1 EL Teig in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze von jeder Seite ca. 1-2 Minuten backen.

Die restlichen Äpfel schälen, in Spalten schneiden und in 1 EL Butter kurz braten.

Entenkeulen, Maronen, Apfelspalten und Sauce auf Tellern anrichten. Blinis dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah 12. Dezember 2012

# Gebratene Hähnchen-Brust mit Quitten-Soße und Venere-Reis

## Für 2 Personen

2 Apfelquitten	2 Zwiebeln	3 EL Butterschmalz
1 EL Zucker	100 ml Apfelsaft	ca. 600 ml Hühnerbrühe
2 Zweige Rosmarin	400 g Hähnchenbrust	Salz, Pfeffer
200 g Venere Reis	1 Prise Paprikapulver, scharf	

Den Backofen auf 140 Grad vorheizen ( Umluft 120 Grad, Gas Stufe 2). Für die Quittensauce von den Quitten den Flaum mit einem trockenen Tuch abreiben. Die Quitten entkernen und einen Teil in feine Scheiben schneiden, den Rest grob würfeln. Eine Zwiebel schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Quittenwürfel und Quittenscheiben zugeben, 1 EL Zucker darüber streuen und karamellisieren. Mit Apfelsaft ablöschen, etwas Hühnerbrühe (ca. 100 ml) zugeben und weich kochen. Die Quittenscheiben nach 10 Minuten herausnehmen. Rosmarin waschen, trocken schütteln, fein hacken. Von der Hähnchenbrust die Haut hochziehen, Rosmarin und Quittenscheiben darauflegen und die Haut wieder darüber ziehen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in 1 EL Butterschmalz in einer Pfanne anbraten. Dann im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten im Backofen fertig garen. 500 ml Hühnerbrühe in einem Topf erhitzen. Eine Zwiebel schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen, Reis zugeben und mit etwas heißer Hühnerbrühe auffüllen, so dass der Reis gerade bedeckt ist. Dann immer wieder heiße Hühnerbrühe zugeben und ca. eine halbe Stunde unter ständigem Rühren köcheln lassen, bis der Reis weich ist. Die gewürfelten Quitten im Topf pürieren und durch ein Sieb passieren. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken. Hähnchenbrust mit dem Venerereis und der Quittensauce anrichten.

Jacqueline Amirfallah 24. Oktober 2012

## Gefüllte Hähnchen-Brust auf Curry-Linsen

### Für 2 Personen

2 Zwiebeln	2 rote Paprika	1 Chilischote
3 EL Butterschmalz	Salz	1 Prise Zucker
1 gekochte Kartoffel	1 Bund Thymian	2 Hähnchenbrustfilets
1 l Hühnerbrühe	2 EL Butter	100 g schwarze Linsen
1 TL Curry	500 g Spinat	2 EL Sahne

Den Backofen auf 140 Grad (Umluft 120 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Zwiebeln schälen und würfeln. Paprika putzen und würfeln. Die Chilischote aufschneiden, die Kerne herausstreichen und die Chili fein hacken. Eine Zwiebel in 1 EL Butterschmalz anbraten, Paprika und Chili zugeben und mit Salz und Zucker abschmecken. Die Kartoffel klein schneiden. Thymian waschen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen. Kartoffel mit 1/4 der Paprikawürfel in einem Cutter mixen, mit Salz und Thymianblättchen abschmecken. In die Hähnchenbrüste längs eine Tasche schneiden und die Paprikamasse einfüllen, evtl. mit einem Zahnstocher fixieren. Hähnchenbrüste salzen, von beiden Seiten in 1 EL Butterschmalz anbraten und bei 140 Grad 30 Minuten im Backofen fertig garen. Die restliche Paprika weiterschmoren, ca. 200 ml Hühnerbrühe angießen, 5 Minuten kochen lassen, dann pürieren und durch ein Sieb passieren, dann 1 EL Butter untermontieren. Die zweite gewürfelte Zwiebel in 1 EL Butterschmalz anbraten, Linsen zugeben, mit Hühnerbrühe angießen bis die Linsen bedeckt sind und weich kochen. Mit Curry würzen Spinat waschen. Butter in der Pfanne erhitzen und den Spinat zusammenfallen lassen, Sahne angießen und salzen. Die Hähnchenbrust mit dem Paprikapüree und dem Spinat anrichten.

Jacqueline Amirfallah 28. November 2012

## Geschmorte Hähnchen-Keule in Rotwein mit Schalotten

### Für 4 Personen

20 g Hefe	1 Prise Zucker	350 g Mehl
Salz	10 kleine Schalotten	1 Knoblauchzehe
4 Hähnchenkeulen	2 EL Butterschmalz	Pfeffer
2 EL Sojasauce	500 ml Spätburgunder Rotwein	1 Lorbeerblatt
1 Zweig Thymian	1 EL Haselnüsse	1 TL Rosinen
100 g Champignons	2 EL Butter	

Für den Hefeteig die Hefe mit ca. 150 ml lauwarmen Wasser und einer Prise Zucker verrühren, alles mit dem Mehl und einer Prise Salz zu einem Teig mischen. Diesen abgedeckt ca. 30 Minuten gehen lassen. Schalotten schälen und halbieren. Knoblauch schälen und andrücken. Die Hähnchenkeulen im Gelenk durchschneiden und die Haut abziehen. Keulen in einem Schmortopf mit 2 EL Butterschmalz von allen Seiten goldbraun anbraten, Schalotten und Knoblauch zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen, mit 2 EL Sojasauce ablöschen. Die Sojasauce einkochen, dann mit Rotwein ablöschen, Lorbeer und Thymian zugeben und ca. 30 Minuten schmoren lassen, dabei die Keulen immer wieder wenden. Bei Bedarf noch etwas Rotwein nachgießen. Den Backofen auf 230 Grad (Umluft 220 Grad) vorheizen. Haselnüsse und Rosinen fein hacken und unter den Hefeteig mischen. Aus dem Teig dünne Baguettestangen formen und diese im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten backen. Die Champignons putzen, vierteln und kurz vor dem Servieren zu den Keulen geben, ca. 5 Minuten mitköcheln lassen, nochmals abschmecken. Die Keulen aus dem Topf nehmen und anrichten. Die Sauce mit 2 EL Butter montieren und über die Keulen geben. Mit den Brotstangen servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 23. März 2011

# Geschmortes Hähnchen mit Pflaumen und Kichererbsen

## Für 4 Personen

300 g Kichererbsen	650 ml Gemüsebrühe	1 Freilandhähnchen
2 Zwiebeln	Salz	1 kg Pflaumen
Pfeffer	3 EL Butterschmalz	Zucker
1 Lorbeerblatt	1,5 TL Fenchelsamen	1 Zweig Thymian
3 Lauchzwiebeln	2 EL Butter	

Die Kichererbsen waschen und dann in einer Schüssel mit reichlich kaltem Wasser über Nacht einweichen. Dann abschütten und in einem Topf mit Gemüsebrühe ca. 1,5 Stunden weich kochen. Vom Hähnchen die Brüste auslösen und die Keulen abtrennen. Die Knochen des Hähnchens grob hacken, in einen Topf geben, mit Wasser auffüllen, sodass alle Knochen bedeckt sind und aufkochen. Eine Zwiebel halbieren, zugeben, leicht salzen und alles ca. 30 Minuten kochen, dann die Brühe durch ein Sieb passieren. Die Pflaumen waschen, halbieren und die Kerne entfernen. Eine Zwiebel schälen, fein würfeln. Die Hähnchenkeulen am Gelenk durchschneiden und die Stücke mit Salz und Pfeffer würzen. In einem Topf mit 2 EL Butterschmalz anbraten, dann die Zwiebelwürfel zugeben und mit anschwitzen. 2/3 der Pflaumen zugeben, mitanbraten, mit 1 EL Zucker bestreuen und diesen karamellisieren lassen. Die Hühnerbrühe angießen, Lorbeerblatt, 1 TL Fenchelsamen und Thymian zugeben und alles bei milder Hitze weich schmoren. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Lauchzwiebeln, putzen waschen und fein schneiden. 1/2 TL Fenchelsamen im Mörser zerstoßen. Die Hähnchenbrüste mit Salz und den Fenchelsamen würzen und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten anbraten. Dann auf ein Backgitter legen und im vorgeheizten Ofen fertig garen (ca. 8 Minuten). Die restlichen Pflaumen in der Fleischpfanne anbraten, Lauchzwiebeln zugeben, kurz durchschwenken und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. 1/4 der gekochten Kichererbsen aus dem Topf nehmen. Zu den restlichen Kichererbsen im Topf 2 EL Butter geben, mit einem Pürierstab fein mixen und abschmecken. Die geschmorten Keulen aus dem Topf nehmen und das Fleisch von den Knochen lösen. Den Schmorfond durch ein Sieb passieren und abschmecken. Kichererbsenpüree mit Hilfe eines Ringes auf Tellern anrichten, das ausgelöste Fleisch mit den Pflaumen obenauf legen, die Kichererbsen daneben legen und die Sauce angießen. Hähnchenbrüste in Tranchen aufschneiden und ebenfalls auf die Teller legen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 07. September 2011

## Hähnchen-Brust in Zitronen-Marinade und Zucchini-Gemüse

### Für 2 Personen

2 Hähnchenbrustfilets	Salz, Pfeffer	130 ml Olivenöl
2 Bio-Zitronen	1/2 Bund Thymian	100 ml Geflügelbrühe
2 Fleischtomaten	3 mittelgroße Zucchini	1 Zwiebel
Zucker	1/2 Bund Schnittlauch	

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen (Umluft 85 Grad). Die Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl von beiden Seiten anbraten. In eine backofengeeignete Form geben und im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten fertig garen. In der Zwischenzeit die Zitronen heiß abwaschen und trocknen. Dann etwas Schale abreiben und den Saft ausdrücken. Thymian abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. 100 ml Olivenöl mit Zitronensaft und Zitronenschale vermischen. Thymianblättchen dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Diese Marinade auf 2 Schüsseln verteilen, eine Schüssel zur Seite stellen. Die andere mit 100 ml Geflügelbrühe vermischen. Die gegarten Hühnerbrüste aus dem Ofen nehmen und mit der Geflügelbrühe-Zitronen-Marinade begießen. Die Tomaten am Strunkansatz einritzen, kurz in heißem Wasser blanchieren, abschrecken und die Haut abziehen. Tomaten vierteln, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Zucchini waschen. Aus einer Zucchini 12 dünne Scheiben abschneiden. Restliche Zucchini fein würfeln. Zwiebel schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anschwitzen. Zucchiniwürfel zugeben, mit Salz und Zucker würzen und braten. Die Hälfte der Tomatenwürfel zugeben und kurz mitanbraten. Die beiseite gestellte Zitronen-Marinade mit einigen Tomatenwürfeln und den Zucchinischeiben mischen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln, fein schneiden und mit restlichen Tomatenwürfeln mischen, mit Salz und Zucker abschmecken. Hähnchenbrustfilets in Tranchen aufschneiden und mit gebratenem Gemüse, marinierten Zucchinischeiben und Tomatenwürfeln anrichten. Dazu passt Baguette.

Jacqueline Amirfallah 06. Juni 2012

## Perlhuhn-Brust mit Basilikum und Pesto-Nudeln

### Für 4 Personen

2 Knoblauchzehen	1 Bund Basilikum	100 g Pinienkerne
140 ml Olivenöl	100 g Parmesan	Salz
4 Perlhuhnbrüste	500 g Pennerigate	12 Kirschtomaten
2 kleine Zucchini	Pfeffer, Zucker	

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Knoblauch schälen, Basilikumblätter von den Stielen zupfen. Einige Basilikumblätter beiseitelegen, die restlichen mit 70 g Pinienkernen, den Knoblauchzehen und ca. 100 ml Olivenöl pürieren. 80 g Parmesan fein reiben, unter das Basilikumpesto mischen und mit Salz abschmecken. Übrigen Parmesan in Splitter hobeln. Von den Perlhuhnbrüsten die Haut hochziehen, das Fleisch salzen und mit den zurück behaltenen Basilikumblättern und einigen Parmesansplittern belegen, die Haut wieder darüber ziehen. In einer Pfanne mit hitzebeständigem Griff die Perlhuhnbrüste mit 2 EL Olivenöl und von beiden Seiten anbraten, auf der Hautseite sollte die Haut goldbraun werden, dann in den vorgeheizten Backofen geben und ca. 10 Minuten fertig garen. Die Nudeln in einem großen Topf mit Salzwasser bissfest kochen. Kirschtomaten mit heißem Wasser überbrühen, die Haut abziehen und die Tomaten halbieren. Zucchini in Würfel schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anbraten. Die Nudeln abgießen, mit heißem Wasser abspülen und zu den Zucchini geben, etwas Pesto und die restlichen Pinienkerne dazugeben alles gut durch schwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Fleischstücke aus der Pfanne nehmen, die Tomaten in der Fleischpfanne kurz warm werden lassen, mit Salz und Zucker abschmecken. Perlhuhnbrüste mit den Pestonudeln und den Kirschtomaten servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 29. Juni 2011

## Pochierte Hähnchen-Brust mit gelben Linsen

### Für 2 Personen

1 TL Fenchelsamen	2 Zitronen	400 ml Hühnerbrühe
Salz, Pfeffer	1 Lorbeerblatt	3 Zweige Thymian
2 Hähnchenbrustfilets à 150 g	2 EL Rosinen	1 rote Zwiebel
1 Möhre	1 EL Olivenöl	150 g gelbe Linsen
1 kleine Gurke	1 Knoblauchzehe	200 g Joghurt
1/2 Bund Koriander	1/2 Bund Schnittlauch	1 TL Speisestärke

Fenchelsamen mörsern, Zitronen entsaften. Ca. 150 ml der Hühnerbrühe mit dem Zitronensaft, Fenchelsamen, Salz, Pfeffer, einem Lorbeerblatt und einigen Zweigen Thymian in einem Topf erwärmen. Die Hähnchenbrüste und Rosinen in den Sud legen und bei einer Temperatur von ca. 64 Grad je nach Größe 15 – 20 Minuten garziehen lassen, auf keinen Fall kochen, sonst wird die Brust trocken. Die Zwiebel und Möhre schälen und würfeln. Olivenöl in einem Topf erhitzen und Zwiebel und Möhre anbraten, die restliche Brühe zugeben und kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Einmal aufkochen, dann die Linsen zugeben, nochmal aufkochen lassen umrühren und von der Hitze nehmen. Vorsicht gelbe Linsen verkochen sehr schnell! Gurke schälen und raspeln, Knoblauch schälen und sehr fein schneiden. Den Joghurt mit der Gurke und dem Knoblauch mischen und mit Salz, Pfeffer und einem Schuss Zitronensaft abschmecken. Koriander und Schnittlauch waschen, trocken schütteln und hacken. Linsen mit Koriandergrün und Schnittlauch abschmecken. Die Hühnerbrust aus dem Sud nehmen und warm stellen. Speisestärke mit 1 EL Wasser vermischen. Den Sud durch ein Sieb in einen Topf geben, aufkochen und mit etwas angerührter Stärke binden. Die Rosinen aus dem Sieb nehmen und wieder in die Sauce geben. Hähnchenbrüste schräg aufschneiden und mit den Linsen und er Sauce anrichten.

Jacqueline Amirfallah 11. Januar 2012



## Pommersche Gänse-Keulen mit Backpflaumen

### Für 4 Personen

12 Backpflaumen	1 Bund Suppengemüse	3 EL Speiseöl
1 EL Tomatenmark	1 EL Puderzucker	1/4 l Rotwein
1/2 l Hühnerbrühe	4 Gänsekeulen (a 500 g)	2 EL zerlassene Butter
Salz	1 Knoblauchzehe	1 Lorbeerblatt
4 Pimentkörner	1/2 TL schwarze Pfefferkörner	1 kleiner Apfel
1 Streifen Zitronenschale	Pfeffer	1 Prise Majoran

Die Backpflaumen mit 100 ml heißem Wasser übergießen, ziehen lassen. Das Gemüse putzen und waschen bzw. schälen und in kleine Würfel schneiden. Das Gemüse in einem Bräter im Öl anbraten, das Tomatenmark kurz mitrösten. Mit dem Puderzucker bestäuben. Etwa 100 ml Wein angießen und einkochen lassen. Restlichen Wein und die Brühe hinzufügen und auf die Hälfte einkochen. Den Backofen auf 150 Grad vorheizen. Die Gänsekeulen waschen, trocken tupfen und mit einer spitzen Gabel oder Nadel einstechen, damit das Fett beim Braten leichter austreten kann. Die Keulen mit Salz würzen und auf den Saucenansatz im Bräter legen. Im Ofen etwa 4 1/4 Stunden weich schmoren. Nach etwa 3 1/2 Stunden die geschälte Knoblauchzehe, das Lorbeerblatt, die Piment- und die Pfefferkörner dazugeben. Die Keulen aus dem Bräter nehmen und warm halten. Den Saucenansatz eventuell entfetten und durch ein Sieb in einen kleinen Topf gießen, dabei das Gemüse gut ausdrücken. Den Apfel schälen, entkernen und in feine Würfel schneiden. Mit den Backpflaumen und dem Einlegewasser zur Sauce geben. Die Pflaumensauce kurz köcheln lassen und nach Belieben leicht binden. Die Zitronenschale 2 Minuten in der Sauce ziehen lassen und wieder entfernen. Die Pflaumensauce mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Majoran würzen. Die Gänsekeulen mit der Pflaumensauce anrichten. Nach Belieben Klöße dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah 23. November 2011

## Porree a la - Creme mit Hähnchen-Brust

### Für 2 Personen

250 g Lauch (Porree)	2 Stiele Majoran	2 Hähnchenbrustfilets
250 g Sahne	Salz, Pfeffer	1 EL Butterschmalz
500 g Kartoffeln	2 EL Butter	1 Prise Zucker
125 ml Geflügelbrühe	1 TL Kartoffelstärke	Muskat

Den Backofen auf 100 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Lauch putzen, waschen und abtropfen lassen. Ca. 30 g Lauch in feine Würfel schneiden. Majoran abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Hähnchenbrustfilets zuschneiden, ca. 30 g der Abschnitte mit 30 g Sahne in einen Cutter geben, mit Salz und Pfeffer würzen, Majoranblättchen zugeben und zu einer Farce mischen. Feingeschnittenen Lauch untermischen, die Masse in einen Spritzbeutel füllen. Die Haut der Hähnchenbrustfilets anheben und die Farce darunter spritzen. Hähnchenbrustfilets salzen und in einer Pfanne (backofengeeignet) mit Butterschmalz sanft von beiden Seiten anbraten. Dann im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten garen. Die Kartoffeln schälen, in dünne Scheiben schneiden und diese in Rauten schneiden. Rest Lauch längs halbieren und in Rauten oder Vierecke schneiden. Den weißen Anteil des Lauchs zusammen mit den Kartoffeln in einer Pfanne mit Butter anbraten. Mit Salz und wenig Zucker würzen. Rest Sahne und Geflügelbrühe zugeben und ca. 5 Minuten kochen. Kartoffelstärke mit 1 EL Wasser anrühren und die Sahne-Lauch-Kartoffeln damit binden. Den grünen Lauchanteil zugeben, nochmals kurz ziehen lassen und mit Salz und Muskat abschmecken. Die Hühnerbrust anschneiden und mit den Sahne-Lauch-Kartoffeln zusammen servieren.

Jacqueline Amirfallah 02. November 2011

# Rosmarin-Hähnchen-Schnitzel mit Käse-Maultaschen

## Für 4 Personen

150 g Hartweizengrieß	150 g Mehl	Salz
2 Eier	10 Scheiben Toastbrot	150 g Greizerkäse
1 Zwiebel	5 EL Butter	Pfeffer
600 g Möhren	2 Schalotten	Zucker
4 Zweige Rosmarin	4 Hähnchenbrustfilets a 150 g	2 EL Mehl
2-3 EL Butterschmalz		

Für den Teig Hartweizengrieß, Mehl und 1 Prise Salz mit einem Ei vermengen und so viel Wasser dazugeben, bis ein geschmeidiger Teig entsteht, der nicht klebt. Teig in Frischhaltefolie einschlagen und ca. 30 Minuten ruhen lassen. Toastbrot in einem Cutter oder mit einer Reibe zu Bröseln verarbeiten. Käse fein reiben. Zwiebel schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen. In eine Schüssel geben, den Käse und die Hälfte der Brotbrösel zugeben. Alles mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Teig mit einer Nudelmaschine oder Nudelholz dünn ausrollen, mit einem runden Teigausstecher (von ca. 10 cm Durchmesser) Teigkreise ausstechen. Auf eine Hälfte der Teigstücke etwas Käsemasse geben, die Ränder mit Wasser bepinseln und halbmondförmig zusammenklappen. Die Ränder gut andrücken, mit der flachen Hand vorsichtig platt drücken, damit sich die Füllung gut verteilt. In einem Topf mit kochendem Salzwasser die Maultaschen ca. 3-4 Minuten kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. Die Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Schalotten schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 2 EL Butter anschwitzen, die Möhren zugeben, mit Salz und Zucker würzen und zugedeckt ca. 10 Minuten dünsten. (Evtl. 2-3 EL Wasser zugeben.) Rosmarin abspülen, trocken schütteln, fein hacken und den übrigen Brotbröseln mischen. Die Hähnchenbrustfilets zwischen einem Gefrierbeutel plattieren. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, in Mehl wenden, durch ein verquirltes Ei ziehen und in den Rosmarinbröseln panieren. In einer Pfanne mit Butterschmalz bei mittlerer Hitze die Schnitzel von beiden Seiten braten. Die Käse-Maultaschen in einer Pfanne mit 2 EL Butter warm schwenken. Rosmarinschnitzel mit Käse-Maultaschen und Möhren anrichten.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 09. Februar 2011

## Roulade vom Huhn mit Kräuter-Füllung

### Für 4 Personen

100 g junge Spinatblätter	1 Bund Basilikum	1 Bund glatte Petersilie
Schweinenetz (vom Metzger)	1 Hähnchen	1 Hähnchenbrust ohne Haut
200 ml Sahne	1 Eiweiß	Salz
500 ml Hühnerbrühe	1 EL kalte Butter	Pfeffer

Den Backofen auf 200 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 180 Grad) vorheizen. Spinatblätter und Kräuter abspülen und trocken schütteln. Das Schweinenetz in einer Schüssel mit reichlich kaltem Wasser gut wässern. Hähnchen vorsichtig vom Knochen lösen, sodass die Haut unversehrt bleibt. Die zusätzliche Hähnchenbrust würfeln und mit ca. 150 ml Sahne, Eiweiß und einer Prise Salz zu einer Farce pürieren. Das ausgelöste Hähnchen salzen, mit der Farce bestreichen. Mit den Spinatblättern und Kräutern belegen. Zu einer Rolle formen und in das Schweinenetz einwickeln. Mit Küchengarnt fixieren und rundherum in einer backofengeeigneten Pfanne anbraten. Dann im vorgeheizten Ofen noch ca. 25 Minuten garen. Anschließend den Bratenansatz in der Pfanne mit der Hühnerbrühe ablöschen und einkochen lassen. Die restliche Sahne zugeben, die Sauce mit kalter Butter binden und abschmecken. Hähnchenrolle aufschneiden und mit der Sauce anrichten. Dazu passen dünne Bandnudeln oder Kartoffelpüree.

Jacqueline Amirfallah 11. April 2012

## Sommerliches Hähnchen-Aprikosen-Sandwich

### Für 2 Personen

200 ml Hühnerbrühe	2 Hähnchenbrustfilets	1 Zitrone
1 TL scharfer Senf	1 frisches Eigelb	130 ml Olivenöl
Salz, Pfeffer	1 Stängel Liebstöckel	4 Aprikosen
1 EL Butter	1 Prise Zucker	1 Baguette
$\frac{1}{2}$ Romanasalat	3 Frühlingszwiebeln	3 Stiele Estragon

Die Hühnerbrühe in einem Topf erhitzen, gut abschmecken und Lorbeerblatt und Hähnchenbrustfilets einlegen. Fleisch bei ca. 65 Grad Brühentemperatur ca. 25 Minuten gar ziehen lassen. Von der Zitrone den Saft auspressen. Für die Mayonnaise Senf und Eigelb mit dem Schneebesen gut verrühren. Das Olivenöl langsam unter Rühren zugeben, bis die Mayonnaise die gewünschte Konsistenz hat. Diese mit Salz, etwas Pfeffer und 1 Spritzer Zitronensaft abschmecken. Liebstöckel abspülen, trocken schütteln, fein hacken und unter die Mayonnaise mischen. unterrühren und mit Salz abschmecken. Die Aprikosen waschen, abtrocknen, halbieren und die Steine auslösen. Vier Aprikosenhälften in einer Pfanne mit 1 EL Butter braten, mit einer Prise Zucker und Pfeffer würzen. Backofen auf 180 Grad Oberhitze vorheizen. Das Baguette längs aufschneiden, auf ein Backblech geben und im Backofen einige Minuten rösten. Romanasalatblätter putzen, waschen, abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Die restlichen Aprikosenhälften in Spalten schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und fein schneiden. Estragon abspülen, trocken schütteln, die Hälfte davon fein hacken. Salat, Aprikosenspalten, Frühlingszwiebeln und gehacktem Estragon in eine Schüssel geben, mit 2 EL Zitronensaft und 3 EL Olivenöl marinieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gegartes Hähnchenbrustfilet aus der Brühe nehmen und in Scheiben aufschneiden. Die gerösteten Brothälften mit der Mayonnaise bestreichen, die gebratenen Aprikosen und die Fleischscheiben darauf legen, leicht salzen und Estragonblätter darüber streuen. Die belegten Brotscheiben auf Tellern anrichten und den Salat dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 20. Juli 2011

# Walnuss-Möhren-Reis mit geschmorter Enten-Keule

## Für 4 Personen

4 Entenkeulen	Salz, Pfeffer	3 EL Butter
2 Zwiebeln	2 EL Honig	200 ml Geflügelbrühe
150 g Basmatireis	500 g Möhren	50 g Walnüsse
50 g getrocknete Aprikosen		

Die Keulen im Gelenk trennen, salzen, pfeffern und rundherum in einem Esslöffel Butter goldbraun anbraten. Die Zwiebeln schälen, fein würfeln, zu den Entenkeulen geben und mit braten. Zwei Esslöffel Honig und 200 ml Brühe dazu geben und ca. 25 Minuten bei fast geschlossenem Deckel weich schmoren, dabei immer wieder wenden und falls nötig Flüssigkeit zugeben. Den Reis in kochendes Salzwasser geben und ca. 7 Minuten kochen lassen. Möhren schälen und in feine Streifen schneiden. In einem Topf einen Esslöffel Butter erhitzen und die Möhren anbraten. Die Walnüsse hacken und zu den Möhren geben, ebenfalls die in feine Streifen geschnittenen Aprikosen. Reis abgießen und abspülen. Mit der Möhren-Walnussmischung vermengen und auf kleiner Flamme ca. 3-5 Minuten dämpfen. Die Entenkeulen aus dem Sud nehmen, die Haut entweder kross braten oder abnehmen. Die Sauce passieren und mit Butter montieren, abschmecken. Entenkeulen mit der Sauce und Walnuss-Möhren-Reis anrichten.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 19. Januar 2011



**Hack**

## Orientalische Kohl-Rouladen

### Für 4 Personen

100 g Rundkornreis	Salz	1 kleiner Weißkohl (ca. 1 kg)
2 Zwiebeln	4 EL Butterschmalz	1 Prise Safranfäden
50 g Mandeln	50 g Pistazien	50 g Sultaninen
200 g Rinderhackfleisch	1 Prise Sumach	

Reis in Salzwasser weich kochen. Vom Weißkohl 8-12 schöne Blätter herauslösen, diese in Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Restlichen Kohl halbieren, den Strunk entfernen und ca. 350 g Kohl sehr fein schneiden. Zwiebeln schälen, sehr fein würfeln und die Hälfte davon in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz anschwitzen, den fein geschnittenen Weißkohl zugeben, salzen und schmoren bis der Kohl fast weich ist. Die Safranfäden im Mörser zermahlen. Mandeln, Pistazien und Sultaninen grob hacken. 1 Prise Safran unter den gebratenen Kohl mischen, Mandeln, Pistazien, Sultaninen und den gekochten Reis darunter mischen. Den Topf vom Herd nehmen, das rohe Hackfleisch zugeben und Safran fäden im Mörser zermahlen und zugeben (einige Fäden zurückbehalten)Mandeln, Pistazien und Sultaninen grob hacken und zugeben. Reis darunter mischen, Topf vom Herd nehmen und das rohe Hackfleisch zugeben, alles sehr gut vermengen und mit Salz und Sumach abschmecken. Die Kohlblätter flach auslegen, falls nötig die Rippen heraus schneiden und ein wenig von der Füllung darauf geben, dann zu kleinen Roulade aufrollen. In einem großen flachen Topf die restliche fein geschnittene Zwiebel mit 2 EL Butterschmalz anbraten und die Kohlrouladen eng an eng hineinlegen bis Sie den Boden bedecken. 1 Prise Safran mit 50 ml warmen Wasser vermischen und darüber gießen. Die Kohlrouladen bei milder Hitze, zugedeckt ca. 15 Minuten garen. Herausnehmen und servieren. Dazu passt sehr gut Fladenbrot.

Jacqueline Amirfallah 09. November 2011



# Rosenkohl mit Rinder-Hack und Schwarzkümmel gefüllt

## Für 2 Personen

ca. 500 g Rosenkohl	1 EL Schwarzkümmel	2 Zwiebeln
4 EL Butter	1 Brötchen vom Vortag	60 g Salami
250 g Rinderhack	1 Eigelb	Salz, Pfeffer
500 g Kartoffeln, fest	1 EL Butterschmalz	

Rosenkohl waschen, den harten Strunkansatz abschneiden und die Blättchen einzeln lösen. Einige Stücke hitzebeständige Frischhaltefolie vorbereiten und darauf jeweils die Rosenkohlblättchen kreisförmig dicht an dicht auslegen, zu einem Kreis von ca. 6-8 cm Durchmesser. Schwarzkümmel im Mörser fein zerstoßen. Die Zwiebeln fein würfeln und eine Zwiebel in einer Pfanne mit 1 EL Butter anbraten und den Kümmel zugeben. Das Brötchen in Wasser einweichen. Die Salami in feine Würfel schneiden. Rinderhack in eine Schüssel geben. Das Brötchen ausdrücken, in Stücke zerzupfen und zum Rinderhack geben. Ebenfalls die angeschwitzte Zwiebel, das Eigelb und die gewürfelte Salami. Alles mit dem Rinderhack mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Je einen Löffel Hackmasse auf die vorbereiteten Rosenkohlblätter geben und die Frischhaltefolie oben zusammendrehen, so dass eine Kugel entsteht. Die Kartoffeln schälen, in 1 cm große Würfel schneiden und in Salzwasser gar kochen. Die Rosenkohlkugeln in einem Topf mit kochendem Wasser ca. 8 Minuten garen. Die gekochten Kartoffeln abschütten und etwas abtropfen lassen. In einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz die restliche Zwiebel anschwitzen, die Kartoffelwürfel zugeben und goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. 3 EL Butter in einem Topf langsam schmelzen und bräunen. Die Rosenkohlkugeln vorsichtig aus der Folie packen und auf Tellern anrichten. Mit der gebräunten Butter bestreichen, die gebratenen Kartoffeln zugeben und servieren.

Jacqueline Amirfallah 25. Januar 2012

## Rote Zwiebeln gefüllt mit Rinder-Hack, Gemüse-Couscous

### Für 2 Personen

4 rote Zwiebeln	Salz	3 EL Butterschmalz
1 l Rinderbrühe	3 Zweige Thymian	1 Lorbeerblatt
200 g Rinderhack	1 Prise Schwarzkümmel	1 Bund Lauchzwiebeln
1 Stange Porree	1 große Möhre	1 Pastinake
100 g Couscous		

Den Backofen auf 170 Grad vorheizen (Umluft 150 Grad, Gas Stufe 3). Die Zwiebeln vorsichtig schälen, so dass die darunterliegenden Schichten nicht eingeschnitten werden. Die Wurzeln so abschneiden, dass die Zwiebel nicht auseinanderfällt, einen Deckel abschneiden und mit Hilfe eines Parisien-Ausstechers die Zwiebeln aushöhlen. Die ausgehöhlten Zwiebeln in Salzwasser blanchieren. Das Ausgehöhlte fein hacken. Die Hälfte davon in 1 EL Butterschmalz anbraten, mit der Hälfte der Rinderbrühe auffüllen, 1 Zweig Thymian und Lorbeerblatt zugeben und die Flüssigkeit etwas einkochen lassen. Die andere Hälfte der Zwiebeln mit der Hälfte des Rinderhacks in 1 EL Butterschmalz anbraten und mit Salz und Thymian abschmecken. Das restliche Rinderhack untermischen, mit Salz und Schwarzkümmel abschmecken und in die Zwiebeln füllen. Im Backofen bei 170 Grad ca. 15 Minuten backen, falls die Zwiebeln dunkel werden mit Alufolie abdecken. Die Lauchzwiebeln putzen und das Weiße fein schneiden. Porree, Möhre und Pastinake putzen und würfeln. Zwiebel und Gemüsewürfel im restlichen Butterschmalz anbraten, salzen, mit der restlichen Brühe auffüllen und aufkochen. Den Couscous zugeben, wieder aufkochen und 5 Minuten ziehen lassen. Das Grüne vom Zwiebellauch längs in feine Fäden schneiden und 5 Minuten in Eiswasser legen. Sauce abschmecken und falls nötig binden, nach Wunsch passieren. Couscous nochmals abschmecken, im Ausstecher auf den Tellern anrichten, gefüllte Zwiebel darauf setzen und mit dem Lauch garnieren, Sauce angießen.

Jacqueline Amirfallah 07. November 2012

# Innereien

## Gebratene Geflügel-Leber mit Feigen-Chutney

### Für 2 Personen

150 g Kichererbsen	Salz	2 Schalotten
6 – 7 Feigen, frisch	5 EL Olivenöl	1 Prise Zucker
2 EL Rotweinessig	1/2 Bund Thymian	Pfeffer
1 EL Sesampaste (Tahin)	150 g Geflügelleber	1 EL Mehl
1 TL Butter	2 EL Portwein	

Die Kichererbsen über Nacht in reichlich kaltem Wasser einweichen. Dann abgießen und in einem Topf mit reichlich Salzwasser weichkochen. Für das Feigenchutney die Schalotten schälen und würfeln, die Feigen schälen und klein schneiden. 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Schalotten anschwitzen und die Feigen zugeben. Mit Salz, einer Prise Zucker und Essig würzen. Thymian abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Thymianblätter zu den Feigen geben, kurz köcheln und lassen, dann zum Abkühlen zur Seite stellen. Von den gekochten Kichererbsen einige beiseite legen, die restlichen mit 2 Esslöffeln Olivenöl, Salz und Pfeffer pürieren. Falls die Masse zu fest ist, etwas von dem Kochwasser zugeben bis ein cremiges Püree entsteht. Mit Salz, Pfeffer und Sesampaste abschmecken. Die Leber in Mehl wenden. In einer Pfanne 1 Esslöffel Olivenöl erhitzen und die Leber von beiden Seiten ca. 3 Minuten braten. Überschüssiges Fett aus der Pfanne gießen, die Leber salzen, Butter und Portwein zur Leber geben und weiterbraten, bis die Flüssigkeit fast verdampft ist. Die restlichen Kichererbsen mit Salz, 1 EL Olivenöl und Thymian würzen. Kichererbsenpüree mit der Leber und dem Feigenchutney anrichten. Nach Belieben mit einer frischen Feige garnieren.

Jacqueline Amirfallah 21. Dezember 2011

## Pikanter Bratapfel mit Maronen gefüllt und Hühner-Leber

### Für 2 Personen

10 Esskastanien (Maronen)	200 g Kartoffeln, mehlig	2 große Boskoop
150 g Hühnerleber	1 rote Zwiebel	2 EL Butterschmalz
Salz, Pfeffer	1 Prise Kreuzkümmel	2 Stiele frischer Majoran
1,5 EL Butter	1 Prise Muskat	20 ml roter Portwein

Den Backofen auf 220 Grad (Umluft 200 Grad) vorheizen. Die Maronen auf der glatten Seite einritzen, auf ein Backblech geben und ca. 10 Minuten in den vorgeheizten Ofen schieben. Dann herausnehmen, schälen und grob hacken. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 170 Grad) herunterschalten. Die Kartoffeln weich kochen. Die Äpfel waschen, mit einem Apfelsausstecher das Kerngehäuse entfernen und zusätzlich mit einem Messer noch etwas Fruchtfleisch schneiden, so dass eine Aushöhlung für die Füllung entsteht. Das ausgehöhlte Apfelfruchtfleisch fein hacken. 30 g der Hühnerleber fein hacken. Die rote Zwiebel schälen, halbieren, in hauchdünne Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Die Hälfte der angeschwitzten Zwiebel aus der Pfanne nehmen und zur Seite legen. Zu den übrigen Zwiebeln in der Pfanne die gehackten Maronen, gehackten Apfel geben und die gehackte Hühnerleber geben und mit anschwitzen. Dann mit Salz, Pfeffer und einer Prise Kreuzkümmel würzen. Die ausgehöhlten Äpfel von innen salzen und pfeffern und die Maronen-, Zwiebel-, Apfel-, Lebermasse hineingeben. Die gefüllten Äpfel in eine Auflaufform geben und im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten garen. Majoran abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Die gekochten heißen Kartoffeln pellen und in eine Schüssel geben. 1 EL Butter, Majoranblättchen und die übrigen Zwiebeln zugeben und alles mit einem Kartoffelstampfer zerstampfen. Mit Salz und Muskat würzen. Die Leber von allen Seiten in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anbraten, dann das überschüssige Fett aus der Pfanne abgießen, die Leber salzen, 1 TL Butter und den Portwein zugeben und die Leber fertig garen. Kartoffelstampf auf den Tellern anrichten, Bratapfel darauf setzen und die Leber im Portweinsud dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 26. Oktober 2011



**Kalb**

## Kalb-Blanquette mit Frühling-Gemüse

### Für 4 Personen

1 Zwiebel	800 g Kalbsbrust	Salz
1 EL Butterschmalz	700 ml Kalbsfond	1 Lorbeerblatt
800 g Kartoffeln, fest	1 kg Erbsen in der Schote	50 g Zuckerschoten
1 Bund junge Möhren	3 EL Butter	1 Prise Zucker
400 g weißer Spargel	400 g grüner Spargel	1 TL Speisestärke
Pfeffer		

Zwiebel schälen und fein schneiden. Die Kalbsbrust in mundgerechte Stücke schneiden, salzen und in einem Schmortopf mit 1 EL Butterschmalz kurz von allen Seiten anbraten, dann Kalbsfond angießen, Lorbeerblatt und Zwiebel zugeben und das Fleisch darin garziehen lassen. Es sollte nicht stark kochen, sondern eher siedeln. Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser weichkochen. Die Erbsen aus der Schote pulen. Zuckerschoten waschen. Möhren schälen und waschen und in einer Pfanne mit 2 EL Butter, einer Prise Salz und Zucker zugedeckt weich dünsten. Weißen Spargel schälen und die Enden abschneiden. Die Spargelschalen mit Wasser aufsetzen, salzen und kurz (ca. 5 Minuten) kochen lassen, dann die Spargelschalen entfernen. Vom grünen Spargel nur das untere Drittel der Stange schälen und die Enden abschneiden. Weißen und grünen Spargel im vorbereiteten Spargelwasser weich kochen (ca. 8-10 Minuten). Spargel herausnehmen und dann im Spargelwasser die Erbsen und Zuckerschoten blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Das weich gekochte Fleisch aus der Brühe nehmen und warmstellen. Das Lorbeerblatt entfernen. Stärke mit 1 EL Wasser anrühren und die Sauce damit binden, 1 EL kalte Butter unterrühren und abschmecken. Fleisch und Gemüse hübsch auf dem Teller anrichten und Sauce angießen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 15. Juni 2011



## Kalb-Geschnetzeltes mit Frühling-Gemüse

### Für 4 Personen

1 Bund junge Möhren	1 Kohlrabi	50 g Zuckerschoten
500 g Erbsen in der Schote	2 Frühlingszwiebeln	100 g Champignons
2 EL Butter	Salz, Zucker	500 g Kalbfleisch
1-2 EL Butterschmalz	1 TL Kartoffelstärke	250 ml Geflügelbrühe
200 ml Sahne	1 Spritzer Zitronensaft	

Die Möhren putzen bzw. schälen und halbieren. Kohlrabi schälen, in Scheiben und dann in Rauten oder in Halbmonde schneiden. Zuckerschoten waschen und in Rauten schneiden. Die Erbsen aus der Schale puhlen. Das weiße der Frühlingszwiebel fein schneiden, das Grün in feine Röllchen schneiden. Die Champignons vierteln. Möhren in einem Topf mit 2 EL Butter anschwitzen, Kohlrabi zugeben mit Salz und einer Prise Zucker würzen und ca. 10 Minuten zugedeckt weich dünsten. (Dabei darauf achten, dass das Gemüse knackig bleibt.) In der Zwischenzeit das Fleisch entgegen der Faser in dünne Scheiben schneiden, salzen und in einer großen Pfanne mit 1-2 EL Butterschmalz von beiden Seiten braten. Dann heraus nehmen und im Ofen bei 60 Grad warm stellen. Vorbereitete fein gehackte Frühlingszwiebeln und Champignons in der Fleischpfanne anschwitzen, Stärke darüber streuen und mit der Brühe ablöschen, gut verrühren. Mit Sahne auffüllen und leicht köcheln lassen. Mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Das Grün der Frühlingszwiebeln zugeben und die Fleischscheiben wieder zugeben und alles durchschwenken. Vorsicht die Sauce darf nicht kochen wenn das Fleisch darin ist das wird sonst zu fest und trocken. Zum gedünsteten Gemüse die Erbsen und Zuckerschoten geben, kurz durchschwenken und abschmecken. Fleisch mit der Sauce anrichten, das Gemüse dazu reichen. Dazu passen neue gekochte Kartoffeln.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 13. April 2011

## Kalb-Rouladen mit Pfifferlingen und Geitost

### Für 4 Personen

300 g frische Pfifferlinge	2 Schalotten	4 EL Butterschmalz
Salz, Pfeffer	100 g Geitost (Käse aus Norwegen)	600 g Kalbsrücken
1 Prise Schwarzkümmel	1 Bund Majoran	3 Halme Zwiebellauch
300 ml Kalbsbrühe	1 EL Crème-fraîche	

Den Backofen auf 120 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Pfifferlinge gut putzen und die Hälfte der Pilze grob hacken. Schalotten schälen und fein schneiden. Die gehackten Pfifferlinge in einer heißen Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anbraten, eine fein geschnittene Schalotte zugeben und mit anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen. Dann die Pfanne vom Herd ziehen. Den Geitost in kleine Würfel schneiden oder grob raspeln und mit den gebratenen Pfifferlingen vermischen. Den Kalbsrücken entgegen der Faser in dünne Scheiben schneiden, falls notwendig leicht plattieren. Die Fleischscheiben mit Salz und einer Prise gemörsertem Schwarzkümmel würzen. Darauf die gebratenen Pilze geben und zu Rouladen aufrollen. Mit einer Rouladennadel oder Küchengarnt fixieren. In einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz die Rouladen rundherum goldbraun anbraten, in eine feuerfeste Form legen und bei 120 Grad im vorgeheizten Ofen fertig garen. Majoran abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Zwiebellauch waschen, putzen und fein schneiden. Das Fett aus der Fleischpfanne abschütten, 1 EL Butterschmalz zugeben und eine geschnittene Schalotte anschwitzen. Majoran untermischen und mit Kalbsbrühe ablöschen, leicht einkochen lassen, dann 1 EL Crème Fraiche zugeben und die Sauce abschmecken. Die Restlichen Pfifferlinge in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz braten, Zwiebellauch untermischen und mit braten, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Rouladen mit der Sauce und den gebratenen Pfifferlingen anrichten. Dazu passen Perlgraupen.

Jacqueline Amirfallah 22. August 2012

## Kalb-Rücken mit Roquefort gefüllt und gebratenen Birnen

### Für 2 Personen

4 Halme Schnittlauch	25 g frisches Weißbrot	60 g Roquefort
300 g Kalbsrücken	Salz, Pfeffer	2 EL Butterschmalz
1 Knoblauchzehe	1 Schalotte	3 EL Butter
250 ml Milch	400 ml Kalbsfond	80 g Polentagrieß
1 Stängel Salbei	2 Birnen	Zucker

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Das Weißbrot fein zerreiben. Käse zerdrücken und mit Schnittlauch und Weißbrotbröseln mischen. Den Kalbsrücken parieren und vorsichtig von der Seite eine Tasche einschneiden, hier die Käsefüllung hineindrücken und mit einem Zahnstocher oder Küchengarn die Öffnung verschließen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in einer ofenfesten Pfanne mit 2 EL Butterschmalz rundum anbraten. Eine angedrückte Knoblauchzehe mit in die Pfanne geben und das Fleisch im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten fertig garen. In der Zwischenzeit eine Schalotte schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, Milch und 250 ml Kalbsfond angießen und aufkochen. Dann die Polenta unter Rühren einrieseln lassen, aufkochen und quellen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Salbei abspülen, abtropfen lassen, die Blätter abzupfen und fein hacken. Die Birnen schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Hälfte der Birnenviertel fein würfeln. In der Fleischpfanne die Birnenwürfel mit dem Salbei anbraten, 250 ml Kalbsfond angießen und etwas köcheln lassen. Die Birnenviertel in einer Pfanne mit 1 EL Butter anbraten, mit Salz und Zucker würzen. Die Birnensauce mit 1 EL kalter Butter binden. Das Fleisch aufschneiden und mit Polenta, gebratenen Birnen und der Sauce anrichten.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 14. September 2011

## Kalb-Schnitzel mit Knusper-Panade und Möhren-Gemüse

### Für 2 Personen

500 g Möhren	2 Schalotten	1 EL Butter
Salz, Zucker	1/2 Bund Liebstöckel	60 g Panko-Mehl
4 Kalbsschnitzel à 80 g	Pfeffer	1 EL Mehl
1 Ei	2-3 EL Butterschmalz	

Die Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Schalotten schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, die Möhren zugeben, mit Salz und Zucker würzen und zugedeckt ca. 10 Minuten dünsten. (Evtl. 2-3 EL Wasser zugeben.) Liebstöckel abspülen, trocken schütteln, fein hacken und mit dem Panko-Mehl mischen. Die Kalbsschnitzel zwischen einem Gefrierbeutel dünn plattieren. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, in Mehl wenden, durch ein verquirltes Ei ziehen und in den Kräuterbröseln panieren. In einer Pfanne mit Butterschmalz bei mittlerer Hitze die Schnitzel von beiden Seiten braten. Die gedünsteten Möhren abschmecken und mit den Schnitzeln anrichten. Dazu passt Kartoffelpüree.

Jacqueline Amirfallah 07. März 2012

## Karamellisierter Sommerlauch mit Kalb-Steak

### Für 2 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig	Salz	6 Stangen junger Lauch
3 EL Butter	10 schwarze Oliven	350 g Kalbsrücken
Pfeffer	1 EL Butterschmalz	300 ml Kalbsbrühe
100 ml Milch	Muskat	1 TL Honig

Den Backofen auf 120 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen. Lauch putzen, waschen und in ca. 10 cm lange Stücke schneiden. Vom weißen Teil vorsichtig einige äußere Ringe abziehen, so das Röhrchen entstehen. Die Lauchröhrchen in Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen. Die weißen Lauchreste fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter braten, mit einer Prise Salz würzen. Oliven fein hacken. Kalbfleisch in vier Scheiben schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heißen Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten anbraten. Dann in eine hitzefeste Form geben und im Backofen bei 120 Grad ca. 10 Minuten garen, anschließend kurz ruhen lassen. In der Pfanne den Bratensatz mit Kalbsbrühe ablöschen und um die Hälfte einkochen. Milch erhitzen. Die gekochten Kartoffeln abschütten und durch eine Presse drücken. Milch untermischen und das Püree mit Salz und Muskat abschmecken. Den gebratenen Lauch und gehackte Oliven drunter mischen. Grüne Lauchstücke in einer Pfanne mit 1 EL Butter braten, mit Salz würzen. 1 TL Honig zugeben und diesen goldgelb karamellisieren. Die Sauce abschmecken und mit 1 EL Butter binden. Einen Teil vom Püree in den Spritzbeutel geben und vorsichtig in die Lauchröhren spritzen. Auf einem Teller das Fleisch mit der Sauce anrichten. Karamellisierten Lauch, Püree in den Röllchen und restliches Püree anrichten und servieren.

Jacqueline Amirfallah 29. August 2012

## Roll-Bohnen mit Kalbfleisch-Röllchen

### Für 4 Personen

#### Für die Rollbohnen:

500 g getrocknete Rollbohnen	2 mittelgroße Kartoffeln, fest	Salz
400 g grüner Spargel	1/2 Bund Frühlingszwiebellauch	2 EL Olivenöl
Pfeffer	10 ml weißer Balsamico	

#### Für die Kalbsröllchen:

600 g Kalbsrücken	1 Bund gemischte Frühlingskräuter	ca. 100 ml Sahne
Salz, Pfeffer	2 EL Butterschmalz	200 ml Kalbsfond
1 EL Butter		

Die Bohnen über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Dann in einem Topf mit reichlich Wasser ca. 2 Stunden weich kochen, dann abschütten. Die Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden, in einem Topf mit Salzwasser weich kochen und anschließend abschütten. Spargel am unteren Drittel schälen, waschen und abtropfen lassen. Die Spargelköpfe abschneiden und zur Seite legen. Die restlichen Spargelstangen 2-3 mal durchschneiden. Frühlingszwiebellauch waschen und in feine Röllchen schneiden. Den Kalbsrücken parieren und die Fleischabschnitte kühl stellen. Dann den Kalbsrücken in 8 Scheiben à ca. 60 g schneiden und dünn plattieren. Dies geht am besten zwischen einem Gefrierbeutel. Die Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Fleischabschnitte und die gekühlte Sahne in einem Cutter zu einer feinen Farce verarbeiten und mit Salz und Pfeffer würzen. Dünne Kalbsrückenscheiben mit Salz und Pfeffer würzen, die Farce auf einer Seite dünn aufstreichen, mit den Kräutern bestreuen und die Fleischscheiben aufrollen. (Evtl. mit einem Küchegarn fixieren.) In einer Pfanne mit Butterschmalz die Fleischröllchen ca. 7 Minuten von allen Seiten braten. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl die Spargelstücke kurz rundum anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Balsamico ablöschen. Die Kartoffeln zugeben, einmal durchschwenken, dann die gekochten Bohnen und Spargelköpfe untermischen, zuletzt den Frühlingslauch und abschmecken. Die Kalbsröllchen aus der Pfanne nehmen und den Bratensatz mit Kalbsfond ablöschen, kurz etwas einkochen lassen, mit kalter Butter binden und abschmecken. Kalbsröllchen mit dem Gemüse anrichten und die Sauce über die Röllchen gießen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 25. Mai 2011

## Wiener Schnitzel mit grünem Salat

### Für 4 Personen

1 Kopfsalat	2 Zweige Liebstöckel	1/2 Bund glatte Petersilie
4 EL Olivenöl	2 EL Weißweinessig	50 g scharfer Senf
Salz, Pfeffer	1 Prise Zucker	4 Scheiben Toastbrot, trocken
600 g Kalbfleisch	3 EL Mehl	2 Eier
3-4 EL Butterschmalz	1 EL Butter	50 g saure Sahne
1 Bio -Zitrone	4 kleine Sardellenfilets	1 EL feine Kapern

Kopfsalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Liebstöckel und Petersilie abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Aus Öl, Essig und 1 TL Senf eine Vinaigrette rühren. Die Vinaigrette in einen Mixer geben, die Kräuterblätter zugeben und hineinpürieren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Für die Schnitzel das Toastbrot im Cutter zu Bröseln mahlen. Kalbsoberschale entgegen der Faser in Scheiben schneiden. Einen Gefrierbeutel auf die Fleischscheiben legen und hauchdünn plattieren. Salzen, in Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen, durch die verquirlten Eier ziehen und in den Semmelbröseln wenden. Schnitzel in einer Pfanne mit reichlich Butterschmalz von beiden Seiten goldbraun braten am Ende je eine Messerspitze Butter zugeben. Auf Küchenpapier abtropfen. saure Sahne mit restlichem Senf mischen mit Salz und Zucker abschmecken. Die Zitrone gründlich waschen und in Scheiben schneiden. Zitronenscheiben mit Sardelle und Kapern belegen. Kopfsalat mit der Vinaigrette anmachen. Schnitzel anrichten, Zitronenscheiben anlegen. Senf-Dip und grünen Salat dazureichen.

Jacqueline Amirfallah 10. Oktober 2012

**Lamm**

## Couscous-Salat mit Zucchini und Lamm-Koteletts

### Für 2 Personen

2 Tomaten	3 kleine Zucchini	100 g Couscous
6 EL Olivenöl	Salz	1 Prise Razelhanout
2 Zweige Thymian	1 Stängel Minze	2 Stängel Dill
5 Halme Schnittlauch	1 Knoblauchzehe	6 Kirschtomaten
6 Lammkoteletts		

Tomaten am Stielansatz einritzen, mit heißem Wasser überbrühen und die Haut abziehen. Dann die Tomaten vierteln, entkernen und in feine Würfel schneiden. Zucchini waschen und 2 Zucchini in kleine Würfel schneiden. Couscous mit den Zucchini- und Tomatenwürfeln und 3 EL Olivenöl in einer Schüssel vermischen, mit Salz und Raz el Hanout würzen. Thymian abspülen, die Blättchen von den Zweigen streifen, ebenfalls zugeben und alles ziehen lassen, dabei ab und zu umrühren. Minze, Dill und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die übrige Zucchini längs in Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken, die Kirschtomaten waschen. Lammkoteletts salzen und in einer heißen Pfanne mit 2 EL Olivenöl von beiden Seiten je 3 Minuten braten. Zuchinischeiben salzen und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anbraten, die Kirschtomaten zugeben und etwas später den gehackten Knoblauch. Alles gut durchschwenken. Unter den Couscous-Salat die gehackten Kräuter mischen und nochmals abschmecken. Lammfilets, gebratene Zucchini und Couscous-Salat auf Tellern anrichten.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 27. Juli 2011



# Gegrillte Lamm-Spieße mit Gurken-Joghurt und Salat

## Für 4 Personen

1 Zitrone	6 EL Olivenöl	Pfeffer
400 g Lammfleisch	1 Gurke	200 g türk. Joghurt (10%)
Salz	1 Msp. Knoblauch	1 Prise getr. Rosenblätter
4 Strauchtomaten mit Stiel	1 Romanasalat	1 rote Zwiebel
16 Oliven	1/2 Bund Koriander	200 g Lammhackfleisch
1 Prise Kreuzkümmel	1 großes Fladenbrot	

Die Holzspieße wässern. Von der Zitrone den Saft auspressen und etwas Saft mit 3 EL Olivenöl und etwas Pfeffer aus der Mühle mischen. Lammfleisch in 2 cm große Würfel schneiden und mit dem vorbereiteten Zitronen-Öl marinieren. Die Gurke waschen, und längs auf einer Brotmaschine bis zur Hälfte in lange dünne Streifen schneiden. Übrige Gurkenhälfte grob raspeln, mit dem Joghurt vermischen mit Salz, Pfeffer, feingehacktem Knoblauch und getrockneten Rosenblättern abschmecken. Die Tomaten mit heißem Wasser überbrühen, dann die Haut abziehen, dabei darauf achten, dass der grüne Stiel dran bleibt. Von den Tomaten je einen Deckel abschneiden und das Innere aushöhlen. Tomateninneres mit 2 EL Olivenöl pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Romanasalat putzen, waschen und abtropfen lassen. Zwiebel schälen und fein schneiden, Oliven fein hacken. Koriander abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Das Hackfleisch mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Koriander abschmecken und zu kleinen Bällchen abdrehen. Fleischwürfel und Hackbällchen abwechselnd auf die Fleischspieße stecken. Mit wenig Olivenöl bepinseln und auf dem Grill braten. (Ersatzweise kann die Fleischwürfel und die Hackbällchen auch separat in Olivenöl braten und vor dem Servieren aufspießen.) Salatblätter klein schneiden und mit Salz, etwas Zitronensaft und Olivenöl abschmecken. Rote Zwiebel und Oliven untermischen und in die vorbereiteten ausgehöhlten Tomaten füllen, den Deckel wieder obenauf geben. Einen Metall oder Plastikring mit Gurkenstreifen auslegen, Gurkenjoghurt einfüllen und den Ring vorsichtig abziehen. Lammspieße und gefüllte Tomaten zugeben und pürierte Tomatensauce angießen. Fladenbrot vierteln und dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 18. Mai 2011

## Geschmorte Lamm-Schulter mit Ingwer-Möhren

### Für 4 Personen

1 kg Möhren	1/4 Knolle Sellerie	1 Stange Lauch
4-5 Knoblauchzehen	1 Lammschulter (ca. 1,5 kg)	1 EL Butterschmalz
Salz	2 Lorbeerblätter	2-3 Zweige Thymian
200 ml Lammfond	2 Zwiebeln	1 Knolle Ingwer (ca. 40 g)
300 g Kartoffeln, mehlig	3 EL Butter	4 kleine Bundmöhren mit Grün
Zucker	2 EL Milch	1 TL Mehlbutter

Eine Möhre und Sellerie putzen, in grobe Stücke schneiden. Lauch waschen und in Ringe schneiden. Knoblauch schälen und mit einem Messerrücken leicht andrücken. Lammschulter abspülen, trocken tupfen und salzen. Lammschulter in einem großen Schmortopf rundherum braun anbraten. Knoblauch, Möhre, Sellerie, Lauch, Lorbeer und Thymian zugeben und alles anbraten. Den Topf abdecken, dabei nicht ganz verschließen sondern einen Spalt lassen, damit Dampf entweichen kann. Die Lammschulter bei schwacher Hitze etwa 1,5 Stunden schmoren. Die Lammschulter dabei öfter wenden und mit 100 ml Lammfond oder Gemüsebrühe begießen. Übrige Möhren putzen und waschen. Etwa 3/4 der Möhren klein schneiden. Zwiebeln und Ingwer schälen und getrennt voneinander würfeln. Kartoffeln waschen, schälen und würfeln. Klein geschnittene Möhren mit einer Zwiebel und der Hälfte Ingwer in 1 EL Butter anbraten. Kartoffelwürfel und übrige Gemüsebrühe zugeben und weich kochen. Mit Salz und Zucker würzen. Restliche Möhren in Scheiben schneiden, Bundmöhren mit Grün schälen, dabei das Grüne dran lassen. Übrige Butter erhitzen. Die zweite Zwiebel und übrigen Ingwer darin anbraten. Möhrenscheiben und Bundmöhren darin knackig dünsten, mit Salz und Zucker abschmecken. Die gegarte Möhren-Kartoffelmischung mit übriger Butter und Milch pürieren, abschmecken. Die Lammschulter aus dem Topf heben. Den Knochen auslösen. Lammschulter warm stellen. Den entstandenen Sud durch ein Sieb geben, einkochen lassen. Mit Mehlbutter binden und abschmecken. Lammschulter in Scheiben schneiden, mit Sauce, Kartoffel-Möhrenpüree und Ingwermöhren anrichten.

Jacqueline Amirfallah 05. Dezember 2012

# Lamm-Keule mit Salbei-Polenta und Speck-Bohnen

## Für 6 Personen

4 Schalotten	14 Blätter Salbei	5 EL Butter
300 ml Gemüsebrühe	300 ml Milch	150 g Maisgrieß
100 g Fontinakäse, gerieben	1 Lammkeule ca. 1200 g	Salz, Pfeffer
2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian	3 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl	1/4 l Rotwein	600 g grüne Bohnen
2-3 Zweige Bohnenkraut	6 Scheiben Frühstücksspeck	Mehlbutterm
Fleischbrühe		

Den Backofen auf 220 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 200 Grad) vorheizen. Zwei Schalotten schälen, fein schneiden. 10 Salbeiblätter fein schneiden und zusammen mit den fein geschnittenen Schalotten in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Gemüsebrühe und Milch zugeben und aufkochen. Maisgrieß einrieseln lassen und unter Rühren aufkochen. Dann den Topf vom Herd ziehen, die restlichen Salbeiblätter und den geriebenen Käse unterrühren und die Masse 5-10 Minuten quellen lassen. Alles in eine 2-3 cm hohe, gebutterte Form streichen und fest werden lassen. Die Lammkeule falls nötig auslösen, von innen und außen salzen und pfeffern. Die Kräuter abspülen und trocken schütteln. Die Kräuter und 2 geschälte Knoblauchzehen in die Lammkeule (wo normalerweise der Knochen sitzt) geben und mit Küchengarn binden. Die Schalotten schälen, klein schneiden. In einem Bräter mit etwas Öl von allen Seiten das Fleisch scharf anbraten, Schalotten zugeben und den Rotwein angießen. Im vorgeheizten Ofen ca. 1 Stunde garen. Die Bohnen evtl. abfädeln, die Enden abschneiden. Salzwasser mit Bohnenkraut zum Kochen bringen und die Bohnen darin ca. 15 Minuten gar kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. Die Bohnen in 6 kleine Bündel teilen und jeweils mit einer Scheibe Speck umwickeln. Die gegarte Lammkeule aus dem Bräter nehmen und warm stellen, den Bratensaft durch ein Sieb passieren in einen Topf passieren und mit Mehlbutterm binden. Falls zu wenig Flüssigkeit da ist, noch etwas Fleischbrühe angießen und abschmecken. In einer Pfanne mit 2 EL Butter und einer ganzen Knoblauchzehe, die Bohnenpäckchen kurz warm schwenken, mit etwas Pfeffer und wenig Salz würzen. Polenta aus der Form stürzen, in Scheiben schneiden, in einer Pfanne mit 2 EL Butter von beiden Seiten anbraten. Die Lammkeule aufschneiden und mit Speckbohnen und Polenta anrichten, die Sauce angießen und servieren.

Jacqueline Amirfallah 04. April 2012



**Meer**

# Leipziger Allerlei mit Garnelen

## Für 4 Personen

500 g weißer Spargel	Zucker, Salz	6 EL Butter
500 g grüner Spargel	200 g frische Erbsen in Schote	1 Bund junge Möhren
100 g frische Morcheln	1/2 Bund Kerbel	12 Garnelen
2 EL Olivenöl	1 TL Speisstärke	Pfeffer

Weißer Spargel schälen und die harten unteren Enden abschneiden. In einem Topf mit Wasser aus den weißen Schalen mit Zucker, Salz und 1 TL Butter einen Spargelfond kochen (ca. 15 Minuten), diesen durch ein Sieb passieren. Grünen Spargel am unteren Drittel schälen und die harten Enden abschneiden. Beide Spargel in dem passierten Spargelschalensud ca. 8 Minuten bissfest kochen. Erbsen ausspülen, Möhren schälen und zuerst in dünne längliche Scheiben, dann in Rauten schneiden. Die Morcheln gründlich waschen, evtl. halbieren. Die Möhren in einem Topf mit 2 EL Butter weich dünsten, kurz vor Ende der Garzeit die Erbsen zugeben und mitdünsten, salzen. Die Morcheln in einer Pfanne mit 1,5 EL Butter braten. Kerbel abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Garnelen evtl. schälen und den Darm auslösen. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl die Garnelen braten, leicht salzen. Von dem Spargelfond 300 ml abnehmen und in einem Topf aufkochen. Stärke mit 1 EL Wasser anrühren und den Spargelfond damit binden. Dann 1 EL Butter einmontieren. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spargel in mundgerechte Stücke schneiden und mit Möhren, Erbsen, Morcheln und Garnelen in tiefen Tellern anrichten. Die Sauce angießen und mit frischem Kerbel garnieren.

Jacqueline Amirfallah 16. Mai 2012

## Miesmuschel-Linguine

### Für 4 Personen

150 g Hartweizenmehl	150 g Weizenmehl	Salz
1 Ei	ca. 150 ml lauwarmes Wasser	1/2 Bund glatte Petersilie
1/2 Bund Schnittlauch	1,5 kg frische Miesmuscheln	1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 EL Olivenöl	200 ml Weißwein
Pfeffer		

Beide Mehlsorten, 1 Prise Salz, das Ei und Wasser zugeben und zu einem geschmeidigen Nudelteig kneten. (Es ist empfehlenswert nicht das komplette Wasser auf einmal zuzugeben, sondern nur 2/3. Ist der Teig zu trocken, etwas Wasser nachgießen.) Den Teig in Frischhaltefolie einpacken und ca. 30 Minuten ruhen lassen. Petersilie und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Den Nudelteig dünn ausrollen und zu Linguine (schmale Bandnudel) schneiden. In einem Topf mit kochendem Salzwasser die Linguine ca. 4 Minuten bissfest kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. Die Muscheln säubern und kalt abspülen. Dabei darauf achten, dass die Muscheln geschlossen sind. Offene und beschädigte Muscheln unbedingt aussortieren und wegwerfen. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl darin anschwitzen, die Muscheln zugeben und den Weißwein angießen. Die Muscheln zugedeckt ca. 8 Minuten kochen. Die Muscheln mit Hilfe einer Schöpfkelle herausnehmen (Muscheln die sich nach dem Kochen nicht geöffnet haben aussortieren und wegwerfen), den entstandenen Sud im Topf lassen, die abgetropften Linguine und die gehackten Kräuter zugeben, alles durchschwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Muscheln obendrauf geben, nach Wunsch schon vorher einige aus der Schale nehmen. Die Muschellinguine anrichten und servieren. (Beim Servieren eine Fingerschale und einen Teller für die Muschelschalen nicht vergessen.)

Jacqueline Amirfallah 14. März 2012

## Püree vom geschmorten Blumenkohl mit Chili und Garnelen

### Für 2 Personen

2 Tomaten	1 Blumenkohl	1 Zwiebel
2 EL Butterschmalz	Salz, Pfeffer	50 ml Gemüsebrühe
10 ml Sahne	1 rote Chili	1 grüne Chili
1/2 Bund Schnittlauch	70 ml Olivenöl	Limettensaft
Zucker	4 große Garnelen mit Schale	

Tomaten waschen und den Stielansatz entfernen. Die Tomaten in grobe Stücke schneiden, pürieren und anschließend durch ein sehr feines Sieb oder ein Passiertuch tropfen lassen. Blumenkohl waschen, putzen und einige Röschen (ca. 200 g) abtrennen. Restlichen Blumenkohl in ca. 3 cm große Stücke schneiden. Zwiebel schälen, fein schneiden und in einer großen Pfanne mit 2 EL Butterschmalz anschwitzen. Die Blumenkohlstücke zugeben und mit anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und weich schmoren, evtl. 50 ml Gemüsebrühe zugeben. Restlichen Blumenkohlröschen in Salzwasser weich kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. Die Chilis entkernen, die Kerne austreichen und die weißen Scheidewände wegschneiden, das Fruchtfleisch sehr fein hacken. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Unter den Tomatensaft mit einem Schneebesen ca. 50 ml Olivenöl unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen, die Hälfte der Chiliwürfel und den Schnittlauch untermischen. Die gekochten Blumenkohlröschen mit der Tomatensauce marinieren. Wenn die Blumenkohlstücke weich geschmort sind, die Sahne zugeben und fein pürieren. Die Blumenkohlmasse mit etwas Chiliwürfel, Limettensaft, Salz und Zucker abschmecken. Die Garnelen mit der Schale in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl braten. Blumenkohlpüree auf Tellern anrichten (am besten mit eines Ringes, den man nachdem das Püree eingefüllt wurde, wieder abzieht) und marinierten Blumenkohl und Garnelen zugeben.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 03. August 2011



# Röllchen von Kapuziner-Kresse, Garnelen, Blatt-Salat

## Für 4 Personen

1 Schalotte	4 große Garnelen	5 TL Olivenöl
20 ml Rosenwasser	12 große Kapuzinerkresse-Blätter	2 Zweige Thymian
4 Halme Schnittlauch	200 g Frischkäse	essbare Blüten
Salz	1 Msp. Honig	1 kl. Stück frischer Ingwer
2 EL weißer Balsamico	1/2 TL scharfer Senf	2 Kopfsalatherzen
125 g Himbeeren		

Schalotte schälen und fein würfeln. Die Garnelen schälen, den Darm entfernen und Garnelen grob in Stücke schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Schalotte anschwitzen, die Garnelen zugeben, leicht salzen und braten, dann mit Rosenwasser ablöschen. Kapuzinerkresseblätter abspülen und gut abtrocknen. Thymian und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln, Thymianblättchen abstreifen und Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Frischkäse mit Garnelenwürfeln, Schnittlauch, Thymian und einigen Blüten mischen, mit Salz und Honig abschmecken. Die Masse in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen und ca. daumendick auf die Kapuzinerkresseblätter spritzen, dann zu Röllchen aufrollen. Jeweils die Rollenenden oben und unten abschneiden, dass eine gerade Fläche entsteht und man die Röllchen aufstellen kann. Ingwer schälen, fein reiben. Essig, Senf, 1 Prise Salz und 4 EL Olivenöl, 1 Msp. Ingwer zu einer Vinaigrette vermischen und abschmecken. Kopfsalatherzen putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Je 3 Röllchen auf einem Teller aufstellen, mit etwas Vinaigrette beträufeln und mit einem Blütenblatt dekorieren. Die Salatblätter mit der Vinaigrette marinieren, Himbeeren und restliche Blüten untermischen. Salat mit auf die Teller geben und servieren.

Jacqueline Amirfallah Montag, 4. Juli 2011



**Rind**

## Grüne Soße mit Tafelspitz

### Für 4 Personen

#### Für den Tafelspitz:

1 – 2 EL Speiseöl	1 kg Tafelspitz	Salz
2 Zwiebeln	1 Stange Lauch	3 Möhren
3 Stangen Staudensellerie	1 Lorbeerblatt	3 Wacholderbeeren
1 TL schwarze Pfefferkörner	1/2 TL Pimentkörner	

#### Für die Grüne Sauce:

1 Bund Petersilie	1 Bund Schnittlauch	1 Bund Kerbel
1 Bund Kresse	1/2 Bund Borretsch	1/2 Bund Pimpinelle
1/2 Bund Sauerampfer	250 g saure Sahne	1 EL Naturjoghurt
3 EL Sahne	1 TL mittelscharfer Senf	1 EL Zitronensaft
Salz, Pfeffer	1 kleine Zwiebel	2 hart gekochte Eier

Für den Tafelspitz:

Das Öl in einem großen Topf erhitzen. Das Fleisch darin bei mittlerer Hitze rundum anbraten und wieder herausnehmen. Den Bratensatz mit 1 l Wasser ablöschen. Das Wasser bis knapp unter den Siedepunkt erhitzen und das Fleisch wieder in den Topf geben. Falls nötig, noch etwas heißes Wasser dazugießen, bis das Fleisch knapp bedeckt ist. 1/2 TL Salz hinzufügen und das Fleisch etwa 2 1/2 Stunden garen. In der Zwischenzeit die ungeschälten Zwiebeln halbieren. Die Zwiebelhälften mit der Schnittfläche nach unten in einer beschichteten Pfanne ohne Öl bei mittlerer Hitze bräunen. Den Lauch putzen, waschen und der Länge nach halbieren, dann quer in ca. 8 cm lange Stücke schneiden. Die Möhren und den Sellerie putzen und schälen bzw. waschen. Beides schräg in breite Scheiben schneiden. Das vorbereitete Gemüse mit den gebräunten Zwiebelhälften nach etwa 1 Stunde Garzeit zum Fleisch geben. Das Lorbeerblatt, die Wacholderbeeren, die Pfeffer- und Pimentkörner dazugeben.

Für die Grüne Sauce:

Inzwischen für die Grüne Sauce die Kräuter waschen und trocken schütteln. Harte Stiele entfernen und die Kräuter fein hacken. Die Petersilienstiele für den Tafelspitz beiseitelegen. Die saure Sahne, den Joghurt und die Sahne in den Küchenmixer geben, zwei Drittel der Kräuter hinzufügen und kurz pürieren. Mit dem Senf, dem Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzig abschmecken. Die Zwiebel schälen, die Eier pellen und beides in kleine Würfel schneiden. Zusammen mit den restlichen Kräutern unter die Sauce mischen. Etwa 5 Minuten vor Ende der Garzeit die Petersilienstiele zum Tafelspitz geben und in der Brühe ziehen lassen. Den Tafelspitz aus der Brühe nehmen und quer zur Faser in Scheiben schneiden. Das Fleisch mit etwas Gemüse auf einer Platte anrichten, nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen und die Grüne Sauce dazu reichen.

Jacqueline Amirfallah 30. November 2011

## Labskaus mit Roastbeef und Matjes-Filets

### Für 4 Personen

500 g kleine Kartoffeln, fest	2 Knollen Rote Bete	1 TL Honig
2 Knoblauchzehen	1 Bund Schnittlauch	2 saure Gurken
100 ml saurer Gurkensud	2 g Agar Agar	300 g Roastbeef, frisch
Salz, Pfeffer	5 EL Sonnenblumenöl	2 Matjesfilets
50 g saure Sahne	1 TL Senf	2 EL Weißweinessig
2 Wachteleier	1 TL Butter	

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) vorheizen. Kartoffeln kochen, abgießen und pellen. Die Rote Bete Knollen mit je 1/2 TL Honig und einer angedrückten Knoblauchzehe in Alufolie packen und im Backofen bei 200 Grad ca. 1 Stunde backen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Saure Gurken in feine Würfel schneiden. Gurkensud mit Agar Agar aufkochen, Gurken und etwas Schnittlauch untermischen in kleine Förmchen (ca. 70 ml Inhalt) füllen und kalt stellen. Wenn die Rote Bete Knollen gar sind die Backofentemperatur für das Roastbeef auf 120 Grad Ober-Unterhitze reduzieren. Das Roastbeef mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne (mit hitzebeständigem Griff) in 1 EL Sonnenblumenöl rundherum anbraten. Dann noch ca. 15 in den vorgeheizten Ofen geben und rosa garen. Herausnehmen, in Alufolie wickeln und ruhen lassen. Kartoffeln in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Die gegarten Rote Bete schälen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden, dann diese in Form schneiden, zum Beispiel viereckig; die Abschnitte fein würfeln. Matjes fein hacken, mit Rote Bete-Würfeln, restlichem Schnittlauch und saurer Sahne mischen und abschmecken. Aus Senf, Weißweinessig und 4 EL Sonnenblumenöl eine Vinaigrette herstellen. Rote Bete- und Kartoffelscheiben damit separat marinieren. Matjestatar in Nockenform auf Tellern anrichten, Gurkensülze auf je einen Teller stürzen. Lauwarmes Roastbeef aufschneiden, anlegen und Rote Bete und Kartoffelscheiben mit auf dem Teller anrichten. Nach Belieben kann noch ein Wachtelspiegelei in einer Pfanne mit 1 TL Butter gebraten werden.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 12. Januar 2011

## Marinierte Rinder-Steaks mit Gemüse-Salat

### Für 4 Personen

1 rote Chilischote	5 g Ingwer	10 EL Olivenöl
600 g Rinderrücken	4 Tomaten	Salz, Pfeffer
Puderezucker	1 gelbe Paprika	1 grüne Paprika
1 Bund Lauchzwiebeln	1 Zucchini	1 TL scharfer Senf
2 EL Rotweinessig	1 kleine Knoblauchzehe	1/2 Bund Basilikum

Chilischote der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein hacken. Ingwer schälen und fein reiben. 5 EL Olivenöl mit Ingwer und Chili zu einer Marinade mischen. Den Rinderrücken in sehr dünne Scheiben schneiden und diese in der Chili-Ingwer-Marinade einlegen. Den Backofen auf 220 Grad Ober-Unterhitze (200 Grad Heißluft) vorheizen. Tomaten am Stielansatz einritzen, mit kochendem Wasser überbrühen und die Haut abziehen. Tomaten in Stücke schneiden, auf ein Backblech oder eine Auflaufform geben, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Puderezucker würzen, im vorgeheizten Ofen ca.15 Minuten garen. Paprikaschoten (falls gewünscht mit einem Sparschäler schälen) halbieren, die Kerne entfernen. Paprika in Streifen schneiden. Lauchzwiebeln putzen, waschen und fein schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl die Paprikastreifen anbraten, geschnittenen Zwiebellauch zugeben und mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zucchini waschen, putzen und in Streifen schneiden. Aus 3 EL Olivenöl, Senf und Rotweinessig eine Vinaigrette herstellen. Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Die Vinaigrette mit feingehacktem Knoblauch und Salz würzen. Basilikum abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Tomaten mit gebratenem Paprika und Zucchini in eine Schüssel geben und mit der Vinaigrette anmachen. Zuletzt Basilikum untermischen. Die Steaks aus der Marinade nehmen, abtropfen und in einer heißen Grillpfanne von jeder Seite eine knappe Minuten braten und salzen. Steaks mit dem Salat anrichten und servieren.

Jacqueline Amirfallah 30. Mai 2012

# Rheinischer Sauerbraten mit Printen

## Für 4 Personen

### Für die Marinade:

1 Bund Suppengemüse	1/8 l Weinessig	1/8 l Rotwein
3 Gewürznelken	8 schwarze Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt
4 Wacholderbeeren	1 Prise Zucker	

### Für den Sauerbraten:

1 kg Rindfleisch	Salz, Pfeffer	3 EL Butterschmalz
100 g Sauerbraten-Printen	1 EL Apfelkraut	100 g Rosinen

Für die Marinade 2 bis 4 Tage zuvor das Suppengemüse putzen und waschen bzw. schälen und in Stücke schneiden. Das Gemüse mit dem Essig, dem Wein, 1 l Wasser, den Gewürznelken, den Pfefferkörnern, dem Lorbeerblatt, den Wacholderbeeren und 1 Prise Zucker aufkochen. Etwas abkühlen lassen und die noch leicht warme Marinade über das Fleisch gießen. Das Fleisch 2 bis 4 Tage in der Marinade im Kühlschrank ziehen lassen, dabei das Bratenstück gelegentlich wenden. Für den Sauerbraten Das Fleisch aus der Marinade nehmen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Marinade durch ein Sieb in eine Schüssel gießen. Das Butterschmalz in einem Bräter erhitzen und das Fleisch darin rundum anbraten. Das Gemüse aus der Marinade hinzufügen und kurz mitbraten. Mit etwa der Hälfte der Marinade ablöschen. Die Printen zerbröseln und hinzufügen. Den Sauerbraten zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze etwa 1 – 1, 5 Stunden schmoren. Den Sauerbraten aus der Sauce nehmen und warm halten. Die Sauce durch ein Sieb in einen Topf passieren, dabei das Gemüse gut ausdrücken. Das Apfelkraut unterrühren. Die Rosinen in einem Sieb kalt abbrausen, abtropfen lassen und in die Sauce geben. Die Sauce kurz aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch aufschneiden und mit der Sauce servieren. Dazu schmecken Kartoffelklöße oder Kartoffelpuffer.

Jacqueline Amirfallah 16. November 2011

# Roastbeef mit gebratenem Radicchio und Polenta

## Für 4 Personen

700 g Roastbeef	Salz	2 EL Butterschmalz
1 Radicchio	1/2 Endivie	2 Schalotten
1 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl	175 ml Gemüsebrühe
175 ml Milch	Pfeffer	1 Lorbeerblatt
2 Zweige Thymian	150 g Polentagrieß	1/2 Bund Schnittlauch
1 EL Butter	1 EL brauner Zucker	

Den Backofen auf 140 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Das Roastbeef parieren und salzen. In einer ofenfesten Pfanne mit 2 EL Butterschmalz rundherum anbraten, dann in den vorgeheizten Ofen geben und ca. 20 Minuten garen. Radicchio putzen, die groben Strünke ausschneiden, die Salatblätter waschen und gut abtropfen lassen. Endivie putzen, die Salatblätter in Streifen schneiden, waschen und gut abtropfen lassen. Schalotten schälen und fein schneiden. Knoblauch schälen und andrücken. In einem Topf eine Schalotte mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Mit Gemüsebrühe und Milch ablöschen. Mit Salz und Pfeffer würzen, Lorbeerblatt und Thymianzweige zugeben. Wenn die Flüssigkeit kocht, den Polentagrieß einrieseln lassen und unter Rühren bei kleiner Hitze ca. 7 Minuten köcheln lassen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Vor dem Servieren Lorbeerblatt und Thymianzweige entfernen. Schnittlauch und 1 EL Butter untermischen. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl eine fein geschnittene Zwiebel und die Knoblauchzehe anschwitzen, Radicchioblätter und Endivie zugeben und kurz anbraten. Mit braunem Zucker bestreuen und diesen karamellisieren lassen, evtl. 1-2 EL Wasser untermischen. Den gebratenen Salat mit Salz abschmecken. Zum Anrichten das Roastbeef aufschneiden und mit gebratenem Radicchio und Polenta anrichten.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 02. Februar 2011



# Salat

## Salat von gebratenem und rohem Kürbis in Ingwer - Marinade

### Für 2 Personen

20 g eingelegter Ingwer	30 g frischer Inger	1 kleine Zwiebel
400 g Muskatkürbis	7 EL Olivenöl	Salz, Zucker
80 g Frischkäse	2 EL Weißweinessig	1 EL scharfer Senf
30 g Frisée-Salat	1/2 Bund Schnittlauch	300 g Hokkaido-Kürbis
Pfeffer	2 EL Mehl	1 Ei
2-3 EL Semmelbrösel	ca. 150 g Frittierfett	

Friscen Ingwer schälen und fein hacken. Vom eingelegten Ingwer den Saft abtropfen lassen und auffangen, den eingelegten Ingwer fein hacken. Zwiebel schälen, fein schneiden. Den Muskatkürbis schälen, die Kerne entfernen und 50 g Fruchtfleisch fein würfeln. Das restliche Fruchtfleisch in Streifen schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Zwiebel anschwitzen, Kürbiswürfel und gehackten Ingwer zugeben und anbraten. Mit Salz und Zucker abschmecken. Die Masse in eine Schüssel umfüllen, leicht abkühlen lassen und mit Frischkäse mischen, nochmals abschmecken und zu kleinen Kugeln (Golfballgröße) formen und kalt stellen. Aus Essig, gehacktem Sushi-Ingwer, Senf und 4 EL Olivenöl eine Vinaigrette herstellen. Den Frisée zupfen, abspülen und trocken schütteln. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Den Hokaido-Kürbis schälen, die Kerne entfernen und in sehr dünne Streifen schneiden. Dann mit 2/3 der Ingwervinaigrette marinieren, gut durchkneten und mit Salz abschmecken. Mit Schnittlauch mischen. Die Kürbisstreifen vom Muskatkürbis in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anbraten, mit dem Ingwersaft ablöschen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Frisée mit der restlichen Vinaigrette marinieren. Die Frischkäsekugeln zuerst in Mehl wälzen, dann durch verquirltes Ei ziehen und in Semmelbröseln wälzen. Frittierfett in einem Topf erhitzen und die Käsekugeln darin goldbraun ausbacken, herausnehmen und auf Küchenkrepp ablegen. Die gebratenen Kürbisstreifen, roh marinierten Kürbisstreifen und die Kugeln auf Tellern anrichten, mit dem Frisée garnieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 12. Oktober 2011

## Salat von Honig-Melone mit gegrillten Garnelen

### Für 4 Personen

2 kleine Honigmelonen	300 ml weißer Balsamico	2 Lorbeerblätter
4 Zweige Thymian	2 Knoblauchzehen	Salz, Pfeffer
1 TL scharfer Senf	100 ml Olivenöl	1 Prise Zucker
150 g Portulak	1/2 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Estragon
4 Scheiben Toastbrot	12 große Garnelen	Paprikapulver

Die Melonen halbieren und die Kerne austreichen. Aus den Melonen mit einem Kugelausstecher soviel Kugeln wie möglich ausstechen, das restliche Fleisch aus den Melonenschalen herauskratzen. 250 ml Essig in einen Topf geben. Lorbeerblätter, Thymian, eine geschälte Knoblauchzehe, eine Prise Salz und Pfeffer in einen Topf geben und aufkochen. 1/3 der Melonenkugeln zugeben, einmal aufkochen und beiseite stellen. Das restliche Melonenfleisch pürieren mit restlichem Essig und Senf vermischen. Langsam mit einem Schneebesen ca. 80 ml Olivenöl unterrühren. Das Dressing mit Salz und Zucker abschmecken. Portulak abspülen und gut abtropfen lassen. Petersilie und Estragon abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. In einem Cutter Toastbrot, Kräuterblätter und eine Prise Salz zu grünem SSandßermahlen. Garnelen vorsichtig aus der Schale lösen, den Darm entfernen. Garnelen mit Salz und Paprikapulver würzen, wieder in die Schale drücken und in einer heißen Pfanne mit 2 EL Olivenöl und einer angedrückten Knoblauchzehe braten. Vor dem Anrichten dann wieder aus der Schale lösen. (Die Schale wird mitgebraten, weil sie sehr viel Aroma hat.) Melonenkugeln aus dem Sud heben, abtropfen und mit den restlichen Melonenkugeln mischen. Portulak mit der Melonenvinaigrette marinieren und auf Tellern anrichten. Melonensalat darauf geben, Garnelen anlegen und mit den Kräuterbröseln bestreut servieren.

Jacqueline Amirfallah 01. August 2012



**Soßen**

## Grüne Soße

### Für 4 Personen

1 Bund Petersilie	1 Bund Schnittlauch	1 Bund Kerbel
1 Bund Kresse	1/2 Bund Borretsch	1/2 Bund Pimpinelle
1/2 Bund Sauerampfer	250 g saure Sahne	1 EL Naturjoghurt
3 EL Sahne	1 TL mittelscharfer Senf	1 EL Zitronensaft
Salz, Pfeffer	1 kleine Zwiebel	2 hart gekochte Eier

Inzwischen für die Grüne Sauce die Kräuter waschen und trocken schütteln. Harte Stiele entfernen und die Kräuter fein hacken. Die saure Sahne, den Joghurt und die Sahne in den Küchenmixer geben, zwei Drittel der Kräuter hinzufügen und kurz pürieren. Mit dem Senf, dem Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzig abschmecken. Die Zwiebel schälen, die Eier pellen und beides in kleine Würfel schneiden. Zusammen mit den restlichen Kräutern unter die Sauce mischen.

Jacqueline Amirfallah 30. November 2011

# Suppen

# Kalte Paprika-Chili-Suppe mit Rinder-Tatar

## Für 4 Personen

2 kleine Zwiebeln	1 rote Chilischote	3 rote Paprika
30 g frischer Ingwer	8 EL Olivenöl	1 TL Zucker
1 l Rinderbrühe	Salz	3 Blatt Gelatine
1 Bund Schnittlauch	250 g Crème-fraîche	1 grüne Paprika
200 g Rinderrücken	1 Spritzer Worcestershiresauce	Pfeffer
30 g Baguette		

Zwiebeln schälen, fein würfeln. Chili der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Rote Paprika ebenfalls halbieren, die Kerne herausschneiden und das Fruchtfleisch grob würfeln. Ingwer schälen und fein würfeln. In einem Topf mit 2 EL Olivenöl eine fein geschnittene Zwiebel anschwitzen, Chili und Ingwer zugeben, dann Paprikawürfel zugeben und anbraten. Mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen, dann die Brühe (20 ml zurück behalten) angießen und ca. 10 Minuten köcheln lassen, mit Salz abschmecken. Die Suppe fein pürieren, nach Wunsch durch ein Sieb passieren und kalt stellen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein hacken. 20 ml Brühe erwärmen, die eingeweichte Gelatine ausdrücken und in der warmen Brühe auflösen. Dann unter die Crème-fraîche rühren, Schnittlauch untermischen, mit Salz abschmecken und kalt stellen. Grüne Paprika halbieren, die Kerne herausschneiden und das Fruchtfleisch sehr fein würfeln. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl eine fein geschnittene Zwiebel mit grüner Paprika braten. Das Rindfleisch ebenfalls sehr fein schneiden, mit Salz, Worcestershiresauce, 1 EL Olivenöl und Pfeffer abschmecken mit den grünen abgekühlten Paprika mischen, das Tatar kalt stellen. Von Baguette dünne Scheiben abschneiden, diese in einer Pfanne mit 3 EL Olivenöl knusprig braten. Das Tatar im Ring in einem tiefen Teller anrichten, eine Nocke Schnittlauchcreme darauf geben und den Brotchip einstecken, mit der kalten Suppe umgießen, den Ring entfernen und servieren.

Jacqueline Amirfallah 25. Juli 2012



# Kalte Tomaten-Suppe mit Basilikum-Sauer-Rahm-Eis

## Für 4 Personen

8 gelbe Kirschtomaten	Salz, Zucker	3 EL Olivenöl
2 Blatt Gelatine	1 Bund Basilikum	250 g Sauerrahm
40 ml Milch	100 g Sahne	2 kg vollreife Tomaten
500 ml Hühnerbrühe	1 Knoblauchzehe	3 Zweige Thymian
Pfeffer	2 Lorbeerblätter	1 Baguette
8 grüne Oliven, entkernt		

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen. Kirschtomaten waschen, abtropfen lassen und in eine Auflaufform oder auf ein Backblech geben. Mit Salz und einer Prise Zucker bestreuen und mit ca. 1 TL Olivenöl beträufeln, dann im vorgeheizten Ofen 30 Minuten garen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Basilikumblätter von den Stielen zupfen, zusammen mit dem Sauerrahm pürieren und mit Salz und Zucker abschmecken. Die Milch erwärmen, die Gelatine ausdrücken und in der heißen Milch auflösen, dann alles unter den Basilikumrahm mischen. Die Sahne steif schlagen und unterheben, die Masse nochmals abschmecken, in kleine Gefrierförmchen (ca. 80 ml Inhalt) füllen und einige Stunden oder über Nacht tiefgefrieren. Die Tomaten waschen, die Stielansätze entfernen und die Frucht in grobe Stücke schneiden. Brühe aufkochen. Tomaten und Brühe in einen Mixer geben und fein pürieren. Knoblauch schälen, sehr fein hacken. Thymian abspülen und die Blättchen von den Zweigen streifen. Das Tomatenpüree mit Salz und Pfeffer würzen, Lorbeer, Thymianblättchen und Knoblauch zugeben und durch ein feines Sieb, das mit einem Mulltuch ausgelegt ist drücken. Die passierte Suppe kalt stellen. Das im Mulltuch zurückgebliebene Tomatenpüree aufbewahren. Das Brot längs lange schmale Scheiben schneiden (sie sollten länger als der vorgesehene Servierteller sein). Brotscheiben in einer Pfanne mit restlichem Olivenöl von beiden Seiten rösten, dann mit dem im Mulltuch zurückgebliebenen Tomatenpüree bestreichen. Von den gegarten Kirschtomaten die Haut abziehen und entweder in die Suppe oder auf die "Brotbrücke" setzen. Das Eis in die Tellermitte setzen, die kalte Suppe darum herum angießen, einige Oliven hineingeben und die Brotscheibe anlegen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 6. Juli 2011

## Kartoffel-Curry-Eintopf mit Spinat

### Für 4 Personen

2 Zwiebeln	1,5 kg Kartoffeln, fest	1 Stange Zitronengras
1 rote Chilischote	1 Bund Lauchzwiebeln	2 EL Butterschmalz
Thaicurry	800 ml Gemüsebrühe	Salz, Zucker
1/2 rote Paprika	200 g TK-Spinat	40 g Erdnüsse
Holzspieße		

waschen, schälen und (bis auf zwei Kartoffeln) würfeln. Vom Zitronengras die äußeren harten Blätter entfernen, oberes und unteres Ende abschneiden. Chilischote halbieren, entkernen und klein schneiden. Lauchzwiebeln putzen und waschen. Vom Lauch das Grün abschneiden und beiseite legen. Das Weiße vom Lauch würfeln. 1 EL Butterschmalz erhitzen. Zwiebeln, Lauch und Zitronengras darin anbraten. Kartoffelwürfel zufügen. Thaicurry darüber stäuben und kurz mit rösten. Mit Gemüsebrühe ablöschen. Mit Salz und Zucker würzen. Abdecken und ca. 30 Minuten garen. Paprika putzen und in gleich große Stücke schneiden. Übrige Kartoffeln in Würfel (ca. 1,5 cm Kantenlänge) schneiden und in wenig Salzwasser knapp gar kochen. Kartoffelwürfel und Paprika abwechselnd auf Spieße stecken und im übrigen Butterschmalz braten, bis die Kartoffeln goldbraun und die Paprikastücke weich sind. Aufgetauten Spinat ausdrücken und grob hacken. Zum Eintopf geben, kurz erwärmen und würzen. Erdnüsse darüber streuen. Mit Kartoffel-Paprika-Spießen anrichten.

Jacqueline Amirfallah 19. Dezember 2012

## Kichererbsen-Eintopf mit Lamm-Hack-Bällchen

### Für 2 Personen

200 g Kichererbsen	1 Zwiebel	1 rote Chili-Schote
4 EL Olivenöl	1 EL Tomatenmark	Kreuzkümmel, gemahlen
600 ml Gemüsebrühe	Salz, Pfeffer	1 Brötchen vom Vortag
1 Bund Frühlingszwiebel	1 grüne Paprika	200 g Lammfleisch
Kurcuma		

Die Kichererbsen über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Die Zwiebel schälen, halbieren und in hauchdünne Scheiben schneiden. Chili-Schote halbieren die Kerne austreichen, das Fruchtfleisch fein schneiden. In einem Topf mit 2 EL Olivenöl die Zwiebel anbraten, Tomatenmark, Kreuzkümmel und Chili zugeben und mit Brühe aufgießen. Eingeweichte Kichererbsen, abgießen, abtropfen lassen und dazu geben. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen und ca. 1 Stunde kochen, bis die Kichererbsen weich sind. Brötchen in etwas Wasser einweichen. Frühlingszwiebellauch putzen und fein schneiden. Die Paprika-Schote halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch fein schneiden. Lammfleisch durch den Fleischwolf drehen. Das eingeweichte Brötchen gut ausdrücken und mit Lammhack, 3 EL Frühlingslauch, etwas Salz, Pfeffer und Curcuma würzen. Aus der Masse kleine Bällchen von ca. 2 cm Durchmesser formen. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl die Bällchen anbraten. Wenn sie fast gar sind, restlichen Zwibellauch und die fein geschnittene Paprika-Schote zugeben und mit braten, mit Salz abschmecken. Wenn alles fertig gebraten ist, die Bällchen mit Paprika unter den Kichererbseneintopf mischen und servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 02. März 2011

## Möhren-Joghurt-Suppe mit Estragon-Baiser

### Für 4 Personen

500 g Möhren	1 Zwiebel	1 EL Butterschmalz
Salz, Zucker	1 Prise Anissamen	1 l Hühnerbrühe
1 Bund Estragon	3 Eiweiß	50 g Speisestärke
150 g Naturjoghurt	2 EL Butter	

Die Möhren schälen und bis auf eine in kleine Stücke schneiden. Zwiebeln schälen, fein würfeln und in einem Topf mit Butterschmalz anschwitzen, Möhren zugeben und mit einer Prise Salz, Zucker und Anis bestäuben. Gemüsebrühe angießen und die Möhren weich dünsten. Den Backofen auf 160 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Estragon abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Das Eiweiß mit einem Schneebesen oder Handrührgerät zu Schnee aufschlagen, dabei 30 g Zucker einrieseln lassen. Speisestärke und eine Prise Salz unterrühren, 1 TL Joghurt und die Hälfte des Estragons unterheben. Die Eischneemasse in einen Spritzbeutel mit großer Sterntülle geben und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech kleine Tupfen spritzen. Im vorgeheizten Backofen ca. 10 Minuten backen. In der Zwischenzeit eine Möhre in feine Streifen schneiden und diese in einer Pfanne mit Butter weich dünsten. Mit einer Prise Salz würzen. Die weich gekochten Möhren in der Brühe pürieren und durch ein Sieb streichen. Die Suppe nicht mehr kochen lassen und den restlichen Joghurt unterrühren. Restlichen Estragon untermischen und die Suppe abschmecken. Gebratene Möhrenstreifen in Suppenteller geben. Mit der Suppe auffüllen und mit Estragonbaisers anrichten.

Jacqueline Amirfallah 28. März 2012

## Orientalische Möhren-Joghurt-Suppe

### Für 4 Personen

500 g Möhren	1 Zwiebel	2 EL Butterschmalz
1 Prise Safran	Salz, Zucker	1 Orange
1 l Gemüsebrühe	4 Bundmöhren mit Grün	4 Holzspieße
150 g griech. Joghurt	1 EL Butter	

Die Möhren schälen und bis auf eine in kleine Stücke schneiden. Zwiebeln schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen, Möhren zugeben und mit einer Prise Safran, Salz und Zucker würzen. Orange waschen, etwas Schale abreiben und auspressen. Möhren mit Orangensaft ablöschen, Gemüsebrühe angießen und die Möhren weich dünsten. Joghurt mit Salz, Orangenschale und wenig Safran abschmecken. Zurückbehaltene Möhre in kleine Würfel schneiden und in etwas Butterschmalz weich dünsten. Bundmöhren mit Grün schälen, das Möhrengrün etwas zurechtschneiden und die Möhren im restlichen Butterschmalz weich dünsten, in mehrere Stücke schneiden und jeweils eine Möhre auf einen Spieß stecken, es dabei so aussehen lassen als wäre die Möhre noch ganz. Die weich gekochten Möhren in der Brühe pürieren und durch ein Sieb streichen. Die Suppe nicht mehr kochen lassen, den Joghurt unterrühren, mit Butter montieren und abschmecken. Die Suppe mit den Möhrenwürfeln und den Spießen anrichten.

Jacqueline Amirfallah 07. November 2012

## Pastinaken-Suppe mit Wildschwein-Rolle

### Für 4 Personen

1 kleine Zwiebel	1,5 kg Pastinaken	3 EL Butterschmalz
1 l Geflügelbrühe	1 Lorbeerblatt	1/2 Bund glatte Petersilie
500 g Wildschwein	50 g Sahne	Salz
Raz el Hanout	50 g Butter	

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Zwiebel schälen und fein würfeln. Pastinaken schälen, ca. 50 g in 5 mm große Würfelchen schneiden, den Rest grob würfeln. In einem Topf mit 1 EL Butterschmalz die Zwiebeln anschwitzen, die groben Pastinakenwürfel zugeben und mit Geflügelbrühe auffüllen. Das Lorbeerblatt zugeben, ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis die Pastinaken weich sind. Die klein gewürfelten Pastinaken in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz kurz braten. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Das Fleisch entgegen der Faser in dünne Scheiben schneiden, dann dünn plattieren (am besten legt man das Fleisch dazu zwischen einen Gefrierbeutel). Ca. 50 g Fleisch in kleine Stücke schneiden und mit 50 g Sahne in einem Cutter oder mit einem Pürierstab zu einer feinen Farce pürieren. Die Farce mit Salz abschmecken, Petersilie und die gebratenen Pastinakenwürfel darunter ziehen. Die Fleischscheiben mit Salz und Raz el Hanout würzen, mit der Farce bestreichen, aufrollen und die Röllchen mit Küchengarn binden. In einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz die Fleischröllchen von allen Seiten anbraten, dann in eine backofengeeignete Form geben und noch ca. 7 Minuten fertig garen. Die Suppe pürieren, durch ein Sieb passieren, dann 50 g Butter mit einem Pürierstab untermixen und abschmecken. Die Suppe anrichten, die Röllchen aufschneiden, quer auf einen Spieß stecken und über den Suppenteller legen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 5. Januar 2011

## Rahm-Suppe vom Knollen-Sellerie mit Nuss-Strudel

### Für 4 Personen

600 g Sellerie	1 Zwiebel	5 EL Butter
1 l Hühnerbrühe	15 Walnusshälften	15 Haselnüsse
3 Lauchzwiebeln	2 Zweige Thymian	Salz
1 EL Walnussöl	4 Blätter Filoteig	80 g Parmesan
2-3 EL Butterschmalz		

Den Knollensellerie schälen, ca. 100 g davon in sehr feine Würfel schneiden, den Rest in Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen, würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Die Selleriestücke zugeben, mit Hühnerbrühe auffüllen und weich kochen. Die Nüsse fein hacken. Zwiebellauch putzen, waschen und fein schneiden. Thymian abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen. In einer Pfanne mit 1 EL Butter 2/3 der gehackten Nüsse und den Zwiebellauch anschwitzen. Mit Salz würzen, Thymian untermischen und mit 1 TL Walnussöl abschmecken. 2 EL Butter schmelzen. Die Filoteigblätter ausbreiten, mit der flüssigen Butter bestreichen, die Nussmasse darauf geben. Parmesan reiben und darüber streuen, dann zu kleinen Strudeln aufrollen. Feine Selleriewürfe in einer Pfanne mit Rest geschmolzener Butter anbraten. Die Suppe pürieren und anschließend durch ein Sieb streichen. Mit 1 EL kalter Butter montieren und mit Salz und 1 TL Walnussöl abschmecken. In einer Pfanne mit Butterschmalz die Strudel von allen Seiten braten, herausnehmen und auf Küchenkrepp legen. Die Suppe in tiefen Tellern anrichten, mit gebratenen Selleriewürfeln und restlichen gehackten Nüssen bestreuen und die Strudel dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 19. Oktober 2011

## Rinder-Gulasch-Suppe

### Für 2 Personen

1 Zwiebel	1 EL Butterschmalz	300 g Rindfleisch
Salz	1 TL Paprikapulver, rosenscharf	1 EL Tomatenmark
600 ml Rinderbrühe	2 Kartoffeln, fest	1/2 rote Paprika
1/2 grüne Paprika	1 Chilischote	1 EL Olivenöl

60 g saure Sahne

### Für die Brotstangen:

200 g Mehl	10 g Hefe	1 Prise Zucker
1 EL Olivenöl	Salz	1 TL Paprikapulver

Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Butterschmalz erhitzen, die Zwiebeln darin anbraten. Das Rindfleisch in 0,5 cm kleine Würfel schneiden, mitbraten. Mit Salz und Paprika würzen. Tomatenmark zugeben und kurz mitrösten. Mit der Brühe auffüllen und kochen. Die Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden und mitkochen bis alles weich ist. Die Paprika putzen und in feine Würfel schneiden. Ein Esslöffel Paprikawürfel beiseite stellen. Die Chilischote entkernen und sehr fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen, Paprikawürfel anbraten, Chili zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Brotstangen:

Aus Mehl, Hefe, Zucker, Olivenöl und Wasser einen Teig herstellen. Salz und Paprikapulver unterkneten und den Teig kurz gehen lassen. Den Backofen auf 230 Grad (Umluft 210 Grad, Gas Stufe 4) vorheizen. 1 EL rohe Paprikawürfel zum Teig geben und verkneten. 30 cm lange dünne Stangen formen und 5 – 7 Minuten im Ofen backen. Die angebratenen Paprikawürfel zur Suppe geben, nochmal abschmecken und in vorgewärmte Teller füllen. Mit einem Löffel saurer Sahne garnieren und mit den Brotstangen servieren.

Jacqueline Amirfallah 28. Dezember 2011

## Suppe von Räucher-Forelle und Petersilienwurzel

### Für 4 Personen

2 Räucherforellen	1 Lorbeerblatt	2 Möhren
½ Sellerieknolle	1 Stange Lauch	1/2 Bund Petersilie
1 Zwiebel	3 Petersilienwurzeln	2 EL Butterschmalz

Die Räucherforellen entgräten, das Fleisch beiseite stellen. Die Karkassen und die Haut mit 1,5 Liter kaltem Wasser aufsetzen, Lorbeerblatt hinzugeben und zum Kochen bringen. Möhre, Sellerie und Lauch putzen und würfeln. Petersilie waschen, trocken schütteln und klein schneiden. Gemüse in den Forellensud geben und mitkochen. Wenn das Gemüse weich ist den Forellensud durch ein Sieb passieren. Die Zwiebel und die Petersilienwurzeln schälen und bis auf eine Petersilienwurzel würfeln. Aus einer Petersilienwurzel Rauten von 1 cm Kantenlänge und 1/3 cm Dicke schneiden. Zwiebelwürfel in 1 EL Butterschmalz anbraten und die gewürfelten Petersilienwurzel zugeben, anschwitzen, mit dem passierten Räucherforellensud auffüllen und weichkochen. Die Petersilienwurzelrauten im restlichen Butterschmalz weich dünsten. Das Forellenfleisch in mundgerechte Stücke schneiden und erwärmen. Die Suppe pürieren und durch ein Sieb passieren. Mit den Rauten und dem Forellenfleisch servieren, dazu die Minibaguettes reichen.

Jacqueline Amirfallah 14. November 2012

# Vegetarisch

## Auberginen-Bruschetta

### Für 2 Personen

2 Auberginen	ca. 100 g grobes Salz	500 ml Geflügelbrühe
1 Fleischtomate	1 Knoblauchzehe	6 EL Olivenöl
Meersalz, Pfeffer, Zucker	1/2 Bund glatte Petersilie	250 g Kastenweißbrot
2 EL Butter		

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 80 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Auberginen waschen, mehrfach mit einer Gabel einstechen. Auf einem Backblech eine gute Handvoll grobes Salz verteilen, darauf die Auberginen legen und im Backofen ca. 45 Minuten garen. Die Geflügelbrühe aufkochen. Die Tomate am Stielansatz einritzen und kurz in kochendes Wasser tauchen, die Haut abziehen. Die Tomate halbieren, die Kerne entfernen und die Kerne mit der anderen Tomatenhälfte mit einer halben geschälten Knoblauchzehe, der Brühe und 2 EL Olivenöl fein pürieren, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und durch ein feines Sieb passieren. Die andere Tomatenhälfte fein würfeln. Petersilie abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Restliche Knoblauchzehe mit etwas Salz fein zerdrücken. Die gegarten Auberginen der Länge nach aufschneiden und das Fruchtfleisch herauskratzen. Die Hälfte des Fruchtfleischs fein hacken und mit etwas zerdrückten Knoblauch, Salz, Pfeffer und 2 EL Olivenöl vermischen und abschmecken. Die andere Hälfte Auberginenfruchtfleisch mit den Petersilienblättern, etwas zerdrücktem Knoblauch, 2 EL Olivenöl in einen Cutter geben und fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Weißbrot entrinden und längs in Scheiben schneiden, daraus Streifen von 6 x14 cm Größe schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Butter die Brotstreifen knusprig braten. Die Tomatenwürfel mit Salz und Pfeffer würzen. Beide Auberginenmassen auf den Brotstreifen verteilen und mit den Tomatenwürfeln bestreuen. Den Tomatensud nochmals aufmixen und in ein Milchkaffeeglas füllen, die Auberginen-Bruschetta obenauf legen und servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 31. August 2011



# Bärlauch-Pfannkuchen-Schnecken mit Frühling-Salat

## Für 4 Personen

210 g Mehl	3 Eier	7 EL Olivenöl
ca. 250 ml Milch	Salz	Pfeffer
1 Bund Bärlauch	ca. 3 EL Butterschmalz	1 Bund Schnittlauch
300 g Ziegenfrischkäse	1 TL Honig	3 junge Möhren
1 TL scharfer Senf	2 EL weißer Balsamico	200 g gemischte Frühlingsblattsalate
1-2 EL Semmelbrösel	1 EL Sonnenblumenkerne	

200 g Mehl, 2 Eier, 2 EL Olivenöl und 300 ml Milch in eine Schüssel geben, zu einem dünnflüssigen Teig verrühren. Mit einer Prise Salz und Pfeffer würzen und ca. 10 Minuten quellen lassen. (Sollte der Teig zu dick sein, noch etwas Milch dazugeben.) Bärlauch abspülen und trocken schütteln. Aus dem Teig in einer Pfanne mit Butterschmalz nach und nach Pfannkuchen ausbacken. Dabei jeweils 3-4 Bärlauchblätter miteinbacken, dazu den Teig in die Pfanne gießen, die Kräuterblätter gleich auf den noch feuchten Teig legen. Dann wie gewohnt die Pfannkuchen wenden und ausbacken. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Ziegenfrischkäse mit Schnittlauch, 1 Prise Salz und Honig vermischen und abschmecken. Etwas angemachten Ziegenfrischkäse auf die Pfannkuchen streichen und einrollen. Die Pfannkuchen mit Frischhaltefolie abgedeckt kalt stellen. Restlichen angemachten Ziegenfrischkäse zu kleinen Kugeln formen, diese ebenfalls abgedeckt kalt stellen. Die Möhren schälen und in feine dünne Streifen schneiden oder hobeln. In einer Schüssel Senf mit Essig und 3 EL Olivenöl zu einer Vinaigrette mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Möhrenstreifen zugeben und mit der Vinaigrette marinieren. Blattsalate putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Die Käsekugeln in 1 EL Mehl wenden, durch ein verquirltes Ei ziehen und in den Semmelbröseln wälzen. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl rasch goldbraun ausbraten. Blattsalate zu den marinierten Möhren geben und untermischen. Die Pfannkuchenrollen in Scheiben aufschneiden und auf Tellern anrichten, die gebratenen Kugeln dazu legen. Salat daneben anrichten und mit Sonnenblumenkernen bestreuen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 06. April 2011

# Bunte Bete mit gebratenem Gruyère und Kartoffel-Püree

## Für 4 Personen

600 g Kartoffeln, mehlig	Salz	2 Rote Bete
2 Gelbe Bete	4 Knoblauchzehen	4 TL Olivenöl
2 Zweige Thymian	2 Navetten	2 Teltower Rübchen
1 Schalotte	2 EL Butterschmalz	1 Bund Majoran
1 Bund glatte Petersilie	200 ml Sahne	Pfeffer
1/8 l Milch	1 Prise Muskat	300 g Gruyère
4 Blatt Frühlingsrollenteig		

Backofen auf 220 Grad (Umluft 200 Grad, Gas Stufe 4) vorheizen. Kartoffeln waschen und in Salzwasser weichkochen. Die roten und gelben Bete waschen. Jede Knolle mit zerdrückter Knoblauchzehe, 1 TL Olivenöl und Thymian in Alufolie einwickeln. Je nach Größe ca 1/2 Stunde bei 220 Grad im Ofen backen. Navetten und Rübchen schälen und klein schneiden. Schalotte schälen und würfeln. In 1 EL Butterschmalz die Schalottenwürfel und Rüben weich dünsten. Majoran und Petersilie waschen, trocken schütteln und hacken. Das Gemüse aus dem Topf nehmen und warm stellen. Sahne und Majoran in den Topf geben und einköcheln lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, das Gemüse wieder in die Sauce geben. Kartoffeln pellen und durch die Presse drücken. Milch mit der Hälfte der Petersilie pürieren und erwärmen, zu den Kartoffeln geben und zu einem Püree verrühren. Mit Salz und Muskat abschmecken. Rote und gelbe Bete aus dem Ofen nehmen, auspacken, schälen, in hübsch in Form schneiden und mit einer Prise Salz würzen. Käse in fingerlange Stücke schneiden mit Petersilie in Frühlingsrollenteig wickeln und in einer Pfanne im restlichen Butterschmalz goldbraun braten. Rüben und bunte Bete mit dem Kartoffelpüree und den Käsestreifen anrichten.

Jacqueline Amirfallah 21. November 2012

## Estragon-Nudeln mit gebratenem jungen Kopfsalat

### Für 4 Personen

150 g Hartweizenmehl	160 g Weizenmehl	Salz
1 Ei	150 ml lauwarmes Wasser	2 Kopfsalate
2 Zwiebeln	3 EL Butter	Muskat
1 Bund Estragon	200 g Ziegenfrischkäse	250 ml Milch
1 Eigelb		

Hartweizenmehl und 150 g Weizenmehl, 1 Prise Salz, das Ei und Wasser zugeben und zu einem geschmeidigen Nudelteig kneten. (Es ist empfehlenswert nicht das komplette Wasser auf einmal zuzugeben, sondern nur 2/3. Ist der Teig zu trocken, etwas Wasser nachgießen.) Den Teig in Frischhaltefolie einpacken und ca. 30 Minuten ruhen lassen. Kopfsalat putzen, dann die äußeren Blätter abnehmen, waschen und trocken schleudern. Die Salatherzen zurecht schneiden, waschen und trocken schleudern. Zwiebeln schälen, fein würfeln und die Hälfte in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Dann Kopfsalatblätter dazugeben, zusammenfallen lassen, mit Salz und Muskat abschmecken. Anschließend auf ein Sieb geben und gründlich abtropfen lassen. Estragon abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Mit einer Nudelmaschine aus dem Nudelteig dünne Nudelbahnen ausrollen, dabei immer einige Estragonblätter zwischen die Nudelbahnen legen und nochmal ausrollen. Den abgetropften Kopfsalat mit Ziegenfrischkäse mischen und nochmal abschmecken. Diese Füllung portionsweise auf die Hälfte der fertigen Nudelbahnen geben, die Ränder leicht mit einem Pinsel anfeuchten und mit den anderen Nudelbahnen abdecken, gut andrücken und die Teigtaschen ausschneiden. Restliche Estragonblätter in feine Streifen schneiden. Restliche gewürfelte Zwiebel in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen mit 1 EL Mehl abstäuben und mit Milch aufgießen, gut mit einem Schneebesen umrühren und ca. 10 Minuten köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren. Dann den Topf vom Herd nehmen und das Eigelb zum Binden der Sauce unterrühren. (Die Sauce darf nicht mehr kochen, damit das Ei nicht gerinnt.) Estragonstreifen untermischen und die Sauce abschmecken. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Kopfsalatherzen anbraten, mit Salz abschmecken. Teigtaschen mit Sauce und gebratenen Kopfsalatherzen anrichten und servieren.

Jacqueline Amirfallah 02. Mai 2012

## Falafel mit scharfer Linsen-Soße und Gewürz-Joghurt

### Für 2 Personen

200 g Kichererbsen	1 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Koriander
1/2 Bund Dill	1 Bund Lauchzwiebeln	Kreuzkümmel
Salz, Pfeffer	1 TL Backpulver	1 rote Chilischote
3-4 EL Butterschmalz		
1 EL Tomatenmark	50 g rote Linsen	300 ml Gemüsebrühe
1 TL Fenchelsamen	200 g griechischer Naturjoghurt	1 Prise getrocknete Rosenblätter
1 EL Butter		

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. Das Grün der Lauchzwiebeln fein schneiden. Kräuter und Lauchzwiebelgrün zusammen mit den Kichererbsen ein zweites Mal durch den Fleischwolf drehen. Die Masse mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer würzen und das Backpulver untermischen. Die Masse kurz stehen lassen. Die Lauchzwiebeln fein schneiden. Chili halbieren, die Kerne austreichen und fein hacken. In einem Topf mit 1 TL Butterschmalz die gehackte Lauchzwiebeln anschwitzen, Chili und Tomatenmark zugeben, kurz anbraten. Die Linsen zugeben, mit Gemüsebrühe auffüllen und aufkochen. Nach ca. 7 Minuten Kochzeit einige rote Linsen herausnehmen und für die Dekoration zur Seite stellen. Die restlichen Linsen im Topf noch weitere 8 Minuten köcheln lassen. Aus der Kichererbsenmasse kleine Buletten (Falafel) formen und diese in einer Pfanne mit Butterschmalz braten. Fenchelsamen in einer Pfanne ohne Fett kurz rösten, dann im Mörser fein zerstoßen. Joghurt mit etwas Salz, Kreuzkümmel, den Fenchelsamen und getrockneten Rosenblättern abschmecken. Die Linsensauce mit einem Pürierstab fein pürieren, abschmecken und 1 EL kalte Butter unterziehen. Falafel mit der Linsensauce und dem Gewürzjoghurt anrichten. Gegarte Rote Linsen darüber streuen. Dazu passt ein Romanasalat mit einer Zitronen-Oliven-Vinaigrette.

Jacqueline Amirfallah 08. Februar 2012

## Gebratene Chili-Ananas mit Honig-Parfait

### Für 4 Personen

2 Eier	80 ml Milch	100 g Honig
200 ml Schlagsahne	1 Ananas	1 grüne und rote Chilischote
2 EL Butter		

1 Ei trennen. Eigelb, ganzes Ei, Milch und 80 g Honig in eine Metallschüssel geben. Über einem heißen Wasserbad ca. 10 Minuten cremig schlagen. Die Schale in kaltes Wasser stellen und die Masse kaltschlagen. Sahne steif schlagen und unter die kalte Honigmasse heben. Eine gefriergeeignete Form oder Portionsförmchen (z. B. Kastenform oder Souffléförmchen) mit Frischhaltefolie auslegen. Die Parfaitmasse hineingeben und möglichst über Nacht einfrieren. Ananas schälen, vierteln und den harten Strunk entfernen. Ananas dekorativ in Stücke schneiden. Chilischoten halbieren, entkernen und fein hacken. Butter portionsweis in einer Pfanne erhitzen. Ananas und Chili darin kurz braten. Übrigen Honig darüber träufeln und kurz schwenken. Parfait aus der Form auf eine Platte stürzen. ca. 5 Minuten antauen lassen. Parfait evtl. in Scheiben schneiden. Mit Chili-Ananas anrichten.

Jacqueline Amirfallah 19. Dezember 2012

# Gebratener Käse mit Herbstfrüchte-Chutney

## Für 4 Personen

### Für das Herbstfrüchte-Chutney:

350 g Äpfel	350 g Birnen	300 g Zwetschgen
250 g Zwiebeln	1 Chilischote	10 g Ingwer
200 g Zucker	250 ml Apfelsaft	250 ml Obstessig
1 Vanilleschote	1 Prise Salz	

### Für den gebratenen Käse:

1 Eisbergsalat	200 g spanischer Hartkäse	200 g mittelalter Gouda
100 g Mehl	Salz, Pfeffer	3 Eier
300 ml Milch	ca. 100 ml Sonnenblumenöl	2 EL Apfelessig
1 TL scharfer Senf		

Für das Herbstfrüchte-Chutney::

Äpfel und Birnen schälen, Kerngehäuse entfernen und das Obst in Würfel schneiden. Zwetschgen halbieren und entsteinen. Zwiebeln grob hacken. Chilischote halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein hacken. Ingwer schälen und in sehr kleine Stückchen schneiden. Zucker in einem großen Topf unter Rühren schmelzen und leicht bräunen lassen, Obst und Zwiebeln hinzufügen, kurz rühren und dann mit Apfelsaft und Essig ablöschen. Weiter rühren, so dass sich alles vermischt. Chili nach Geschmack und Schärfe zugeben. Ingwer untermischen. Vanilleschote der Länge nach halbieren, das Mark austreichen und ebenfalls mit einer Prise Salz zugeben. Alles ca. 7 Minuten kochen lassen, dann nochmals abschmecken und in vorbereitete, heiß ausgespülte Twist-Off-Gläser füllen, verschließen und erkalten lassen.

Für den Gebratenen Käse:

Den Eisbergsalat putzen, waschen und abtropfen lassen. Käse in 5 cm große Würfel schneiden. Mehl, eine Prise Salz und Eier gut mit dem Schneebesen verrühren, dann die Milch untermischen. Die Käsestücke durch den Ausbackteig ziehen und in einer Pfanne mit reichlich Sonnenblumenöl von beiden Seiten goldbraun braten. Auf Küchentrepp abtropfen lassen. Aus Essig, 4 EL Sonnenblumenöl und Senf eine Vinaigrette zusammen rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Salat mit der Vinaigrette mischen und anrichten. Gebackenen Käse und Chutney mit auf den Teller geben und servieren.

Jacqueline Amirfallah 12. September 2012

## Gebratener Radicchio mit Püree von weißen Bohnen

### Für 2 Personen

150 g getrocknete weiße Bohnenkerne	1 Schalotte	3 EL Olivenöl
700 ml Gemüsebrühe	1 Knoblauchzehe	3 Zweige Thymian
1/2 Bund glatte Petersilie	1 Brötchen vom Vortag	200 g Feta (Schafskäse)
1 EL Mehl	1 Ei	1 Radicchio
1/2 Bund Schnittlauch	1 EL Butter	Salz, Pfeffer
20 g Sahne	2-3 EL Butterschmalz	1 Prise Zucker

Bohnenkerne über Nacht in reichlich Salzwasser einweichen. Schalotte schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anbraten. Die abgeschüttelten, eingeweichten Bohnen zugeben und Gemüsebrühe angießen. Knoblauch schälen und zusammen mit einem Thymianzweig zu den Bohnen geben. Die Bohnen ca. 40 Minuten kochen lassen, bis sie weich sind. Petersilie abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Brötchen grob würfeln und mit Petersilienblättern in einen Cutter geben und fein pürieren. Schafskäse in 3 cm große Würfel schneiden. Die Käsewürfel in Mehl wenden, durchs verquirlte Ei ziehen und in den Kräuterbröseln panieren. Radicchio putzen, waschen und die Blätter trocken schleudern. Schnittlauch und Thymian waschen, trocken schütteln. Schnittlauch fein schneiden, vom Thymian die Blättchen abzupfen. Wenn die Bohnen weich gekocht sind, 3 EL Bohnen herausnehmen und beiseite stellen. Restliche Bohnen fein pürieren, evtl. ein Teil des Kochwassers abschütten, damit das Püree nicht zu flüssig wird. 1 EL Butter sowie Schnittlauch und Petersilienblättchen untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sahne halbsteif schlagen und unter das Püree heben. Zuletzt die ganzen gekochten Bohnenkerne unterheben. Die Käsewürfel in einer Pfanne mit 2-3 EL Butterschmalz von beiden Seiten goldbraun braten. Radicchioblätter in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. 1 Prise Zucker zugeben und karamellisieren lassen. Gebratene Salatblätter auf Tellern mit Bohnenpüree und den gebratenen Käsewürfeln anrichten, restliche Bohnen über das Püree streuen und servieren.

Jacqueline Amirfallah 22. Februar 2012

## Geschmorter Kürbis im Filo-Teig mit Kürbiskern-Pesto

### Für 2 Personen

400 g Kürbisfruchtfleisch	1 Zwiebel	60 ml Sonnenblumenöl
Salz, Pfeffer	1/2 Bund glatte Petersilie	50 g Greuzeer Käse
1 Knoblauchzehe	1 EL Kürbiskerne	40 ml Kürbiskernöl
1 Bund Schnittlauch	1 Bund Koriander	1 Spritzer Zitronensaft
4 EL Butter	80 g Filoteig	150 g Frittierfett

Das Kürbisstück schälen, 60 g Kürbisfruchtfleisch in sehr feine Würfel schneiden und zur Seite stellen. Den Rest Kürbis in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 2 EL Sonnenblumenöl anschwitzen. Die Kürbisstücke zugeben, 2-3 EL Wasser oder Gemüsebrühe zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und weich schmoren. Petersilie abspülen, trocken schütteln und grob die Blätter abzupfen. Käse grob reiben. Knoblauch schälen, grob hacken und mit Käse, Petersilienblättern, Kürbiskernen, 40 ml Sonnenblumenöl und Kürbiskernöl in einen Cutter geben und zu einem Pesto mixen, mit Salz abschmecken. Schnittlauch und Koriander abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Geschmorten Kürbis anpürieren und je die Hälfte Schnittlauch, Koriander und den Zitronensaft untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. 3 EL Butter in einem Topf schmelzen. Filoteig in 20 x 15 cm große Rechtecke schneiden und jeweils 2 Teigstücke aufeinander legen. Darauf flüssige Butter streichen, Kürbismasse darauf geben und zu Stangen formen oder zu Teigpäckchen packen. Die Päckchen in einem Topf mit heißem Frittierfett goldbraun ausbacken, auf Küchentrepp abtropfen lassen. Die Kürbiswürfel in einer Pfanne mit 1 EL Butter anbraten und salzen. Die Kürbispäckchen auf Tellern anrichten, die gebratenen Kürbiswürfel dazugeben und etwas Pesto angießen. Mit den restlichen Kräutern bestreuen und servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 28. September 2011

## Kartoffel-Gnocchi mit Salbei und Parmesan

### Für 2 Personen

500 g mehligk. Kartoffeln	1/2 Bund Salbei	1 Zwiebel
1 EL Butterschmalz	2 EL Rosinen	80 g Parmesan
2 Eigelb	4 EL Kartoffelstärke	Salz
1 Schalotte	2 EL Butter	1 Granatapfel
2 EL Pinienkerne		

Backofen auf 200 Grad (Umluft: 180 Grad/Gasheerd: Stufe 3) vorheizen. Die Kartoffeln waschen, auf ein Backblech legen und im heißen Backofen ca. 50 Minuten backen bis sie weich sind. Salbei abspülen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Die Zwiebel schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Gehackten Salbei zugeben und kurz mit anschwitzen. Rosinen fein hacken, die Hälfte des Parmesans fein reiben. Kartoffeln halbieren, aus der Schale kratzen und durch die Presse drücken. Eigelbe, Kartoffelstärke, Salbei-Zwiebeln, Rosinen und geriebenen Parmesan zugeben, leicht salzen und zu einem geschmeidigen Teig vermengen. Evtl. noch etwas Kartoffelstärke untermischen. Aus dem Teig Stangen von ca. 2 cm Durchmesser formen, von diesen 3 cm lange Gnocchi abschneiden, mit einer Gabel ein Muster eindrücken und in einem Topf mit kochendem Salzwasser garen, bis sie an die Oberfläche steigen. Herausnehmen und abtropfen lassen. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Butter anschwitzen. Den Granatapfel halbieren, die Kerne auslösen, mit zu den Schalotten geben und anschwitzen. Ebenfalls die Pinienkerne mit in die Pfanne geben und leicht anrösten. Zuletzt die Gnocchi untermischen und alles gut schwenken. Die Gnocchi auf Tellern anrichten und Parmesan darüber hobeln.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 21. September 2011



# Kartoffel-Maultaschen

## Für 2 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig	2 Zweige Rosmarin	1 Zwiebel
2-3 EL Butterschmalz	1 EL Rosinen	2 EL gehackte Mandeln
200 g Ziegenfrischkäse	Salz, Zucker	2 Karotten
1 Schalotte	1 EL Butter	1 Bund Schnittlauch
1 Bund glatte Petersilie	1-2 EL Kartoffelstärke	2 Eigelb
Schwarzkümmel, Mehl	2 Scheiben Kastenweißbrot	2 EL Olivenöl

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Kartoffeln waschen und im Backofen bei 180 Grad ca. 1 Stunde garen. In der Zwischenzeit Rosmarin abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Zwiebel schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Rosmarin zugeben und die Pfanne vom Herd ziehen. Die Rosinen fein hacken und mit den gehackten Mandeln und dem Frischkäse untermischen und die Masse mit Salz abschmecken. Karotten schälen und fein würfeln. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, Karotte zugeben und weich dünsten. Mit Salz und Zucker würzen. Schnittlauch und Petersilie abspülen, trocken schütteln und 2/3 der Kräuter fein hacken. Die gegarten Kartoffeln aus der Schale kratzen und durch die Kartoffelpresse drücken. Mit Kartoffelstärke und Eigelben mischen. Gehackte Petersilie und Schnittlauch untermischen, mit Salz und einer Prise Schwarzkümmel abschmecken. Die Kartoffelmasse auf einer bemehlten Fläche mit dem Nudelholz ausrollen und in 7 cm große Quadrate schneiden. Auf die Hälfte der Quadrate die vorbereitete Frischkäsemasse darauf geben, mit den restlichen Quadraten abdecken, die Ränder gut andrücken und die Kartoffeltaschen in einer Pfanne mit ca. 2 EL Butterschmalz von beiden Seiten goldbraun braten. Weißbrot mit übrigem Schnittlauch und Petersilie in einem Cutter fein zermahlen, in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl kurz anrösten. Gebratene Kartoffeltaschen mit Möhren anrichten und den Kräuter-Brotbröseln bestreuen.

Jacqueline Amirfallah 05. September 2012

## Kohl-Koulade mit Schafkäse und Gewürz-Linsen

### Für 4 Personen

3 EL Mandelstifte	1 Spitzkohl	3 EL Butterschmalz
150 g Schafkäse	Salz, Pfeffer	1 EL Rosinen
1 Möhre	1 Pastinake	1 Stange Lauch
500 g Berglinsen	1 TL milden Curry	1 Prise Cumin
$\frac{1}{2}$ TL Piment d Espelette	2 Zweige Thymian	ca. 800 ml Gemüsebrühe
$\frac{1}{4}$ Liter Sahne		

Mandelstifte in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Den Spitzkohl kurz in kochendes Wasser tauchen und die acht äußeren Blätter ablösen. Den restlichen Kohl fein schneiden und in 1 EL Butterschmalz langsam weich schmoren. Den Käse zerkrümeln und dazu geben mit Salz und Pfeffer abschmecken, die Mandelstifte und einige Rosinen zugeben. Möhre und Pastinake putzen und würfeln. Den Lauch waschen, das Grüne vom Lauch beiseite legen und den Rest fein schneiden. Das Gemüse in 1 EL Butterschmalz anbraten, die Linsen zugeben, Curry, Cumin und Piment d Espelette darüber stäuben, Thymian zugeben, mit Gemüsebrühe auffüllen, so dass die Linsen gerade bedeckt sind und weichkochen, sollte ca. 25 Minuten dauern. Die Schafkäsemischung auf die Kohlblätter geben und zu Rouladen wickeln. In 1 EL Butterschmalz rundherum anbraten, ein wenig Gemüsebrühe zugeben und kurz dünsten. Das Grüne vom Lauch unter die Linsen geben, die Sahne zugeben und nochmal aufkochen und abschmecken. Die Rouladen auf die Gewürzlinen legen und mit den restlichen Rosinen und Mandeln bestreuen.

Jacqueline Amirfallah 17. Oktober 2012

## Mezze-Platte

### Für 6 Personen

200 g Kichererbsen	1 l Gemüsebrühe	2 Auberginen
1 Bund glatte Petersilie	1 Zitrone	2 Knoblauchzehen
Salz	170 ml Olivenöl	1/2 Bund Koriander
2 EL Tahina (Sesampaste)	300 g Blattspinat	100 g griechischer Joghurt
3 Zweige Thymian	150 g Schafskäse	6 Blätter Yufka- oder Filoteig
3 EL Butterschmalz	1 Fleischtomate	½ Gurke
1 Frühlingszwiebel	Pfeffer	

Für das Kichererbsenpüree die Kichererbsen über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Dann abgießen und in einem Topf mit 1 l Gemüsebrühe weichkochen. Den Backofen auf 250 Grad (Umluft 240 Grad) vorheizen. Für das Auberginenpüree in der Zwischenzeit die Auberginen waschen, mit einer Gabel mehrmals einstechen, in eine Auflaufform geben und im Ofen ca. 30 Minuten weich garen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Von der Zitrone den Saft auspressen. Knoblauch schälen, fein hacken bzw. mit dem Messer etwas zerdrücken. Die weich gegarten Auberginen halbieren und das Fruchtfleisch auskratzen. Das Fruchtfleisch mit Petersilie, Salz, 30 ml Olivenöl und einer zerdrückten Knoblauchzehe zu einer Paste vermischen, evtl. mit dem Messer noch etwas zerhacken. Evtl. mit einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Die Hälfte der weich gekochten Kichererbsen aus dem Topf nehmen, abtropfen. Koriander abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Abgetropfte Kichererbsen mit Salz, etwas Zitronensaft und Koriander mischen und ca. 50 ml Olivenöl unterrühren. Die restlichen Kichererbsen fein pürieren und mit Salz, Sesampaste und ca. 30 ml Olivenöl abschmecken. Für den Spinatjoghurt Spinat putzen, waschen und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl zusammenfallen lassen. Dann den Spinat auf ein Sieb geben, ausdrücken und fein hacken. Joghurt mit Salz und einer zerdrückten Knoblauchzehe würzen und den gehackten Spinat untermischen. Für die Käsestangen Thymian abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Schafskäse zerbröseln, Thymian untermischen und mit Salz abschmecken. Die Masse auf die Teigblätter geben und zu schmalen Stangen aufdrehen. Diese in einer Pfanne mit Butterschmalz goldbraun braten. Tomate, Gurke und Frühlingszwiebel waschen und in kleine Würfel schneiden. Alles in eine Schüssel geben und mit Salz, Pfeffer, 1 Spritzer Zitronensaft und 2 EL Olivenöl marinieren. Alles auf Tellern oder einer großen Platte anrichten und servieren.

Jacqueline Amirfallah 25. April 2012

## Milch-Reis-Kroketten mit Ananas und Chili-Vanille-Soße

### Für 4 Personen

1 l Milch	150 g Milchreis	Zucker
1/2 frische Ananas	1 Vanilleschote	1 rote Chilischote
200 g Hefezopf vom Vortag	4 Eier	2 EL Mehl
1 EL Butter	1-2 EL brauner Zucker	Butterschmalz

600 ml Milch und den Milchreis in einen Topf geben und aufkochen lassen, dabei öfter umrühren, mit etwas Zucker abschmecken und ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis der Reis weich ist und die Konsistenz des Milchreis relativ dick ist. Dann auskühlen lassen. Milchreis in einen Spritzbeutel mit großer Lochtülle geben und zu ca. 7 cm lange Rollen (Kroketten) auf einen großen Teller oder eine Platte aufspritzen, dann kalt stellen. Ananas schälen, den harten Strunk ausschneiden und das Fruchtfleisch in schöne Stücke schneiden. Die Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herausstreichen. Chili halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch sehr fein hacken. Hefezopf in feine Brösel reiben oder cuttern. Die Eier trennen. Die Milchreisrollen in Mehl wenden, durchs Eiweiß ziehen und mit den Hefezopfbröseln panieren. Eigelbe mit 400 ml Milch, Vanillemark, gehackte Chili und 2 EL Zucker in einen Schlagkessel geben und über dem heißen Wasserbad aufschlagen, bis die Eier binden und die Sauce eine dickliche Konsistenz hat. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die Ananasstücke anbraten, braunen Zucker überstreuen und diesen karamellisieren lassen. In einer tiefen Pfanne mit reichlich Butterschmalz die Milchreiskroketten goldbraun ausbraten. Die Milchreiskroketten mit der Vanillesauce und den Ananasstücken anrichten.

Jacqueline Amirfallah 15. Februar 2012

# Möhren-Panna-Cotta mit Salat von jungem Spinat

## Für 4 Personen

1 Zwiebel	600 g junge kleine Möhren	9 Blatt Gelatine
2 EL Butterschmalz	Salz, Zucker	400 g Crème-fraîche
1/2 Bund Estragon	1 Zitrone	600 g junger Blattspinat
4 EL Olivenöl	Baguette	150 g Ziegenfrischkäse

Zwiebel schälen und fein schneiden. Die Möhren putzen, waschen und bis auf 4 Stück alle würfeln. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. In einem Topf die Zwiebel mit 2 EL Butterschmalz anbraten, die ganzen und gewürfelten Möhren zugeben, mit Salz und Zucker würzen und zugedeckt weich dünsten. Die gedünsteten ganzen Möhren beiseite legen, die gewürfelten Möhren fein pürieren. Die ausgedrückte Gelatine im heißen Möhrenpüree auflösen, alles mit Crème-fraîche mischen. Den Estragon abspülen, trocken schütteln, fein hacken und unter die Möhrencreme mischen. Von der Zitrone den Saft auspressen und die Möhrencreme mit einem Spritzer Zitronensaft und Salz abschmecken. Die Masse in kleine Förmchen füllen (Inhalt ca. 200 ml) , mit Frischhaltefolie abdecken und einige Stunden kalt stellen. Den Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen. Aus restlichem Zitronensaft, 3 EL Olivenöl, etwas Salz und Zucker eine Vinaigrette mischen. 500 g Spinat in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl zusammenfallen lassen, herausnehmen und gut abtropfen lassen. Dann mit der der Hälfte der Vinaigrette marinieren und flächig zwischen Frischhaltefolie oder Gefrierbeutel legen, mit einem Nudelholz glätten, so dass eine Art grüne Matte entsteht. Diese in 4 Rechtecke schneiden und diese auf den Tellern platzieren. Weißbrot in dünne Scheiben schneiden, toasten und dünn mit Ziegenfrischkäse bestreichen, evtl. mit Estragon verzieren. Den restlichen Spinat mit dem Rest Vinaigrette marinieren und ebenfalls auf den Tellern anrichten. Die Möhren Panna Cotta aus den Förmchen stürzen, mit anrichten, je eine ganze gedünstete und erkaltete Möhre und einen Käsetoast dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 20. April 2011

## Nudel- Auflauf

### Für 2 Personen

200 g Makkaroni	8 getrocknete Tomatenhälften	Salz
4 EL Pinienkerne	50 g Artischockenherzen	30 g Oliven, entkernt
100 g Feta	150 g Naturjoghurt	Ca. 100 ml Olivenöl
2 Eier	Pfeffer	1 Bund Basilikum
50 g Parmesan	1 Knoblauchzehe	1 Bund Rucola
1 EL weißer Balsamico		

Die getrockneten Tomaten ca. 1 Stunde in kaltem Wasser einweichen. Dann abschütten und in einem Topf mit Wasser ca. 30 Minuten kochen. Die Makkaroni in einem Topf mit Salzwasser bissfest kochen, anschließend abschütten. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Artischockenherzen vierteln, Oliven halbieren, Feta würfeln. Die gekochten Tomaten abschütten, in grobe Stücke schneiden und mit dem Joghurt in einem Cutter geben und fein pürieren. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Eine Auflaufform mit 1 EL Olivenöl ausfetten. Nudeln mit der Hälfte der Pinienkerne, Artischockenherzen, Oliven und Feta vermischen und in die Auflaufform geben. Joghurt-Tomaten mit 2 Eiern vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken, diese Masse über die Nudeln in der Form gießen und im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten garen. In der Zwischenzeit Basilikum abspülen, trocken schütteln. Parmesan fein reiben. Basilikum mit Parmesan, restlichen Pinienkernen, 60 ml Olivenöl und Knoblauch in einen Mixer geben und fein pürieren, mit Salz abschmecken. Rauke abspülen, trocken schütteln. Balsamico mit 2 EL Olivenöl mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und Rauke damit marinieren. Den Auflauf auf Tellern anrichten, mit Pesto beträufeln und marinierte Rauke dazu reichen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 27. April 2011

## Persischer Spinatkuchen

### Für 4 Personen

1 kg frischer Spinat	2 TL Butter	Salz, Zucker
4 Eier	100 g Mehl	2 TL Walnusskerne, gehackt
1 TL Rosinen	1 TL Berberitzen	1 Knoblauchzehe
½ Salatgurke	1 Bund Schnittlauch	200 g griechischer Joghurt
1/2 TL Rosenblätter, getrocknet		

Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen (TK-Spinat auftauen lassen). 1 TL Butter in einer großen Pfanne erhitzen. Spinat darin zusammen fallen lassen und kurz dünsten. Mit Salz und 1 Prise Zucker würzen. Spinat etwas abkühlen lassen, ausdrücken (TK-Spinat ebenfalls gut ausdrücken) und grob hacken. Spinat in eine Schale geben. Eier zufügen und mit dem Spinat gründlich mischen. Mehl nach und nach unterrühren. Walnüsse, Rosinen und Berberitzen zufügen. Backofen auf 170 Grad vorheizen. Übrige Butter in einer großen ofenfesten Pfanne erhitzen. Spinat-Ei-Masse ca. 2 cm hoch einfüllen und von beiden Seiten anbraten. Pfanne in den Ofen geben und alles ca. 10 Minuten fertig backen. In der Zwischenzeit Knoblauch schälen und fein hacken. Salatgurke waschen grob reiben. Schnittlauch in Röllchen schneiden. Mit dem Joghurt verrühren. Mit Salz und Zucker würzen. Spinatkuchen vierteln. Joghurt mit (nach Belieben) mit Rosenblüten mischen und zum Spinatkuchen servieren.

Jacqueline Amirfallah 05. Dezember 2012

## Petersilien-Graupen mit geschmolzenem Greyezer

### Für 4 Personen

2 Zwiebeln	3 EL Butter	500 g Perlgraupen
Salz	1 Lorbeerblatt	1l Gemüsebrühe
800 g Petersilienwurzel	Pfeffer	1 Bund glatte Petersilie
200 ml Sahne	100 g Greyezer	

### Für den Salat:

1 Endiviensalat	1 Orange	1 TL Senf
Salz	1 TL Zucker	2 EL Weißweinessig
4 EL Sonnenblumenöl		

Zwiebeln schälen und würfeln. Einen Esslöffel Butter in einem Topf erhitzen und die Hälfte der Zwiebelwürfel anschwitzen. Perlgraupen dazu geben, Salz und Lorbeerblatt zugeben, mit Brühe bedecken und ca. 15-20 Minuten weich kochen. Immer wieder etwas Brühe nachgießen, aber nicht zu viel, sonst werden die Graupen schleimig. Petersilienwurzeln schälen, einen Teil sehr fein würfeln den anderen grob. Einen Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen und die feinen Würfel darin anbraten und kurz vor Ende der Kochzeit unter die Graupen mischen. Die größeren Würfel mit den restlichen Zwiebeln anschwitzen und ein wenig Brühe zugeben, weichkochen, pürieren, passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und grob hacken. (Einige große Petersilienblätter zur Deko aufheben.) Petersilien mit der Sahne fein pürieren, durch ein Sieb passieren und zur Petersilienwurzel-Sauce geben. Nochmals abschmecken und mit Butter montieren. Die Graupen in eine Auflaufform geben, mit geriebenem Käse bedecken und bei Oberhitze im Backofen lassen. Die Sauce dazu servieren. Den Endiviensalat waschen, die Orange schälen und filetieren. Für die Vinaigrette Senf, Salz, Zucker und Weißweinessig verrühren, Öl zugeben und die fein geschnittenen Endivie darin marinieren. Filets von einer Orange darunter mischen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 26. Januar 2011

# Ragout von Mai-Rübchen, Morcheln, Kartoffel-Pfannkuchen

## Für 2 Personen

400 g Kartoffeln, mehlig	Salz	10 g getrocknete Morcheln
300 g frische Morcheln	8 Mairübchen	1 Schalotte
3 EL Butter	Zucker	1 Bund Schnittlauch
2 Eier	100 ml Milch	1 Msp. Muskat
2-3 EL Butterschmalz	150 ml Sahne	1/2 Bund Kerbel

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser weichkochen. Die getrockneten Morcheln in kaltem Wasser einweichen. Die frischen Morcheln sehr gründlich waschen, eventuell vorher durchschneiden. Die Mairübchen schälen und in Halbmonde schneiden. Schalotte schälen, sehr fein schneiden und in einem Topf mit 2 EL Butter anschwitzen, Mairübchen zugeben mit Salz und einer Prise Zucker würzen und ca. 10 Minuten zugedeckt weich dünsten. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die gekochten Kartoffeln abschütten, gut ausdampfen und durch eine Presse drücken. Eier trennen, das Eiweiß steif schlagen. Eigelb mit Milch verquirlen, mit Salz und Muskat würzen und alles mit den Kartoffeln mischen. Schnittlauch untermischen und Eischnee unter die Masse heben. In einer Pfanne mit Butterschmalz aus der Kartoffelmasse kleine Pfannkuchen von ungefähr 10 cm Durchmesser backen. Die frischen Morcheln in einer Pfanne mit 1 EL Butter anbraten und salzen. Das Einweichwasser der getrockneten Morcheln durch einen Teefilter oder eine Filtertüte geben, zu den frischen Morcheln geben. Die eingeweichten Morcheln sehr gründlich waschen und sehr fein hacken. Mit der Sahne zu den Morcheln in der Pfanne geben und etwas einkochen lassen. Die Mairübchen zugeben und abschmecken. Kerbel abzupfen. Das Ragout mit den Kartoffelpfannkuchen und Kerbel bestreut servieren.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 11. Mai 2011



## Ragout von Schwarzwurzeln und Walnüssen

### Für 4 Personen

1 kg Kartoffeln, mehlig	1 kg Schwarzwurzeln	1 Spritzer Essig
2 Schalotten	3 EL Butterschmalz	Salz
1 Lorbeerblatt	evtl. 50 ml Gemüsebrühe	100 g Walnusskerne
6 Datteln	3 EL Sonnenblumenöl	4 Blätter Frühlingsrollenteig
1/2 Bund glatte Petersilie	2 Stängel Majoran	150 ml Milch
1 EL Butter	Muskatnuss	100 ml Sahne

Die Kartoffeln waschen und weich kochen. Für die Schwarzwurzeln eine flache große Schüssel mit kaltem Wasser bereitstellen. Einen Spritzer Essig oder Zitronensaft unter das Wasser mischen. Die Schwarzwurzeln schälen und ins vorbereitete Wasser legen, damit sie nicht braun werden. Schalotten schälen und fein würfeln. Die Schwarzwurzeln in ca. 10 cm lange Stücke schneiden und diese dann der Länge nach halbieren oder vierteln. Die Schalotten in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen, die Schwarzwurzeln zugeben und ca. 10 Minuten mit dünsten. Mit Salz würzen und ein Lorbeerblatt einlegen. Darauf achten, dass die Schwarzwurzeln nicht braun werden, sondern schön hell bleiben, falls nötig Gemüsebrühe zugeben. Die Walnüsse und die Datteln fein hacken. Die Hälfte der gehackten Walnüsse mit 3 EL Sonnenblumenöl fein pürieren. Die Frühlingsrollenteigblätter auslegen, mit dem pürierten Walnussöl bestreichen und mit den Datteln bestreuen. Jedes Blatt zu einer dünnen Rolle aufrollen. Petersilie und Majoran abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Milch erwärmen. Die Petersilienblätter mit der Milch pürieren und unter die Kartoffeln mischen. Die gekochten Kartoffeln pellen und durch die Presse geben, 1 EL Butter untermischen und mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Wenn die Wurzeln bissfest sind, Sahne zugeben und nochmals einige Minuten köcheln lassen. Die vorbereiteten Teigrollen in einer Pfanne mit Butterschmalz goldbraun braten. Majoran fein hacken. Die Schwarzwurzeln abschmecken, die restlichen gehackten Walnüsse und den Majoran zugeben. Das Schwarzwurzelragout mit dem Püree und der gebratenen Dattel-Walnuss-Stange servieren.

Jacqueline Amirfallah 18. Januar 2012

## Spargel mit holländischer Soße, Kartoffeln, Nuss-Butter

### Für 2 Personen

500 g neue Kartoffeln	Salz	1 Schalotte
50 ml Weißweinessig	100 ml Weißwein	5 Pfefferkörner
800 g weißer Spargel	1 Prise Zucker	150 g Butter
400 g grüner Spargel	2 Eigelb	1 Spritzer Zitronensaft
1/2 Bund Kerbel		

Kartoffeln sehr gründlich bürsten und in einem Topf mit Salzwasser kochen. Schalotte schälen, grob würfeln und mit Weißweinessig, Weißwein und Pfefferkörnern in einen Topf geben und um etwas mehr als die Hälfte einkochen, dann durch ein Sieb passieren. Weißen Spargel schälen. Die Spargelschalen in einem Topf mit Wasser aufsetzen. Das Wasser mit etwas Salz, einer Prise Zucker und 1 TL Butter würzen. Die Schalen ca. 10 Minuten kochen lassen, dann den Sud passieren. Die Enden vom geschälten Spargel unten abschneiden, Spargelstangen portionsweise bündeln und mit Küchengarnt binden, im Spargelsud ca. 10 Minuten weich kochen. Vom grünen Spargel das untere Drittel schälen, Spargelstangen portionsweise bündeln und mit Küchengarnt binden, mit in den Spargelsud geben und ca. 7 Minuten weich kochen. Die restliche Butter schmelzen. Eigelbe mit der Weißwein-Reduktion in einen Schlagkessel geben und über einem heißen Wasserbad zu einer cremigen Masse rühren und den Kessel vom Wasserbad nehmen. So viel flüssige Butter (die ungefähr die Gleiche Temperatur, wie die Eimasse haben sollte) langsam mit einem Schneebesen in die Eimasse einrühren bis diese dickflüssig ist. Die Sauce Hollandaise mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Die restliche flüssige Butter wieder auf den Herd stellen hellbraun werden lassen. Spargel mit Kartoffeln anrichten. Sauce Hollandaise an den Spargel angießen, die braune Butter über die Kartoffeln gießen. Mit Kerbel dekorieren.  
Tipp: Nach Wunsch den Spargelsud aufkochen, mit Mehlbutter binden, abschmecken und in einer kleine Tasse als Suppe serviert dazu reichen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 04. Mai 2011

# Spargel-Törtchen

## Für 6 Personen

20-25 Stangen grüner Spargel	Zucker, Salz	1 TL Butter
7-8 Blatt Gelatine	2 Tomaten	150 g Crème-fraîche
1 Zitrone, ausgepresst	1 Bund Basilikum	2-3 EL Olivenöl
400 g Mozzarella		

Spargel am unteren Drittel schälen und die Enden abschneiden. In einem Topf mit Wasser aus den Schalen mit Zucker, Salz und ein wenig Butter einen Spargelfond kochen (ca. 15 Minuten), diesen durch ein Sieb passieren. Im Fond 20 Stangen Spargel bissfest kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. Die Spitzen auf 4-5 cm Länge abschneiden, halbieren und 6 Metallringe (10 cm Durchmesser) damit auskleiden. Die restlichen gekürzten Spargelstangen würfeln. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Tomaten am Stielansatz einritzen, kurz blanchieren, häuten, entkernen und in Würfel. Von dem Spargelfond 400 ml abnehmen, die eingeweichte Gelatine darunter ziehen und auflösen. Crème-fraîche unterrühren und gewürfelten Spargel sowie Tomaten unterheben. Mit Salz und etwas Zitronensaft kräftig abschmecken und die Ringe damit auffüllen, mit Frischhaltefolie abdecken und mindestens 3 Stunden kalt stellen. Basilikum abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Restliche 5 rohe Spargelstangen mit dem Sparschäler längs in lange Streifen schneiden und mit etwas Salz, Zucker, etwas Zitronensaft, Olivenöl und Basilikum mischen. Mozzarella würfeln und die Hälfte der Würfel in einer warmen Pfanne kurz schmelzen. Spargeltörtchen vorsichtig aus den Ringen gleiten lassen, auf Tellern anrichten. Warme Mozzarella-Würfel, etwas Spargelsalat und kalte Mozzarella-Würfel darauf geben und servieren. Dazu Baguette reichen.

Jacqueline Amirfallah 18. April 2012

## Spitzkohl-Rouladen mit Schafkäse und Pastinaken

### Für 4 Personen

800 g Pastinaken	5 EL Butterschmalz	Salz, Zucker, Currypulver
150 ml Gemüsebrühe	1 Spitzkohl	1 Zwiebel
400 g Feta aus Schafsmilch	Pfeffer	1/2 Bund Schnittlauch
1/2 Bund glatte Petersilie	150 ml Sahne	6 getrocknete Aprikosen
2 EL Mandelstifte		

Die Pastinaken schälen und in feine Würfelchen schneiden. In einem Topf mit 2 EL Butterschmalz die Pastinaken anbraten, mit Salz, einer Prise Zucker und Curry würzen. Gemüsebrühe angießen und zugedeckt ca. 5 Minuten die Pastinake bissfest garen. Dann den Topf vom Herd ziehen. Vom Spitzkohl äußere unschöne Blätter abnehmen und entfernen. Dann den Strunk des Kohlkopfes heraus schneiden und vorsichtig 8 große Kohlblätter ablösen. Diese in einem Topf mit kochendem Salzwasser kurz blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Restlichen Kohl fein schneiden. Zwiebel schälen, fein schneiden und in einem Schmortopf mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Den geschnittenen Kohl zugeben und braten, bis der Kohl etwas Farbe angenommen hat. Schafskäse würfeln, unter den Kohl mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kohl- Schafkäsemischung in die blanchierten Kohlblätter wickeln und diese in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz anbraten. Schnittlauch und Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Sahne zu den Pastinaken geben und im Topf erwärmen, Schnittlauch und Petersilie untermischen und abschmecken. Die getrockneten Aprikosen in feine Streifen schneiden, die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett anrösten und die Aprikosen zugeben. In tiefen Tellern die Pastinaken anrichten, die Kohlrouladen darauf geben und mit den Aprikosen-Mandeln bestreuen.

Jacqueline Amirfallah 19. September 2012

## Spitzkohl-Wickel mit Dattel-Kartoffel-Püree

### Für 4 Personen

1 kg Kartoffeln, mehlig	Salz	1 kleiner Spitzkohl
1 Zwiebel	5 EL Butterschmalz	250 ml Sahne
Pfeffer	10 Medjoodatteln	60 g Ziegenfrischkäse
1 Schalotte	100 ml Gemüsebrühe	2 EL Butter
Kreuzkümmel, gemahlen	4 Blätter Frühlingsrollenteig	

Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Vom Spitzkohl 8 schöne große Blätter vorsichtig lösen, diese in einem großen Topf mit Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Restlichen Spitzkohl halbieren und den Strunk entfernen. Dann Kohl in feine Streifen schneiden. Zwiebel schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anbraten. Spitzkohlstreifen zugeben und langsam goldbraun schmoren. 150 ml Sahne zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und die Sahne cremig einkochen lassen. Die Datteln entsteinen. 4 Datteln mit dem Frischkäse füllen. Die restlichen Datteln fein hacken. Den geschmorten Spitzkohl auf die blanchierten Blätter geben und zu Rouladen aufrollen. Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen, die Spitzkohlrouladen zugeben und rundherum goldbraun anbraten. Gemüsebrühe und restliche Sahne angießen und etwas einkochen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kartoffeln abschütten, 2 EL Butter zugeben und zerstampfen. Die gehackten Datteln untermischen, mit Kreuzkümmel und Salz abschmecken. Die gefüllten Datteln in je ein Frühlingsrollenteigblatt einwickeln und in einer Pfanne mit 3 EL Butterschmalz goldbraun ausbraten. Spitzkohlwickel anrichten und etwas Sauce angießen, das Dattel-Kartoffelpüree zugeben und die gefüllte Dattel obenauf legen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 23. Februar 2011

# Tomaten-Terrine mit Mozzarella und Basilikum-Keks

## Für 2 Personen

5 Blatt Gelatine	4 Fleischtomaten	2 gelbe Tomaten
1 orange Tomate	12 Kirschtomaten	2 Knoblauchzehen
Salz, Pfeffer, Zucker	2 Zweige Thymian	1 Bund Basilikum
110 ml Sahne	300 g Mehl	1 Eigelb
50 g geschälte Mandeln	70 ml Olivenöl	2 Kugeln Mozzarella

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Alle Tomaten am Stielansatz einritzen, kurz in kochendes Wasser tauchen, herausnehmen und die Haut abziehen. Die Kirschtomaten ganz lassen, die übrigen Tomaten vierteln, die Kerne und das Tomateninnere in eine Schüssel geben. Die ausgestrichenen Kerne und 3 Tomatenviertel mit einer geschälten Knoblauchzehe pürieren und durch ein Sieb streichen. Die aufgefangene Flüssigkeit abmessen (es sollten ca. 300 ml Tomatenflüssigkeit sein, falls die Menge nicht ausreichend ist, noch mit Gemüsebrühe auffüllen). Ein Teil der Tomatenflüssigkeit in einem Topf erwärmen, die eingeweichte Gelatine ausdrücken und in der warmen Flüssigkeit auflösen. Dann alles zur restlichen Flüssigkeit geben und mit Salz, Pfeffer, Zucker abschmecken. Thymian und Basilikum abspülen, trocken schütteln. Einige Basilikumblätter grob hacken, Thymianblättchen abzupfen und unter die Tomatenflüssigkeit geben. Die vorbereiteten Tomatenviertel mit Salz und Pfeffer würzen und in die Gelatine Mischung geben. Dann alles zusammen in eine Terrinenform (ca. 600 ml Inhalt) geben und mindestens 2 Stunden kalt stellen. Den Backofen auf 220 Grad (Umluft 200 Grad) vorheizen. Restliche Basilikumblätter abzupfen. Die Hälfte davon mit 100 ml Sahne fein pürieren, Mehl, Eigelb und 1 Prise Salz untermischen und zu einem festen Teig verkneten. Diesen mit dem Nudelholz dünn ausrollen und in Dreiecke schneiden. Die Teigdreiecke auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und ca. 7 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. (Der Teig ergibt mehr Plätzchen, diese lassen sich in einer Keksdose gut 1 Woche aufbewahren und schmecken als Snack zu einem Sommersalat oder einfach nur so zwischendurch.) Restliche Basilikumblätter mit Mandeln, einer geschälten Knoblauchzehe, 1 EL Sahne und 50 ml Olivenöl fein pürieren und mit Salz abschmecken. Kirschtomaten mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und 2 EL Olivenöl würzen. Mozarellakugeln in der Grillpfanne von beiden Seiten braten bis sie schön weich sind. Terrine in Scheiben schneiden mit gegrilltem Mozzarella, Basilikumkeks, Sauce und Kirschtomaten anrichten.

Jacqueline Amirfallah 11. Juli 2012

## Variationen von der Möhre mit Sauerampfer-Soße

### Für 2 Personen

600 g Möhren	1 Zitrone	1 Zwiebel
1 EL Butterschmalz	Salz, Zucker	150 ml Geflügelbrühe
5 g Agar Agar	3 EL Butter	1 EL Olivenöl
8 junge Bundmöhren mit Grün	1 Schalotte	1 Bund Sauerampfer
200 g Crème fraiche		

350 g Möhren schälen, in kleine Stücke schneiden. Von der Zitrone den Saft auspressen. Die Zwiebel schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Die Möhrenstücke zugeben, mit Salz und einer Prise Zucker würzen, 150 ml Geflügelbrühe angießen und zugedeckt weich dünsten. Anschließend fein pürieren und 5 g Agar Agar zugeben, kurz weiter kochen. 1 EL Butter und einen Spritzer Zitronensaft untermischen, nochmal abschmecken und dann in eine rechteckige Form (ca. 25 x 15 cm) gießen und erkalten lassen (ca. 3-4 Stunden). Restliche Möhren schälen, der Länge nach in dünne Streifen schneiden (mit dem Sparschäler oder der Brotschneidemaschine). Möhrenstreifen in eine Schüssel geben, etwas Salz, 1 Prise Zucker, 1 EL Olivenöl, etwas Zitronensaft darüber geben und alles gut vermischen und ziehen lassen. Die Bundmöhren so putzen, dass etwas Grün oben stehen bleibt. Die Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Butter anschwitzen. Möhren zugeben und weich dünsten. Mit Salz und einer Prise Zucker würzen. Sauerampfer abspülen, trocken schütteln und klein schneiden. Dann Sauerampfer mit Crème-fraîche mischen, fein pürieren, abschmecken und nach Bedarf durch eine Sieb passieren. Das Möhrengellee aus der Form stürzen und in Rechtecke schneiden. Möhrengellee, marinierte Möhrenstreifen und gedünstete Bundmöhren auf Tellern anrichten, die Sauerampfersauce angießen und servieren. Dazu passt Baguette mit Olivenöl.

Jacqueline Amirfallah 20. Juni 2012

## Wirsing-Roulade

### Für 4 Personen

1 Kopf Wirsing	Salz 2 Zwiebeln	3 EL Butterschmalz
300 ml Sahne	Kümmel, Chilipulver	150 g Erdnüsse, ungesalzen
200 g Greyerzer	3 EL Erdnussbutter	1/2 rote Chilischote
1/2 grüne Chilischote	1 EL Butter	1 Spritzer Sojasauce

Den Backofen auf 80 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Die dunklen äußeren Blätter vom Kohlkopf abnehmen und entfernen. Dann den Strunk des Kohlkopfes heraus schneiden und vorsichtig 8 große Kohlblätter ablösen. Diese in einem Topf mit kochendem Salzwasser kurz blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Restlichen Wirsing (ca. 800 g) fein schneiden. Zwiebeln schälen, fein schneiden und in einem Schmortopf mit 1 EL Butterschmalz eine fein geschnittene Zwiebel anschwitzen. Den geschnittenen Wirsing zugeben und braten, bis der Wirsing etwas Farbe angenommen hat. 200 ml Sahne angießen und fast vollständig einkochen lassen. Mit Salz, Kümmel und Chilipulver würzen. 120 g Erdnüsse fein hacken, den Käse fein reiben. 1 EL Erdnussbutter, gehackte Erdnüsse und Käse zugeben, gut verrühren und nochmal abschmecken. Diese Masse auf die 8 großen Wirsingblätter verteilen, die Seitenränder einschlagen und zu Rouladen aufrollen. In einer großen Pfanne mit 2 EL Butterschmalz die Rouladen von allen Seiten goldbraun anbraten, herausnehmen in eine Auflaufform geben und im vorgeheizten Backofen warm stellen. Rote und grüne Chili längs halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein hacken. Die restliche gewürfelte Zwiebel in Rouladenpfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, mit Sojasauce ablöschen, 100 ml Sahne und 2 EL Erdnussbutter zugeben. Gehackte Chili zugeben und mit Salz abschmecken. Die Sauce kurz aufkochen, restliche Erdnüsse zugeben und abschmecken. Die Wirsingrouladen anrichten, mit der Sauce übergießen und servieren. Dazu passt Kartoffelpüree.

Jacqueline Amirfallah 29. Februar 2012



## Zucchini-Risotto mit Knoblauch und Zucchini-Blüten

### Für 2 Personen

700 ml Gemüsebrühe	3 frische Knoblauchzehen	1 kleine Zwiebel
3 EL Olivenöl	150 g Risottoreis	20 ml Weißwein
3 Zweige Thymian	2 mittelgroße Zucchini	Salz, Pfeffer
80 g Mehl	1 Ei	1 Prise Paprikapulver
50 g Parmesan	4 Zucchini Blüten	250 ml Frittierfett

Die Geflügelbrühe erhitzen und zwei geschälte Knoblauchzehen mit einem Mixstab einpürieren. Zwiebel schälen, fein Würfeln, in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, den Reis dazugeben und glänzend anschwitzen. Dann mit Weißwein ablöschen, Thymianzweige hinzugeben. Wenn der Wein eingekocht ist, nach und nach heiße Brühe (ca. 550 ml) hinzufügen, so dass der Reis immer gut mit Flüssigkeit bedeckt ist. Unter ständigem Rühren den Reis bissfest kochen. Zucchini putzen und 4 lange dünne Längsscheiben abschneiden bzw. mit dem Sparschäler abziehen. Restliche Zucchini fein würfeln. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl zuerst die Zucchiniwürfel, danach mit 1 EL Olivenöl die Zucchinistreifen braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Aus Mehl, Ei und 150 ml Gemüsebrühe einen dünnflüssigen Teig herstellen, mit einer Prise Salz und Paprika würzen. Parmesan fein hobeln und 1 EL unter den Teig mischen. Von den Zucchini Blüten die Blütenstempel entfernen, die Blüten durch den Teig ziehen und in einem Topf mit heißem Frittierfett goldgelb ausbacken. Übrige Knoblauchzehe in dünne Scheiben schneiden, diese ebenfalls durch den Teig ziehen und frittieren. Restlichen Parmesan unter den Risotto mischen und abschmecken. Die gebratenen Zucchiniwürfel untermischen und anrichten. Mit den gebratenen Zucchinistreifen, frittierten Blüten und dem Knoblauch verzieren.

Jacqueline Amirfallah 15. August 2012



# Vorspeisen

## Crêpe mit Orangen-Frischkäse-Creme

### Für 4 Personen

50 g Butter	200 g Mehl	250 ml Milch
2 Eier	2 Orangen, unbehandelt	6 EL Zucker
2-3 EL Butterschmalz	200 g Frischkäse	1 Prise Zimt
100 ml Sahne		

Butter schmelzen und leicht braun werden lassen. Mehl, Milch und Eier mit dem Zauberstab unter die Butter mischen. Den Teig ca. 10 Minuten quellen lassen. Eventuell etwas Milch zugeben, um einen eher flüssigen Teig zu erhalten. Die Orangen waschen und mit dem Sparschäler dünn abschälen. Die Schale zwei Mal in kochendem Wasser blanchieren. Dann einen Topf mit etwas und 2 EL Zucker zum Kochen bringen, Orangenschale darin ca. 10 Minuten kochen, abtropfen lassen und in 2 EL Zucker wälzen. Aus dem Crêpeteig in einer beschichteten Pfanne mit etwas Butterschmalz dünne Crêpes ausbacken und auskühlen lassen. Von den Orangen mit dem Messer die restliche Schale abschälen, so dass keine weiße Haut mehr zu sehen ist. Dann die Fruchtfilets herausschneiden, dabei den Saft auffangen. Saft und die Hälfte der Filets mit dem Frischkäse mischen, mit 1 TL Zucker und Zimt abschmecken. Sahne steif schlagen und unter den Fruchtfrischkäse ziehen. Crêpe mit der Frischkäsecreme bestreichen und aufrollen. Restliche Orangenfilets kurz mit 1 TL Zucker in der Pfanne erwärmen. Die gefüllten Crêpes mit den Orangenresten bestreuen und mit den

warmen Orangenfilets servieren. Pro Portion:

667 kcal / 2805 kJ 57 g Kohlenhydrate, 16 g Eiweiß, 41 g Fett

Jacqueline Amirfallah 21. November 2012

## Kroketten von Räucher-Forelle

### Für 4 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig	Salz	1 Zwiebel
3 EL Butterschmalz	3 Zweige Fenchelgrün	1 Bund Schnittlauch
300 g Räucherforelle	2 Eier	1 TL Fenchelsamen
ca. 3 EL Mehl	150 g Pankomehl	2 Fenchel
2 Zitronen	3 EL Olivenöl	1 Prise Zucker
100 g saure Sahne	1 TL Wasabipaste	1 Glas Forellenkaviar

Kartoffel schälen, in Salzwasser weichkochen, abgießen und ausdampfen lassen und durch die Kartoffelpresse drücken. Die Zwiebel schälen, würfeln und in 1 EL Butterschmalz anbraten, dann zu den Kartoffeln geben. Fenchelgrün und Schnittlauch waschen, trocken schütteln und fein hacken. Räucherforelle zerzupfen, mit 3/4 der Kräuter und den Kartoffeln vermischen. Die Eier trennen, die Eiweiße beiseite stellen und die Eigelbe unter die Masse geben. Die Fenchelsamen mörsern, die Masse mit Salz und Fenchelsamen abschmecken und zu Kroketten formen. Die Kroketten in Mehl wälzen, in dem verschlagenen Eiweiß wenden und mit dem Pankomehl panieren. In Butterschmalz bei kleiner Hitze goldbraun braten. Den Fenchel sehr fein hobeln, die Zitronen auspressen. Olivenöl, etwas Zitronensaft, Salz und Zucker verrühren und den Fenchel damit marinieren. Mit etwas Schnittlauch abschmecken. saure Sahne mit Zitrone, Wasabipaste und Salz abschmecken. Die Kroketten mit dem Fenchelsalat servieren. Mit Forellenkaviar, Wasabisahne und restlichen Kräutern auf dem Teller dekorieren.

Jacqueline Amirfallah 31. Oktober 2012

## Mini-Baguette mit Meerrettich-Dip

### Für 4 Personen

1/2 Würfel Hefe	200 ml warmes Wasser	1 TL Zucker
500 g Mehl 1 TL Salz	1 Stück Meerrettich (50 g)	2 Schalotten
200 g Crème-fraîche	1 Bund Schnittlauch	1 Glas Forellenkaviar

Den Backofen auf 230 Grad (Umluft 210 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Hefe in 200 ml warmen Wasser auflösen, einen Teelöffel Zucker zugeben und mit dem Mehl mischen. Einen Teelöffel Salz zugeben und zu einem Teig verkneten. Je nach Konsistenz noch Wasser oder Mehl hinzufügen, bis ein geschmeidiger Teig entstanden ist. Den Teig eine halbe Stunde zugedeckt gehen lassen. Anschließend den Teig zu kleinen Stangen von 10 -12 cm Länge und 1-2 cm Dicke formen und bei 230 Grad ca. 7 Minuten backen. Den Meerrettich und die Schalotten schälen und auf einer feinen Reibe reiben. Mit der Crème-fraîche vermischen und mit Salz und Zucker abschmecken. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Mini-Baguette der Länge nach aufschneiden, mit der Crème bestreichen und mit Schnittlauchröllchen, Forellenkaviar und geriebenem Meerrettich bestreuen.

Jacqueline Amirfallah 14. November 2012



**Wild**

## Wildschwein-Medaillons mit Holunderbeer-Soße

### Für 4 Personen

1 Zwiebel	250 g Holunderbeeren	ca. 800 g Wildschweinrücken
Salz	1 Prise Zimt	5 EL Butterschmalz
500 ml Geflügelbrühe	1/2 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Majoran
3 Zuckermaiskolben	1 Brokkoli	2 Schalotten
Zucker	2 Eier	200 ml Milch
150 g Mehl	1 Prise Muskat	4 EL Butter
Pfeffer		

Den Backofen auf 120 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Zwiebel schälen und fein schneiden. Holunderbeeren abspülen und abtropfen lassen. Den Wildschweinrücken gut ausparieren. Dann mit Salz und einer kleinen Prise Zimt würzen und in einer heißen Pfanne mit 2 EL Butterschmalz rundherum anbraten. Aus der Pfanne nehmen in einer feuerfeste Form geben im vorgeheizten Backofen ca. 15 Minuten nachgaren. Dann herausnehmen mit Alufolie abdecken und ca. 10 Minuten ruhen lassen. In dem Bratensatz der Pfanne die Zwiebel anbraten, die Holunderbeeren zugeben mit der Geflügelbrühe ablöschen und um mehr als die Hälfte einkochen. Petersilie und Majoran abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Maiskolben evtl. schälen. Von den Maiskolben 12 ca. 1 cm dicke Scheiben abschneiden. Die restlichen Körner von den Maiskolben abschneiden. Brokkoli putzen und in Röschen zerteilen. In einem Topf mit Salzwasser die Brokkoliröschen und die Maisscheiben ca. 5 Minuten kochen, herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Schalotten schälen und fein schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz die Schalotten mit den Maiskörnern ca. 5 Minuten braten. Mit Salz und einer Prise Zucker würzen und die Kräuter untermischen. Die Eier trennen. Eiweiße steif schlagen. Eigelbe mit der Milch vermischen, das Mehl zu geben mit Salz und Muskat abschmecken gut verrühren, die gebratenen Maiskörner mit den Kräutern dazugeben und den Eischnee vorsichtig unterheben. In der Pfanne mit etwas Butterschmalz aus der Teigmasse kleine Pfannkuchen backen, dazu mit einem Esslöffel den Teig in der Pfanne portionieren. Brokkoli und Maisscheiben in je einer Pfanne mit je 1-2 EL Butter anschwanken, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sauce durch ein Sieb passieren, mit 1 EL Butter binden und abschmecken. Das Fleisch aufschneiden, die Sauce angießen und Maispfannkuchen, Maisscheiben und Brokkoli dazu anrichten.

Jacqueline Amirfallah 26. September 2012



# Wurst-Schinken

## Herzhaft gefüllte Buchteln mit Kräuter-Soße

### Für 4 Personen

1 Orange, unbehandelt	20 g frische Hefe	1 Prise Zucker
150 ml Milch	400 g Mehl	Salz
2 Eier	50 g flüssige Butter	100 g Chorizo
1/2 Bund Majoran	1 Zwiebel	1/2 Bund Basilikum
5 getrocknete Tomatenviertel	100 g Fetakäse	1 Prise Paprikapulver
1/2 Bund Dill	100 g Räucherforellenfilet	1 TL Meerrettich, gerieben
1 TL Butter zum Ausfetten der Form	1 Zitrone, unbehandelt	200 g Naturjoghurt
150 g Frischkäse	1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund glatte Petersilie
Pfeffer		

Die Orange heiß abspülen, trocknen und etwas Schale abreiben. Hefe mit einer Prise Zucker in der Milch auflösen. Mehl, 1 Prise Salz, Eier, Orangenschale und die flüssige Butter in eine Schüssel geben. Die aufgelöste Milch mit der Hefe zugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Ist der Teig zu feucht noch etwas Mehl unterkneten. Die Teigschüssel abdecken und den Teig ca. 30 Minuten gehen lassen. Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze (170 Grad Umluft) vorheizen. Chorizo fein würfeln. Majoran abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Zwiebel schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Gewürfelte Chorizo und Majoran untermischen und etwas abkühlen lassen. Basilikum abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Getrocknete Tomaten fein hacken. Feta in kleine Würfel schneiden, mit gehackten Tomaten, Basilikum und einer Prise Paprikapulver mischen. Dill abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Räucherforelle klein schneiden mit Dill und ein wenig Meerrettich mischen. Den Hefeteig in ca. 12 Portionen aufteilen und rund formen. In jede Kugel eine Kuhle eindrücken, jeweils 4 Teigkugeln mit einer Füllung füllen, den Teig darüber ziehen und die Kugeln eng aneinander in eine gefettete Kuchenbackform legen. Im vorgeheizten Ofen die Buchteln ca. 20 Minuten backen. Die Zitrone heiß abspülen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. Ebenfalls aus der bereits abgeriebenen Orange den Saft auspressen. Frischkäse mit Joghurt, etwas abgeriebener Zitronenschale, etwas Zitronen- und Orangensaft mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schnittlauch und Petersilie abspülen, trocken schütteln, fein hacken und ebenfalls untermischen. Die gebackenen Buchteln vorsichtig aus der Form lösen und mit der Kräutersauce anrichten.

Jacqueline Amirfallah 23. Mai 2012

# Index

- Apfel, 4  
Artischocke, 102  
Aubergine, 88, 99  
Auflauf, 102
- Barsch, 9  
Birne, 93  
Biskuit, 4  
Blanquette, 48  
Blumenkohl, 8, 64  
Bohnen, 16, 53, 94  
Bouillabaisse, 9  
Braten, 71  
Brokkoli, 120  
Brombeeren, 4  
Brust, 48
- Chorizo, 122  
Couscous, 42, 56  
Curry, 98, 108
- Eier, 89, 92, 93, 100, 102, 104  
Eintopf, 82  
Eisberg, 93  
Enten-Brust, 24  
Enten-Keule, 25, 37  
Erbsen, 15, 29, 44, 48, 49, 62, 82, 92, 93, 99
- Falafel, 92  
Filet, 54, 69  
Filoteig, 95, 99  
Fisch, 86  
Fleisch, 49, 53, 54, 57, 59, 71, 75, 82, 84, 86  
Forelle, 10, 16  
Forellen, 116, 117  
Frischkäse, 89, 91, 97, 101, 109
- Gans, 33  
Garnelen, 62, 64, 65  
Geflügel, 44, 45, 81, 83–85  
Geschnetzeltes, 49  
Gnocchi, 96  
Grüne, 78  
Grütze, 4
- Gurke, 2, 10, 12, 16, 20, 32, 57, 69, 99, 102
- Hähnchen, 29  
Hähnchen-Brust, 26, 27, 30, 32, 34–36  
Hähnchen-Schenkel, 28  
Hähnchen-Schnitzel, 35  
Heidelbeeren, 4  
Hering, 12  
Himbeeren, 4  
Huhn, 25, 33, 37
- Johannisbeeren, 4
- Käse, 74, 93–96, 102, 108, 113, 116  
Kürbis, 74, 95  
Kartoffel, 90, 96, 97, 104–106, 109  
Kartoffeln, 2, 82, 86, 116  
Kaviar, 14, 18, 19  
Keule, 59  
Kohl-Roulade, 40  
Kohlrabi, 49  
Kotelett, 56  
Kraut, 71  
Kuchen, 89, 102, 104, 107
- Labskaus, 69  
Lachs-Tatar, 13  
Lauch, 20, 24, 29, 34, 42, 50, 52, 53, 82, 85, 86, 92, 98  
Linsen, 11, 18, 27, 32, 92, 98
- Möhren, 2, 24, 32, 35, 37, 42, 48, 49, 51, 58, 62, 68, 83, 86, 89, 97, 98, 101, 111  
Makrele, 21  
Maronen, 25, 45  
Mascarpone, 4  
Matjes, 16, 19, 20  
Miesmuscheln, 63  
Mousse, 5  
Mozzarella, 107, 110
- Nudeln, 31, 63, 91, 102
- Obst, 116

Paprika, 27, 70, 80, 82  
Pastinaken, 42, 84, 98, 108  
Perlhuhn-Brust, 31  
Pfannkuchen, 89, 104  
Pilze, 28, 49, 50, 62, 104  
Polenta, 51, 59, 72  
Porree, 34, 42

Röllchen, 53  
Rösti, 13  
Rüben, 90, 104  
Rücken, 50–53, 70  
Radicchio, 72, 94  
Radieschen, 20  
Ragout, 104, 105  
Ravioli, 35, 97  
Reis, 2, 26, 37, 40, 100, 113  
Rettich, 117, 122  
Rind, 80, 86  
Rinder-Hack, 40–42  
Roastbeef, 69, 72  
Rosenkohl, 41  
Rotbarbe, 11  
Rote-Bete, 69, 90  
Roulade, 50  
Rucola, 102

Saibling-Filet, 15, 17  
Salat, 2  
Sardellen, 8  
Sauerampfer, 14, 68, 78, 111  
Sauerkraut, 18  
Schafskäse, 98, 99  
Schnitzel, 51  
Schoten, 48, 49  
Schulter, 58  
Schwarzwurzeln, 105  
Sellerie, 9, 58, 68, 85, 86  
Senf, 78  
sonstige, 103  
Spargel, 48, 53, 62, 106, 107  
Spieß, 57  
Spinat, 27, 36, 82, 99, 101, 102  
Spitzkohl, 98, 108, 109  
Steak, 52, 70

Tafelspitz, 68  
Tatar, 13, 20  
Teig-Taschen, 35, 97  
Tiramisu, 4  
Tomaten, 81

Weißkohl, 40  
Wiener-Schnitzel, 54  
Wildschwein, 120  
Wirsing, 112  
Zander-Filet, 8, 21  
Zucchini, 30, 31, 56, 70, 113